

# MOSFELLINGUR

10. TBL. 23. ÁRG. FIMMTUDAGUR 24. OKTÓBER 2024

Í ÖLL HEIMILI Í MOSFELLSBÆ • VEFÚTGÁFA: WWW.MOSFELLINGUR.IS



MAGNÚS MÁR ÞJÁLFARI  
LYFTIR BIKARNUM Á LOFT

Meistaraflokkur karla í efstu deild • Á 50 ára afmæli knattspyrnudeildarinnar

## Afturelding í Bestu deild

Afturelding hafði betur í úrslitaleik Lengjudeildar-umspils um sæti í Bestu deild karla 2025 á Laugardalsvelli. Þetta er í fyrsta sinn í sögu Aftureldingar sem karlalíð félagsins kemst í efstu deild Íslandsmótsins og það á 50

ára afmæli knattspyrnudeildar Aftureldingar. „Það var ólýsanleg tilfinning að sjá félagið taka skrefið upp í efstu deild eftir mikla vinnu og uppgang undanfarin ár,“ segir Magnús Már Þjálfari. >>26

Mynd/RaggiÓla

### EIGN VIKUNNAR

www.fastmos.is



### Desjamýri - atvinnuhúsnæði

107,8 m<sup>2</sup> atvinnuhúsnæði við Desjamýri 11V í Mosfellsbæ. Eignin er laus til afhendingar við kaupsamning. Sér afnotasvæði er fyrir framan innkeyrsludyr og fyrir framan húsnæðið við lóðarmörk sem tilheyrir eigninni.

V. 42,5 m.



**Fasteignasala**  
**Mosfellsbæjar**

FYLGSTU  
MEÐ OKKUR  
á Facebook

Kjarna • Þverholti 2 • 270 Mosfellsbær • S. 586 8080  
Svanþór Einarsson • lögg. fasteignasali • www.fastmos.is

FESTU NIÐUR TRAMPÓLÍNIÐ!



MEÐ TRAMPÓLÍNSKRÚFUM  
Frá REDDER

Einfalt að setja niður  
og fara örugg inn í veturinn

**redder**  
Byggingalausnir

Hyrjarhöfða 2  
Sími 558 0888  
www.redder.is

ÞÚ FÆRÐ KÖKU FYRIR ÞITT TÍLEFNI  
HJÁ OKKUR!

MOSFELLSBÆKARI.IS HÁHOLT 13-15 HÁALETTISBRAUT 68-60



Mosfellingurinn Sigrún Másdóttir íþróttakennari og snyrtifræðingur

Að kenna og þjálfar  
er mín hugsjón >>24

RÉTTINGAVERKSTÆÐI  
**Jóns B. ehf**

Flugumýri 2, Mosfellsbæ  
Símar: 566 7660 og 697 7685 jonrett@internet.is  
WWW.JONB.IS



BÍLALEIGA  
Á STAÐNUM



CABAS



ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI  
SKIPTUM UM FRAMRÚÐUR

Útgefandi: Mosfellingur ehf., Spóahöfða 26, sími: 694-6426

Ritstjóri og ábyrgðarmaður:

Hilmar Gunnarsson, hilmar@mosfellingur.is

Ritstjórn:

Anna Ólöf Sveinbjörnsdóttir, annaolof@mosfellingur.is

Ragnar Þór Ólason, raggiola@mosfellingur.is

Ruth Örnólfsdóttir, ruth@mosfellingur.is

Prentun: Landsprent. **Upplag:** 5.000 eintök. **Dreifing:** Afturelding.

**Umbrot og hönnun:** Mosfellingur ehf.

**Pröförk:** Ingibjörg Valsdóttir ISSN 2547-8265

Tekið er við aðsendum greinum á mosfellingur@mosfellingur.is og skulu þær ekki vera lengri en 500 orð. Efni og auglýsingar skulu berast fyrir kl. 12, mánudegi fyrir útgáfudag.

Mosfellingur kemur út mánaðarlega.

NÆSTI MOSFELLINGUR KEMUR ÚT 28. NÓVEMBER

## Besta deildin 2025

Það var stór stund þegar flautað var til leiksloka á Laugardalsvelli þann 28. september. Afturelding tryggði sér þá sæti í efstu deild karla í knattspyrnu.



Mosfellsbær hefur löngum verið fjölmennasti byggðarkjarni á Íslandi sem aldrei hefur átt lið í efstu deild karla í fótbolta. Nú breytist það á næsta ári.

Hilmar Gunnarsson, ritstjóri Mosfellings

Þegar maður sjálfur var lítill gutti að æfa var meistaraflokkur Aftureldingar oftast en ekki að ströggla í 4. deild. Nú er öldin önnur og Mosfellingar geta glaðst og tekið þátt í nýjum kafla í sögunni.

Magnús Már Þjálfari á hrós skilið fyrir sína miklu vinnu í kringum liðið og Gísli Elvar sem haldið hefur utan um öflugt meistaraflokksráð. Þá hafa leikmenn lagt allt í sölnar og hrifið áhorfendur með og alla þá sjálfboðaliða sem haf lagt hönd á plóg. Það er tilhlökkun fyrir næsta tímabili þar sem við fáum að spreyta okkur í Bestu deildinni 2025.



# ÍSUGL

www.isfugl.is



## Í ÞÁ GÖMLU GÓÐU ...

### MOSFELLSPÓSTURINN OG LJÓSMYNDASAFN

Hinn 12. desember 1980 hóf bærblaðið Mosfellsþósturinn göngu sína og var fyrsta ópólitíska blaðið sem gefið var út í Mosfellsbæ.

Blaðið var átta blaðsíður í dagblaðsbroti, kom að jafnaði út tvisvar í mánuði og kostaði 400 krónur í lausasölu í fyrstu. Nokkrum vikum síðar var verið blaðsins lækkað niður í sex krónur en það átti sér eðlilegar skýringar: myntbreyting gekk í garð á Íslandi.

Anna Bjarnason (1933-1998) ritstjórn Mosfellsþóstinum fyrstu árin og eiginmaður hennar, Atli Steinarsson (f. 1929), vann einnig mikið við blaðið sem skapaði sér fljótlega fastan sess í sveitarfélaginu.

Mosfellsþósturinn kom út á árunum 1980-1983 og 1986-1989, síðustu tvö árin ritstýrði Birna E. Gunnarsdóttir (f. 1948) blaðinu.

Mosfellsþósturinn fjallaði eingöngu um innansveitarmál og spurði eitt sinn: Hvenær er maður orðinn Mosfellingur? Einn lesenda svaraði spurningunni þannig: Þegar þér finnst leiðin upp í Mosfellsveit vera orðin styttri en leiðin til Reykjavíkur, þá ertu orðinn Mosfellingur.

Ljósmyndasafn Mosfellsþóstsins geymir frábærar myndir frá því tímabili sem hann kom út, bæði af mannlífi



AFTARI RÖÐ: JÓI, ANDRÉS, EGILL, BIGGI, VILLI OG BJARKI SIG.  
FREMRI RÖÐ: BENNI, ÞÓRÐUR, VÍÐIR, MUNDI OG ELVAR.



og viðburðum í bæjarfélaginu.

Undirritaður hefur óspart sótt efni í pistlana „Í þá gömlu góðu“ í þessar heimildir. Á myndinni eru ungir og upprennandi

íþróttamenn með þjálfara sínum Bjarka Sigurðssyni.

Ég fékk aðstoð við að þekkja og nafnsetja strákana og kaus að nota nöfnin eins og ég fékk þau í hendur.

Heimild: Mosfellsbær, saga byggðar í 1100 ár.

Umsjón: Birgir D. Sveinsson (birgird@simnet.is)

## HÉÐAN OG ÞAÐAN



Getur þú fundið Benjamin falinn í blaðinu?



skólanet Hringdu

hraðasta internetið

ótakmarkað gagnamagn

langbesta verðið

fyrir námsmenn



# Fasteignasala Mosfellsbæjar



Svanþór  
Einarsson  
Lögg. fasteignasali



Sigurður  
Gunnarsson  
Lögg. fasteignasali



Theodór Emil  
Karlsson  
Lögg. fasteignasali



Steingrímur  
Benediktsson  
Lögg. fasteignasali



## UGLUGATA 2

Mjög falleg og vel skipulögð 140,2 m<sup>2</sup> 4ra herbergja íbúð á 2. hæð (efstu) í fjölbýlishúsi. Stórar yfirbyggðar svalir (ca 16,4 m<sup>2</sup>) í suðvesturátt með fallegu útsýni. Sérgeymsla er í kjallara (skráð 34,7 m<sup>2</sup>) sem hægt væri að nýta sem vinnustofu, tómstundaherbergi, rækt og fl.

V. 95,9 m.



## TRÖLLATEIGUR 24

Björt og vel skipulögð 127,9 m<sup>2</sup> 4ra herbergja endaíbúð á 1. hæð ásamt bílastæði í bílakjallara í lyftuhúsi. Eignin er staðsett rétt við miðbæ Mosfellsbæjar, stutt er í skóla, íþróttasvæði, verslun, heilsugæslu og alla helstu þjónustu.

V. 79,9 m.



## TRÖLLATEIGUR 24

Rúmgóð, falleg og vel skipulögð 144,3 m<sup>2</sup> fjögurra herbergja endaíbúð á annarri hæð í lyftuhúsi við Tröllateig 24 í Mosfellsbæ. Staði í bílakjallara fylgir eigninni. Stórar svalir í suðvesturátt sem eru með svalalokun að hluta.

V. 96,9 m.



## ÞVERHOLT 2

Vel skipulagt 68,2 m<sup>2</sup> skrifstofuhúsnæði á 1. hæð í Kjarnanum við Þverholt 2 í Mosfellsbæ. Eignin skiptist í forstofu, þrjár skrifstofur, salerni og kaffistofu. Dúkur er á gólfum. Frábær staðsetning miðsvæðis í Mosfellsbæ.

V. 45,9 m.



## SUNNUKRIKI 3A

Mjög falleg og björt 102,8 m<sup>2</sup> 3ja herbergja íbúð á 6. hæð - efstu hæð í lyftuhúsi, með glæsilegu útsýni. Frábær staðsetning miðsvæðis í Mosfellsbæ, örstutt í verslun og þjónustu. Krikaskóli er í hverfinu og íþróttasvæðið að Varmá skammt frá.

V. 84,9 m.



## SUNNUKRIKI 3A

Falleg og björt 2ja herbergja íbúð á fimmtu hæð í lyftuhúsi, með miklu útsýni. Eignin er skráð 68,3 m<sup>2</sup>, þar af íbúð 58,1 m<sup>2</sup> og geymsla 10,2 m<sup>2</sup>. Íbúðin skiptist í forstofu, stofu, eldhús, svefnherbergi, baðherbergi og sérgeymslu. Frábær staðsetning miðsvæðis í Mosfellsbæ.

V. 61,9 m.



## FOSSATUNGA 1-15

Ný og vel skipulögð raðhús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr við Fossatungu í Mosfellsbæ. Mjög stórar svalir með fallegu útsýni. Húsin afhendast fullbúin að innan með grórfjafnaðri lóð, en þó er búð að helluleggja fyrir framan inngang.

V. 129,9 m.



## UGLUGATA 29

Mjög fallegt og vel skipulagt 158,5 m<sup>2</sup> parhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr. Fallegar innréttingar og gólfefni. Vönduð tæki. Mikil lofthæð með innbyggðri lýsingu sem gerir eignina bjarta og skemmtilega.

V. 129,9 m.



## SÚLUHÖFÐI 25

262,4 m<sup>2</sup> sérhæð með innbyggðum bílskúr og auka íbúð á neðri hæð. Fyrir framan húsið er steypt bílplan og stór timburverönd með skjólgirðingu. Stórar svalir með fallegu útsýni. Aukaíbúðin sem fylgir eigninni er í útleigu í dag og veitir góðar leigutekjur.

V. 148,9 m



## SELJADALSVEGUR 12

Nýtt og glæsilegt 124,1 m<sup>2</sup> heilsárhús/sumarhús í útjaðri byggðar rétt við Hafravatn í um 10-15 mín akstri frá höfuðborgarsvæðinu. Afhendist rúmlega tilbúin til innréttinga skv. skilalýsingu seljanda. Stórir gólfíðir gluggar og glæsilegt útsýni.

V. 129,9 m.



## KLAPPARHLÍÐ 30A

26,3 m<sup>2</sup> bílskúr við Klapparhlíð 30A í Mosfellsbæ. Málað gólf. Lítið geymsluloft. Rafdrifinn bílskúrshurðaropnari. Skolvaskur með heitu og köldu vatni er fremst í skúrnum. Lítil rekstrarkostnaður.

V. 15,5 m.



## LAXATUNGA 143

Glæsilegt 224,6 m<sup>2</sup>, 5 herbergja einbýlishús með innbyggðum bílskúr. Frábær staðsetning, glæsilegt útsýni og vandaðar innréttingar frá Axis. Steyptar verandir með heitum og köldum potti.

V. 159,9 m.



## LAXATUNGA 139

Fallegt 239,5 m<sup>2</sup> einbýlishús með innbyggðum bílskúr. Fallegur bakgarður með timburverönd með heitum potti í suðurátt. Steypt bílplan með snjóbræðslu. Vel staðsett eign í hverfinu með fallegt útsýni.

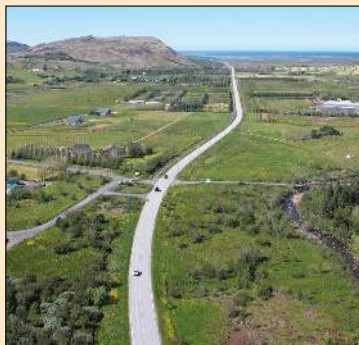
V. 179,9 m.



## BUGÐUFLJÓT 17B

Nýtt og vandað 63,8 m<sup>2</sup> geymsluhúsnæði við Bugðuflljót 17 á Tungumelum í Mosfellsbæ. Eignin afhendist við kaupsamning fullbúin skv. skilalýsingu seljanda.

V. 29,9 m.



## Ráðist í vegabætur í Mosfellsdalnum

Fyrir dyrum standa endurbætur á Þingvallavegi um Mosfellsdal. Íbúar í dalnum hafa margoft kvartað yfir hraðakstri á þessum kafla og krafist úrbóta. Þarna hafa orðið alvarleg slyss og sumarið 2018 varð banaslyss á kaflanum. Íbúar í dalnum eru vel á þriðja hundrað. Vegagerðin, Mosfellsbær og Hitaveita Mosfellsbæjar hafa boðið út for- og verkhönnun á breytingum á Þingvallavegi um Mosfellsdal. Kaflinn er um tveir kílómetrar að lengd og nær frá Norðurreykjaá við Hlaðgerðarkotsveg að Gljúfrasteini. Innifalið í verkinu er veg- og gatnahönnun, vegamótahönnun, hönnun undirganga, stíga, vatnsveitulagnar, hitaveitulagnar og afvötnun. Verkinu skal að fullu lokið eigi síðar en í maí 2025.



## Viðurkenning Jafnvægisvogarinnar

Mosfellsbær hlaut á dögunum, ásamt góðum hópi fyrirtækja, stofnana og sveitarfélaga, viðurkenningu verkefnisins Jafnvægisvogin, sem er hreyfiaflsverkefni Félagsskvanna í atvinnulífinu (FKA). Árlega eru veittar viðurkenningar til þeirra aðila sem náð hafa markmiði verkefnisins um jafnt hlutfall kynja í stjórnnum fyrirtækja og stofnana, þ.e. að hlutfallsleg skipting karla og kvenna í stjórnnum sé aldrei ójafnari en 40/60. Inntak Jafnvægisvogarinnar er einfalt og skilaboðin mjög skýr um að jafnrétti sé ákvörðun sem þarf að taka með formlegum hætti ef breytingar eiga raunverulega að verða að veruleika. Í ár voru viðurkenningar um 130 talsins sem gefur von um að jafnrétti þökist í rétta átt í ædstu stjórnnum.

## KIRKJUSTARFIÐ



WWW.LAGAFELLSKIRKJA.IS

Mosfellskar tilnefningar • Íslensku menntaverðlaunin 2024 verða afhent 5. nóvember

# Tilnefningar til menntaverðlauna

Íslensku menntaverðlaunin eru árleg viðurkenning fyrir framúrskarandi skólastarf eða umbætur í menntamálum og í ár voru tvær tilnefningar tengdar skólastarfi í Mosfellsbæ.

Tilnefningar hafa verið birtar en verðlaunin verða veitt við hátíðlega athöfn 5. nóvember á Bessastöðum.

### Dóra Guðrún Wild á Hlaðhömrum

Dóra Guðrún Wild kennari við leikskólann Hlaðhamra er tilnefnd sem framúrskarandi kennari ársins fyrir faglega og metnaðarfulla leikskólakennslu, meðal annars fyrir útinám og fyrir að auðga líf barna í Mosfellsbæ með fjölbreyttu lista- og menningarstarfi.

Dóra Guðrún útskrifaðist frá Fósturskóla Íslands 1984 og hefur starfað í leikskólanum Hlaðhömrum frá árinu 1995 og er þar deildarstjóri í dag. Henni er lýst sem einstökum leiðtoga, fyrirmynd og fagmanneskju.

Leikskólinn Hlaðhamrar starfar í anda Reggio Emilia stefnunnar og hefur Dóru tekist einstaklega vel að nálgast öll námssvið leikskóla í gegnum leik, sköpun og jákvæð samskipti.



DÓRA GUÐRÚN WILD

### Snjallræði í Helgafellsskóla

Í flokknum framúrskarandi þróunarverkefni er Helgafellsskóli tilnefndur fyrir verkefnið sitt Snjallræði sem nær frá leikskólástigi til unglíngastígs. Verkefnið er úr smíðju Málfríðar Bjarnadóttur deildarstjóra.

Snjallræði er hönnunarstund þar sem nemendur skólans efla sköpunargáfu sína



MÁLFRÍÐUR BJARNADÓTTIR

með mánaðarlegum áskorunum, þar sem þeir takast á við raunveruleg samfélagsvandamál eins og til dæmis plastmengun í sjónum og matarsóun.

Nemendur glíma við hönnunaráskoranir í hópum og læra ferli hönnunar og hönnunarhugsunar þar sem reynir á samvinnu, samskipti og að hugsa út fyrir kassann.



MOSFELLSKIRKJA Í MOSFELSDAL

Lokað vegna mygluskemmda frá því í vor

# Endurbætur á Mosfellskirkju

Nú á haustmánuðum hefur verið lagt kapp á vinnu við nauðsynlegar framkvæmdir bæði við Mosfellskirkju og Lágafellskirkju.

Mosfellskirkja hefur verið lokað vegna mygluskemmda frá því í vor. Sóknarnefnd Lágafellssóknar tók þá ákvörðun á fundum sínum í haust að hefja endurbætur á Mosfellskirkju til að koma í veg fyrir frekari skemmdir sem og að opna kirkjuna að nýju.

Mosfellskirkja í Mosfellsdal var vígð 4. apríl 1965 og fagnar því 60 ára vígsluafmæli á næsta ári. Stefnt er að hátíðarhöldum að framkvæmdum loknum. Mosfellskirkja er gerð eftir teikningu Ragnars Emilssonar.

### Viðhald á Lágafellskirkju

Komið var að nokkru viðhaldi á Lágafellskirkju. Því er nú unnið að lagfæringum á tröppum við skrudhús kirkjunnar en við þessar endurbætur mun aðgengi fyrir öll bætast til mikilla muna.

Fleiri framkvæmdir eru í gangi, við skrudhúsið hefur ný eldhúsinnrétting verið sett upp, einnig verður málað innandyrna fyrir jól.



EINAR SMÍÐUR VIÐ SKRUDHÚSIÐ

## HELGIHALD NÆSTU VIKNA

### Sunnudagur 27. október

Kl. 11: Guðspjónusta í Lágafellskirkju. Sr. Henning Emil Magnússon þjónar. Kl. 13: Sunnudagaskóli í Lágafellskirkju.

### Sunnudagur 3. nóvember

Kl. 13: Jól í skókassa sunnó í Lágafellskirkju. Kl. 13: Alþjóðakaffi í safnaðarheimilinu, Þverholti 3, fyrir fól af erlendum uppruna. Mánaðarlegir hittingsar fyrsta sunnudag í hverjum mánuði. Kl. 20: Allra heilagra messa í Lágafellskirkju. Sr. Guðlaug Helga Guðlaugsdóttir þjónar.

### Sunnudagur 10. nóvember

Kl. 11: Guðspjónusta í Lágafellskirkju. Sr. Arndís Linn þjónar. Kl. 13: Friðar sunnó í Lágafellskirkju.

### Sunnudagur 17. nóvember

Kl. 13: Sunnudagaskóli í Lágafellskirkju. Kl. 20: Taizé messa í Lágafellskirkju. Sr. Henning Emil Magnússon þjónar.

### Sunnudagur 24. nóvember

Kl. 11: Guðspjónusta í Lágafellskirkju. Sr. Arndís Linn þjónar. Kl. 13: Sunnudagaskóli í Lágafellskirkju.

### Foreldramorgnar hefjast á ný!

Á fimmtudögum kl. 10-12 í safnaðarheimilinu. Kríli og krútt velkomin í fylgd með fullorðnum! (sjá auglýsingu)

### Kyrrðarbænastundir

Á þriðjudögum kl. 17:30 í Lágafellskirkju.

### Kyrrðarbænastundir

Fermingarbörn safna fyrir vatnsverkefni Hjálparstarfs kirkjunnar miðvikudaginn 6. nóvember kl. 17-21. Hvetjum Mosfellinga til að taka vel á móti fermingarbörnum.

# RAM 3500 FREMSTUR Í FLOKKI



**RAM**



RAM 3500 MEGA CAB NIGHT EDITION



RAM 3500 CREW CAB 40" BREYTING



RAM 3500 CREW CAB

## EIGUM FJÖLBREYTT ÚRVAL RAM PALLBÍLA TILBÚNA TIL AFHENDINGAR

RAM pallbíllinn hefur fyrir löngu sannað ágæti sitt við íslenskar aðstæður. Til marks um það hafa fjölmörg fyrirtæki og stofnanir valið RAM pallbíla fyrir sína starfsemi. Sannarlega vinnufélagi sem allir vilja fá til starfa. Eigum flestar gerðir RAM 3500 tilbúna til afhendingar. Breytingapakkar og fjölmargar tækninýjungar í boði fyrir þá sem þurfa vinnufélaga sem hægt er að treysta.

Breytingaverkstæði ÍSBAND sérhæfir sig í breytingum og uppsetningum á aukabúnaði fyrir RAM.

**BJÓÐUM UPP  
Á 35"-40"  
BREYTINGAR**

**EVROPUÁBYRGÐ:** BÍLAR SEM EKKI ERU FLUTTIR INN AF UMBOÐI FRÁ USA OG KANADA ERU EKKI Í ÁBYRGÐ FRAMLEIÐANDA. VERKSMÍÐJU-ÁBYRGÐ TRYGGIR AÐ ALLAR INNKALLANIR OG UPPFÆRSLUR SEM KUNNA AÐ BERAST Á LÍFTÍMA BÍLSINS ERU TILKYNNTAR EIGANDA SEM FRAMLENGÐ ÁBYRGÐ OG FRAMKVÆMDAR EIGANDA AÐ KOSTNAÐARLAUSU.

## Gabriel Kristinn gefur út matreiðslubók

Mosfellingurinn Gabriel Kristinn Bjarnason, matreiðslumaður og landsliðs kokkur, var að gefa út sína fyrstu matreiðslubók sem ber heitið Þetta verður veisla! „Síðastliðin tvö ár hef ég verið að skrifa, græja og gera fyrir þessa skemmtilegu matreiðslubók, hönnuð fyrir fólkid sem elskar að bjóða í veislu heima en vantar nýjar framandi hugmyndi, allt frá þeyttu smjöri í aðalrétti og deserta,“ segir Gabriel sem er glaður og þakklátur fyrir að sjá draum, sem hann hefur alið með sér frá því hann byrjaði ungur að kokka, rætast. „Bókin er fánæg í öllum helstu verslunum og verður klárlega jólagjöfin í ár. Ég er mjög spenntur að fylgja bókinni eftir og kynna hana vel,“ segir Gabriel en hægt er að fylgjast með honum á samfélagsmiðlum þar sem hann deilir góðum ráðum.



## Ari Eldjárn með uppistand í Hlégarði

Ari Eldjárn, einn allra vinsælasti uppistandari þjóðarinnar ætlar að kítla hláturtaugarnar í Hlégarði föstudagskvöldið 22. nóvember kl. 21. Ari stendur fyrir skemmtilegri og tilrauna-kenndri uppistandssýningu þar sem hann prófar nýtt grín. Sýningin er ákveðin upp-taktur að hans árlega Áramótaskopi sem slegið hefur í gegn síðustu ár. Sýningin varir í rúma klukkustund og má nálgast miða á Tix.is.



## Lágafellssókn þakkar fyrir vel unnin störf

Lágafellssókn þakkaði á dögunum Kristínu Davíðsdóttur fyrir vel unnin störf í nútíð og framtíð. Kristín hefur lengi vel verið kirkjugörðum Lágafellssóknar mikill liðsstyrkur. „Hennar grænu fingur hafa m.a. leitt gróðursetningu á fjölda birki-trjáa til að veita gott skjól í Mosfellsdalnum, veitt endalausa gróður-ráðgjöf til Boga umsjónarmanns, verið flokksstjóri ásamt Boga þegar bærinn lánaði okkur starfsfólk eina viku til verkefna í Covid, almennri gróðurumhirðu og tinslu á rusli í veðrum og vindum. Mest af þessu hefur hún unnið í frítíma sínum, einhent sér í verkin enda mikil hjálp þar sem kirkjugarðarnir eru jú þrír talsins í Mosó. Þetta lýsir eldmóð-inum í Kristínu. Sjálfbóðaliðar eru dýrmætir.“ Myndin er tekin af Kristínu og Boga í fállegu umhverfi Lágafellskirkjugarðs.

Stór dagur í Lágafellskirkju • Arndís, Henning og Guðlaug sett í embætti í sömu athöfn

# Þrír prestar settir í embætti

Það ríkti mikil gleði í Lágafellskirkju sunnudaginn 22. september þegar innsetningarguðsþjónusta allra presta safnaðarins fór fram.

Segja mætti að met hafi verið slegið í Mosfellsbænum þar sem haft var á orði að mögulega væri þetta í fyrsta skipti í sögu þjóðkirkjunnar þar sem þrír prestar eru settir inn í söfnuð í sömu athöfninni.

Prófastur Kjalarnesprófastdæmis sr. Hans Guðberg Alfreðsson þjónaði fyrir altari og setti þau sr. Arndís G. Bernhardsdóttur Linn, sr. Guðlaugu Helgu Guðlaugsdóttur og sr. Henning Emil Magnússon inn í störf sín og færði þeim erindisbréf.

Henning Emil hefur starfað hjá söfnuðinum frá 1. ágúst 2022 og Arndís tók við starfi sóknarprests 1. ágúst 2023.

Guðlaug Helga bættist svo í hóp prestanna um síðustu hvítasunnu þegar hún vígðist til prests í Skálholtskirkju.

### Mikil gróska einkennt safnaðarstarfð

Mikill söngur einkenndi þessa fállegu guðsþjónustu þar sem allt starfsfólk og prestar safnaðarins tóku þátt.

Andrea Gréta Axelsdóttir kirkjuvörður og meðhjálpari og Jóhanna Ýr Jóhannsdóttir nýráðinn framkvæmdastjóri safnaðarins lásu ritningarlestra.

Auk prestanna lásu Bogi Benediktsson æskulýðsfulltrúi og Kristján Júlíus Kristjánsson kirkjukórshólfélagi bænir.

Kirkjukór Lágafellssóknar leiddi kirkjugesti í söng undir stjórn



PRESTARNIR ÞRÍR MED PRÓFASTI

Árna Heiðars Karlssonar organista.

„Hjá Lágafellssókn hefur starfað öflugur hópur síðustu misserin og mikil gróska hefur verið einkennandi fyrir safnaðarstarf og endurnýjun í helgihaldi,“ segir Arndís Linn. „Það má því með sannri gleði segja að framtíð kirkjunnar sé björt í Mosfellsbænum.“

Koma upp þjónustukjarna fyrir börn og ungmenni • Vöntun á meðferðarheimili

# Drög kynnt að skipulagslýsingu varðandi Farsældartún

Á fundi skipulagsnefndar Mosfellsbæjar síðastliðinn föstudag voru tekin fyrir drög að skipulagslýsingu varðandi verkefnið Farsældartún, áður Skálatún í Mosfellsbæ.

Til stendur að koma upp þjónustukjarna fyrir börn og ungmenni á svæðinu í samræmi við samning frá því í júní 2023 á milli sjálfseignarstofnunarinnar Skálatúns og ríkisins um uppbyggingu á þjónustu fyrir börn og ungmenni á Skálatúni.

IOGT sem rak Skálatún ánaðnaði fasteignum og lóðum Skálatúns til nýtingar í málefnum barna og fjölskyldna. Þá var sjálfseignarstofnun stofnuð um fasteignir Skálatúns og framsal lóðaréttinda til sjálfseignarstofnunarinnar bundið þeirri kvöð að framtíðaruppbygging á svæðinu verði einungis í þágu hagsmuna barna og fjölskyldna auk þess sem frekari takmarkanir eru á framsali landsins.

### Blanda af skrifstofubyggingum og meðferðarstarfsemi

Þá var skrifað undir viljayfirlýsingu milli mennta- og barnamálaráðuneytis og Mosfellsbæjar sem lýtur að því að stofnanir ríkisins sem sinna málefnum barna, samtök sem vinna í þágu barna og þjónustuaðilar barna, verði staðsett að Skálatúni í nokkurs konar miðstöð barna auk þess að byggð yrði upp þjónusta við börn með fjölpættan vanda.

Eftt var til nafnasamkeppni í vetur og varð nafnið Farsældartún fyrir valinu.



Mosfellingarnir Ásmundur Einar barnamálaráðherra, Sigrún Lóa íbúi á Skálatúni og Regína bæjarstjóri Mosfellsbæjar í maí 2023 þegar undirritaðir voru samningar um að bærin tæki alfarið við rekstri Skálatúns.

Sjálfseignarstofnunin Farsældartún hefur unnið að deiliskipulagi svæðisins og voru fyrstu drögin kynnt í skipulagsnefnd síðastliðinn föstudag. Framtíðarskipulag svæðisins verður kynnt vel fyrir íbúum og öðrum hagsmunaaðilum en þar er stefnt að því að hafa blöndu af skrifstofubyggingum og meðferðarstarfsemi.

### Nýtt úrræði á Skálatúni

Barna- og fjölskyldustofa hefur óskað eftir tímabundnum afnotum af einu húsanna sem er í Skálatúni fyrir meðferðardeild fyrir fimm börn og unglínga.

Með því að stofna sérstakt úrræði í Skálatúni er hægt að aðgreina börn betur sem eru í greiningu og meðferð frá þeim

börnum sem eiga við alvarlegasta vandann að stríða en þau verða áfram á meðferðardeild Stuðla. Um er að ræða nýtt úrræði. Vegna mikillar umræðu um blöndun hópa og smítáhrif er verið að vinna að framan-greindri aðgreiningu.

Einnig munu þau fá þjónustu meðferðar-teymis á vegum BOFS en það eru sálfræðingar sem sinna þeirra meðferð. Áætlaður fjöldi starfsmanna er 17.

### Staðan erfið á Stuðlum

Að sögn Regínu Ásvaldsdóttur bæjarstjóra er það mikið fagnaðarefni ef það verður hægt að opna meðferðardeild fljótlega fyrir börn og unglínga sem þurfa meðferð í rólegu umhverfi. Staðan hafi verið erfið á Stuðlum og ekki hægt að þjónusta nægilega vel þau börn sem geta verið í opnu meðferðarúrræði vegna plássleysis.

„Við höfum fundið mjög mikið fyrir því hér í Mosfellsbæ hvað það vantar meðferðarheimili fyrir börn og unglínga og höfum þrýst mjög á ríkisvaldið að stíga þar inn.“

Þó svo að húsnæðið sé ekki sérhannað fyrir slíka meðferð þá getur heimilislegt umhverfi og fállegt nærumhverfi haft góð áhrif á líðan barnanna meðan á meðferð stendur.“

Aðspurð segir Regína að sex einstaklingar hafa verið í neyðarvistun á Stuðlum á vegum Mosfellsbæjar í alls 16 skipti á árunum 2023 og 2024 og fjórir þeirra verið á meðferðardeild eða stuðningsheimili.



# JAKO

## SPORT ÍSLANDI

JAKOSPORT (NAMO EHF) - KRÓKHÁLS 5F - 110 ÁRBÆR

Sími: 566 7310 - jakosport@jakosport.is - jakosport.is



## MONDRAKER 2025 FORSALAN HEFST 4. NÓVEMBER!

Mondraker reiðhjólin eru á meðal þeirra bestu í heimi og hafa unnið til fjölda verðlauna fyrir frammistöðu, nýsköpun og gæði. Mondraker hefur verið leiðandi í þróun og framleiðslu reiðhjóla síðan 2001, og býður upp á breitt úrval reiðhjóla og rafhjóla fyrir alla í fjölskyldunni, allt frá byrjendum til keppnisfólks.



## Mosfellsbær semur um snjómokstur

Mosfellsbær hefur samið við tvo verktaka um snjómokstur fyrir bæjarfélagið. Annars vegar vegna stofn- og tengibrauta og hins vegar vegna húsgatna og bílplana stofnana bæjarins. Íslenska gámafélagið mun sjá um vetrarþjónustu stofn- og tengibrauta og gildir samningurinn fyrir árin 2024-2027 með möguleika á framlengingu um tvö ár, eitt ár í senn. Samningurinn er með bætt þjónustustig en frá fyrra útbóði er búið að bæta við fleiri götum við stofn- og tengibrautir.

Einnig voru undirritaðir snjómoksturssamningar við Malbikstöðina vegna vetrarþjónustu húsgatna og bílplana stofnana. Í þessum samningum er einnig um þjónustuaukningu að ræða. Í útbóði ársins 2024 voru húsgötur og bílplön boðin út saman. Mikilvægt var að bjóða út hálkuvörn og mokstur helstu húsgatna þar sem ábendingar á liðnum vetri voru á þá leið að bæta þyrfti þessa þjónustu við íbúa. Þjónustustöð Mosfellsbæjar sér um mokstur og hálkueyðingu á öllum stígum bæjarins og helstu gangstéttum í hverfum þar sem hægt er að koma því við. Upplýsingar um vetrarþjónustu í Kortasjá Mosfellsbæjar verða uppfærðar á næstunni í samræmi við þessar breytingar.

Ólafsvaka haldin 31. október • Ólafur Magnússon 60 ára

# Söngskemmtun í tilefni 60 ára afmælis

Ólafsvaka, söngskemmtun, verður haldin þann 31. október í tilefni 60 ára afmælis Ólafs M. Magnússonar. Eftir verður til tónleika í Langholtskirkju með tónlistar- og söngvinum afmælisbarnsins.

Allur ágóði af tónleikunum rennur til styrktar ungmennum í vímuefnavanda hjá SÁÁ. „Þannig viljum við heiðra minningu Magnúsar Andra Sæmundssonar bróðursonar míns sem lést langt fyrir aldur fram aðeins 19 ára gamall úr fíknisjúkdóm.

Fráfall Magnúsar Andra var okkur fjölskyldu hans mikið áfall en það er sorglegt að við vorum síður en svo eina fjölskyldan sem stóð í þessum sporum en alls dóu um 40 ungmenni á sama hátt á 12 mánaða tímabili. Við viljum vekja athygli á þeirri þungu og erfiðu aðstöðu sem ungmennin okkar þurfa að fást við í dag.“

### Láta gott af sér leiða

„Öflugir aðilar halda sterkt að þeim fíkniefnum og nota skólana og öll tækifæri til þess að nálgast nýja notendur og beita öllum brögðum til þess. Börn glíma jafnframt við mikið álag frá samfélagsmiðlum sem gera miklar kröfur til þeirra og rannsóknir hafa sýnt meiri einsemd og vanlíðan ungmenna. Ásamt því að ofbeldi og mikil harka í samskiptum gagnvart þeim virðist vera að aukast.

Við viljum því vekja alla til umhugsunar um þá erfiðu stöðu sem börn og ungmenni búa við í dag og leggja okkar lóð



MAGNÚS ANDRI LÉST  
AÐEINS 19 ÁRA GAMALL

á vogarskálarnar til að rétta þeim þá hjálparhönd sem við getum.

Um leið og við höldum frábæra söngskemmtun með léttu ívafi, viljum við láta gott af okkur leiða og væri mikil ánægja að sjá ykkur sem flest,“ segir Ólafur en miðasala er hafin á Tix.is.

### Karlarórar og flott tónlistarfólk

Kynnir kvöldsins verður Gísli Einarsson og gestir eru Kristján Jóhannsson, Gissur Páll Gissurarson, Björg Þórhallsdóttir, Viðar Gunnarsson, Jón Magnús Jónsson, Jörunn Lára Ólafsdóttir, Ásdís Rún Ólafsdóttir og Ólafur M. Magnússon.

Karlarórar Kópavogs og Kjalnesinga koma fram auk tónlistarmanna á borð við Matthías Stefánsson, Hilmar Örn Agnarsson, Helgu Bryndísi Magnúsdóttur, Erik Quick, Tómas Guðna Eggertsson, Jón Rafnsson og Gunnar Hilmarsson.



ÓLAFUR MAGNÚSSON



## Lions býður upp á blóðsykursmælingu

Lionsklúbbarinn í Mosfellsbæ bjóða upp á friar blóðsykursmælingar í Bónus Mosfellsbæ fimmtudaginn 14. nóvember, á Alþjóðlegum degi sykursýki, milli kl. 17:00 og 19:00. Sykursýki er oft falin en mikilvægt er að greina hana á byrjunarstigi svo koma megi í veg fyrir alvarlegar aukaverkanir. Sykursýki er efnaskiptasjúkdómur sem dregur nafn sitt af auknu sykurmagni í blóði. Orsök sykursýki er ekki þekkt og sjúkdómurinn er ólæknað en með rétttri meðhöndlun er hægt að halda sjúkdómnum í skefjum. Sykursýki 1 getur greinst hvenær sem er á lífsleiðinni. Um er að ræða sjálfsöfnæmissjúkdóm sem þýðir að líkaminn hefur brugðist við utanaðkomandi áreiti með myndun mótefna sem síðan taka þátt í að eyðileggja vissar frumur líkamans. Sykursýki af tegundinni 2 er vaxandi vandamál í heiminum öllum. Það er þó farið að hægja á greiningu nýrra tilfella á vissum svæðum eins og í hinum vestræna heimi en heildarfjöldinn sem er með þennan langvinna sjúkdóm er þó enn að aukast. Lionshreyfingin leggur hér lið. Þótt við þekkjum öll dæmi um að beinar blóðsykursmælingar hafi svipt hulunni af ógreindri sykursýki einstaklinga er ekki síður mikilvægt að fræða og vekja athygli almennings með fjölbreyttum hætti.

## ELDRI BORGARAR • ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐIN BRÚARLANDI • FRAM UNÐAN Í STARFINU



Í byrjun september flutti félagsstarfið sig um set og opnaði í Brúarlandi - húsinu okkar. Það hefur verið virkilega gaman að sjá fullt af nýjum andlitum bætast við starfið og verða okkar daglegu gestir.

Brúarland er félagsmiðstöð fullorðna fólksins og mörg spennandi og skemmtileg námskeið hjá okkur sem ættu að henta flestum. Opnunartími er mánud. - fimmtud. 11-16 og föst. 13-16. Verið velkomin, alltaf kaffi á könnunni.

### Opið hús/menningarkvöld 18. nóvember 2024

Mosfellskórinn í Harðarbóli. Opið hús mánudaginn 18. nóvember í Harðarbóli kl. 20. Mosfellskórinn var stofnaður 1988 af Páli heitnum Helgasyni, sem einnig var stjórnandi kórsins til 2009, þegar Vilberg Viggósson tók við. Stefna kórsins er að flytja innlend sem erlend dægurlög og popplög. Kaffi-

nefndin verður svo með sitt rómaða kaffihlaðborð að venju. Aðgangseyrir er kr. 2.000 (posi verður á staðnum). Með kveðju, Menningar- og skemmtinefnd FaMos.

### BASAR 2024 í Hlégarði Sunnudaginn 24. nóvember kl. 14-17.

Hinn árlegi basar á vegum félagsstarfsins í Mosfellsbæ verður haldinn sunnudagin 24. nóv. kl. 14-17 í Hlégarði, Háholti 2. Fallegar handunnar vörur á afar góðu verði og úrvalið fjölbreytt. Allur ágóði af seldum vörum fer til þeirra sem þurfa aðstoð í bænum okkar. Posi á staðnum. Kór eldri borgara Vorboðar mun syngja fyrir gesti. Kaffisala á vegum kirkjukórsins verður á staðnum. Hlökkum til að sjá sem flesta á basarnum. STYRKJUM GOTT MÁLEFNI.

### Jólaskreytingar/leiðis-kreytingar með Brynju

Miðvikudaginn 27. nóv. og fimmtudag 28. nóv. frá 12-15 ætlar Brynja Halldórsdóttir að vera með tilsögn í skreytingagerð og hjálpa þeim sem vilja búa til nýjar jólaskreytingar eða dusta rykið af þeim gömlu, einnig tilvalið að gera leiðis-kreytingar. Endilega komið með það efni sem þið eigið sjálf og þið viljið nota. Allskonar skreytingarefni verður til líka á staðnum. Kenni í Brúarlandi, Háholti 3. Kostaður mismunandi eftir umfangi. Nauðsynlegt er að skrá þátttöku í síma 586-8014 eða á elvab@mos.is

### Hittumst í Hlégarði

Hittumst í Hlégarði fer í frí 5., 12. og 19. nóv vegna framkvæmda í Hlégarði og hittumst því næst þriðjudaginn 26. nóv kl. 13.

### SPIL SPIL SPIL ...

Minum á að það er spilað Kanasta á þriðjudögum í Hlégarði, Kínaskák á fimmtud. í Brúarlandi og félagsvist á föstud. á Eirhömrum Hlaðhömrum 2. Vertu með.



**Skrifstofa félagsstarfsins** er opin alla virka daga kl. 13-16. Sími félagsstarfsins er 586-8014. Forstöðumaður félagsstarfs eldri borgara í Mosfellsbæ er Elva Björg Pálsdóttir tómstunda- og félagsmálafræðingur, s: 698-0090.

**Skrifstofa FaMos** í Brúarlandi er opin alla fimmtudaga frá kl. 15-16.



### STJÓRN FAMOS

- Jónas Sigurðsson formaður s. 666 1040 jonass@islandia.is
- Jóhanna B. Magnúsdóttir varaformaður s. 899 0378 hanna@smart.is
- Þorsteinn Birgisson gjaldkeri thorsteinn.birgis@gmail.com
- Guðrún K. Hafsteinsdóttir ritari s. 892 9112 gunnasjana@simnet.is
- Ólafur Guðmundsson meðstjórnandi s. 868 2566 polarafi@gmail.com
- Ingibjörg G. Guðmundsdóttir varamaður s. 894 5677 igg@simnet.is
- Hrund Hjaltadóttir varamaður s. 663 5675 hrundhj@simnet.is



# Ari Eldjárn

*Hlégarði – Mosfellsbæ*

**22.** föstudagskvöldið **21:00**  
**nóvember**



Miðasala

**tix** ●●●●

## Arna Kristín ráðin til Mosfellsbæjar

Arna Kristín Hilmarsdóttir hefur verið ráðin í starf verkefnastjóra upplýsinga og miðlunar á umhverfissviði Mosfellsbæjar. Arna Kristín er með B.Sc. próf í viðskiptafræði frá Háskólanum



í Reykjavík með áherslu á alþjóða markaðsfræði. Arna hefur yfirgripsmikla reynslu sem nýttist í starfi verkefnastjóra.

Undanfarin tvö ár hefur hún starfað sem framkvæmdastjóri Stay in Vík sem rekur hótél og íbúðahótél. Þar á undan starfaði hún í sex ár sem verkefna- og viðburðastjóri hjá Íþróttá- og sýningarhöllinni í Laugardalshöll. Þar áður starfaði hún sem rekstrarstjóri hjá Hotel Luna apartments auk sem hún var yfir fyrirtækjasviði Dohop og vörumerkjastjóri hjá Karli K. Karlssyni. Í störfum sínum hefur hún öðst mikla reynslu af verkefnastjórnun, mótun þjónustuupplifunar og gerð og framsetningu gagna og nýttist sú reynsla afar vel í þessu starfi. Arna er Mosfellingur í húð og hár og er gift Erni Unnarssyni. Hún hefur störf hjá Mosfellsbæ 1. nóvember.



## Sælhús á Mosfellsheiði endurreist

Ferðafélag Íslands hefur undanfarin misseri unnið að endurbyggingu á sæluhúsi austarlega á Mosfellsheiði. Það var upphaflega reist um 1890 við nýjan veg til Þingvalla sem gengur núna undir nafninu Gamli Þingvallavegurinn. Sumarið 2022 voru hleðslusteinar teknir ofan og raðað við hliðina á rústinni. Síðan var grafið niður á klöpp og grunnurinn fylltur af grús. Eftir það lagðist vinnan í vetrardvala en í fyrrasumar var aftur tekið til óspilltra málanna og steiptur sökkull fyrir húsið. Á þeim grunni hafa veggirnir verið endurhlaðnir á sama hátt og gert var fyrir 130 árum. Þeir Örvar og Ævar Aðalsteinssynir hafa unnið þetta verk, með þeim hafa starfað Bjarni Bjarnason fjallkóngur og verktaki á Hraðastöðum í Mosfellsdal og Unnsteinn Elíasson hleðslumeistari frá Ferjubakka í Borgarfirði. Veggjahleðslunni lauk haustið 2023 en í sumar hefur verið unnið að frágangi og frekari smíði og þak komið á húsið, en nú á eftir að klára hurð, glugga, gólf og fleira innanhúss.

**MOSFELLINGUR  
KEMUR  
NÆST  
ÚT 28. NÓV**

mosfellingur@mosfellingur.is

Nýr flygill í Hlégarði • Gjöf frá Mosfellsbæ • Gamli flygillinn þarfnast viðgerðar

## Listaskólanum færður nýr flygill

Regína Ásvaldsdóttir bæjarstjóri afhenti Listaskólanum formlega nýjan flygil að gjöf frá Mosfellsbæ á fyrstu tónleikum hausttónleikadaga skólans sem fóru fram 15.–17. október í félagsheimilinu Hlégarði.

Flygillinn er af gerðinni Yamaha S3X-PE Premium Grand og hefur Listaskólinn lánað Hlégarði hljóðfærið á meðan eldri flygill sem þar hefur verið, 50 ára gamall Bösendorfer konsertflygill, verður tekinn í gegn og lagfærður. Reiknað er með að sú framkvæmd muni taka 1-3 ár.

### Flaggskip Yamaha frá Japan

Um svokallaðan S3 seríu flygil er að ræða og er hann framleiddur af handverksmönnum Yamaha í Kakegawa í Japan. Sú sería var þróuð út frá Yamaha CFX konsertflyglinum sem er flaggskip Yamaha og eitt af fremstu tónleikahússhljóðfærum í heiminum. Þessi tenging gefur flyglinum hljóm sem nálgast gæði konsertflygils og setur flygillinn því skör hærra en flesta aðrir flygla af sambærilegri stærð.

S3 flyglar eru þekktir fyrir djúpan ríkulegan hljóm og jafnvægi milli bjartari og mýkri tóna. Hljómborðið er lofað fyrir góða ásláttarnæmni og gerir píanóleikurum kleift að tjá sig með meiri nákvæmni í túlkun og tónstyrk. Byggingarefni flygilsins er hágæða evrópskt greni, hannað til að standast álag og halda lögun og



HELGA ÞÓRDÍS OG REGÍNA VIÐ FLYGILINN

gefur hljómbotninum sérstaka eiginleika þegar kemur að tónendurkasti.

Á myndinni eru Helga Þórdís Guðmundsdóttir og Regína Ásvaldsdóttir bæjarstjóri.

## Jólasveina Brunch BlikBistro

JÓLABRUNCH HLAÐBORD  
FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

JÓLASVEINARNIR KOMA OG  
GEFA GJAFIR  
ALSKYNNIS JÓLAFÖNDUR  
FYRIR KRAKKA OG  
JÓLASTEMNING

7,8,14,15 DESEMBER  
MILLI 11:30 OG 16:00  
KÍKTU VIÐ OG NJÓTTU HJÁ OKKUR

Bókaðu bord á  
[www.blikbistro.is](http://www.blikbistro.is)



# Vetrarfrí í Mosfellsbæ



Í vetrarfríinu verður að venju ýmislegt um að vera í bókasafninu, íþróttamiðstöðvum og hjá íþróttafélögum.

## Bókasafn Mosfellsbæjar

### Svakalega sögusmiðjan

- Hrekkjavökusögur fimmtudaginn 24. október kl. 13–15. Í sögusmiðjunni búum við til skemmtilegar og hrikalegar hrekkjavökupersónur, skrifum spennandi og hrollvekjandi sögur, ásamt því að teikna hryllilegar hrekkjavökumyndir. Aldursviðmið: 9–12 ára. Skráning á [sumar.vala.is](http://sumar.vala.is)

### Krakka Macramé

- Regnbogar og lauf föstudaginn 25. október kl. 10–12. Í smiðjunni lærum við að gera lauf og regnboga með macramé-hnýtingaraðferðinni. Smiðjan er fullbókuð en tekið er við skráningum á biðlista á [sumar.vala.is](http://sumar.vala.is)

### Hrekkjavökugetraun

- 24.–30. október á opnunartíma safnsins. Getur þú giskað á hve mikið af ornum og leðurblökum Hexia de Trix notar í nornaseiðinn sinn? Sá þátttakandi sem giskar á rétt magn getur unnið hrekkjavökubók, andlitsmálningu og innihald pokanna!
- Í kjölfar bangsasögustundar í Bókasafni Mosfellsbæjar sem haldin var miðvikudaginn

23. október er börnum boðið að lita bangsamyndir, leysa bangsaprautir og leita að bangsanum Fergus í safninu. Þátttökuverðlaun í boði. Bangsaleitin og -prautir verða í boði út mánudaginn 28. október.

## Lágafellslaug

- Mosfellsbær hvetur til samveru fjölskyldunnar í vetrarfríi og býður fullorðnum sem koma í fylgd barna frítt í sund fimmtudaginn 24. október kl. 14–17.
- Tilvalið er fyrir börn og fjölskyldur að fara í sund og grípa í nýju borðleikina í laugunum að lokinni góðri hreyfingu og spila sígild spil eins og lúdó, skák, slönguspil eða myllu.
- Boðið verður upp á wipeout-braut í Lágafellslaug fimmtudaginn 24. og föstudaginn 25. október kl. 10–13 báða dagana.
- Föstudaginn 25. október kl. 21–22 verður haldið sundlaugapartý fyrir unglunga í Mosfellsbæ í Lágafellslaug í samvinnu við Bólið. Sprite Zero Klan sjá um tónlistina.

## Rattleikur fyrir börn á öllum aldri í Álafosskvos

- Skemmtilegur rattleikur liggur úr Álafosskvos og um Reykjalundarskóg og hentar fyrir alla aldurshópa. Býður upp á praut og útiveru í fallegu umhverfi.
- Þá eru fellin í Mosó galopin alla daga og hentug í bæði styttri og lengri ævintýragönguferðir.

## Golfklúbbur Mosfellsbæjar

- Boðið verður upp á kynningartíma fyrir börn í vetrarfríi kl. 12–14 fimmtudaginn 24. og föstudaginn 25. október. Allur búnaður á staðnum. Golfkennararnir Dagur og Andri taka vel á móti gestum.

## Hestafjör með hestamennt

- Á félagssvæði Harðar við reiðhöllina kl. 13–14 föstudaginn 25. október verður teymt undir börnum.

Við hlökkum til að sjá ykkur í vetrarfríinu!



ÞRAUTAHLAUP Á AFMÆLISDEGI EINARS ÞÓRS

Fjöldi viðburða • Sérstök áhersla á náttúruíþróttir

# Vel heppnuð evrópsk íþróttavika í Mosó

Mosfellsbær tók þátt í Íþróttaviku Evrópu með fjölda viðburða sem voru vel sóttir.

Sérstök áhersla var á náttúruíþróttir og endurspegladist það í viðburðum og kynningum vikunnar, má þar nefna þrautahlaup, utanvegahlaup, fjallahjóliferð, standbretti og frisbigolf.

Einnig voru haldin námskeið í að detta rétt og styrktaræfingar með teygjur fyrir eldri borgara.

Fyrir yngri kynslóðina og forráðamenn þeirra var boðið upp á kraftmikla fyrirlestra um næringu án öfga og hugarþjálfun. Sömu leiðis voru ný borðspil kynnt og á næstu dögum munu eldri borgarar mæta framhaldsskólanum í skákeinvígi.

Dagskrá Mosfellsbæjar var unnin í samstarfi við Framhaldsskólann í Mosfellsbæ,



NÁMSKEIÐ Í AÐ DETTA

Aftureldingu, Félag eldri borgara í Mosfellsbæ, Frisbigolfsamband Íslands og GG sport. Fyrirlesarar og leiðbeinendur voru Anna Soffía Víkingsdóttir, Halldór Víglundsson, Runólfur Helgi Jónasson, Geir Gunnar Markússon og Grímur Gunnarsson.

Dagskrá í Hlégarði 3. nóvember • Hljómsveitin virkjuð á ný

# Endurfundur við Kristján frá Djúpalæk í Hlégarði

Endurfundur við Kristján frá Djúpalæk og textana hans var yfirskrift dagskrár sem hljómsveitin Djúpilækur ætlaði að flytja á „Menning í mars“.

Vegna fráfalls gítarleikarans ástsæla, Björgvins Gíslasonar, nokkrum dögum fyrir auglýstan dag, var viðburðurinn felldur niður. Hljómsveitin Djúpilækur hefur verið virkjuð á ný og mun stíga á stökk í Hlégarði sunnudaginn 3. nóvember kl. 14.

Á sjötta, sjöunda og áttunda áratug síðustu aldar nutu dægurlög við texta Kristjáns frá Djúpalæk mikilla vinsælda og má þar nefna Sjómannavalsinn, Þórð sjóara og Vor í Vaglakógi.

Það þótti nokkrum tíðindum sæta að svo mikið skáld skyldi leggja lag sitt við dægurmenninguna með þessum hætti, en Kristjáni þótti þetta sjálfsagt mál. Halldór Gunnarsson sem kynntist Kristjáni í bernsku mun á milli laga fjalla um hvers vegna Kristján lagði áherslu á þetta list-



form, skoða tengsl hans við lagahöfunda, kanna hans pólitísku sýn, tengsl við áttthaga og fleira.

Hljómsveitina Djúpalæk skipa auk Halldórs, sem spilar á harmonikku og píanó, þau Haraldur Þorsteinsson bassaleikari, Þröstur Þorbjörnsson gítarleikari, Sigurður Reynisson trommuleikari og söngkonan Íris Jónsdóttir.

## Aristó hárstofa

**LÆKKAD VERÐ** **Nýtt**

**Á öllum vörum frá** **NO BREAKER**

### Sebastian og Wella

**Twisted krullulína** **Frábærar mótunurvörur**

**Háholt 14 sími:5668989 noona.is/aristohars**

## Söngurinn

### í Mosó

2024

**HLÉGARÐI MOSFELLSBÆ**

laugardaginn 2. nóvember kl. 16

**ÁLAFOSSKÓRINN**

Stjórnandi Örlygur Atli Guðmundsson

**KARLAKÓRINN STEFNIR**

Stjórnandi Keith Reed

Aðgangur ókeypis

Kaffisala í hléinu

## DAGSKRÁ

### FORELDRA MORGNA

### HAUST 2024

FIMMTUDAGA KL 10 - 12

ÞVERHOLTÍ 3

**17. OKTÓBER = OPIÐ HÚS**

**24. OKTÓBER = SKYNDIHLJÁLPARNÁMSKEIÐ**

🍊 31. OKTÓBER 🍊

**HREKKJAVÖKU-PALLA OG PÁLÍNUBOÐ!**

**7. NÓVEMBER = OPIÐ HÚS**

**14. NÓVEMBER = UNGBARNANUDD**

**21. NÓVEMBER = OPIÐ HÚS**

**28. NÓVEMBER = PALLA OG PÁLÍNUBOÐ**

lagafellskirkja.is

# Ólafsvaka

## SÖNGSKEMMTUN

31 OKTÓBER 2024 Í LANGHOLTSKIRKJU

ÓLAFUR M. MAGNÚSSON

GESTIR ERU

KRISTJÁN JÓHANNSSON GISSUR PÁLL GISSURARSON BJÖRG ÞÓRHALLSDÓTTIR VIÐAR GUNNARSSON  
JÓRUNN LÁRA ÓLAFSDÓTTIR JÓN MAGNÚS JÓNSSON ÁSDÍS RÚN ÓLAFSDÓTTIR JÓN MAGNÚS JÓNSSON YNGRI

ÁSAMT

KARLAKÓR KÓPAVOGS KARLAKÓR KJALNESINGA

HLJÓMSVEIT

ERIK QUICK  
TROMMUR

TÓMAS GUÐNI EGGERTSON  
PIÁNÓ

JÓN RAFNSSON  
BASSI

GUNNAR HILMARSSON  
GÚTAR

AÐRIR SÉRSTAKIR GESTIR

KYNNIR

TÓNLISTARMENN



INGIBJÖRG ÓLAFÍA ÓLAFSDÓTTIR  
DAGSKRÁRSTJÓRI



GÍSLI EINARSSON



MATTHÍAS STEFÁNSSON  
HLJÓMSVEITARSTJÓRI



LÁRA HRÖNN PÉTURSDÓTTIR  
KÓRSTJÓRI



SIGURÐUR HELGI  
KÓRSTJÓRI



HELGA BRYNDÍS MAGNÚSDÓTTIR  
PIÁNÓLEIKARI



HILMAR ÖRN AGNARSSON  
TÓNLEIKASTJÓRI - ORGANISTI

Á tónleikunum munum við minnst Magnúsar Andra bróðursonar Ólafs sem féll frá langt fyrir aldur vegna fíknisjúkdóms - Allur ágóði tónleikana mun renna til styrktar þess málefnis



LOPI



Íslenskar værdarvoðir og púðaver frá Ístex

Það er alltaf rétti tíminn til að taka myndir



Lausir tímar í nóvember

www.aksljosmyndun.com

Anna Kristín

LJÓSMYNDUN  
7729200

## Jóga í Mosfellsbæ

**Mánudaga** og **fimmtudaga** eru leiddir jógatímar í samkomusal Reykjalundar frá klukkan **17:30 - 18:45**.

Lestu nánar um á [www.mosjoga.com](http://www.mosjoga.com)



Árangur í sauðfjarrækt • Hrutásýning haldin í Kjósinni

# Hreppaskjöldurinn áfram í Miðdal

Hrutásýning Sauðfjarræktarfélagssins í Kjós var haldin fimmtudaginn 10. október að Kiðafelli í Kjós.

Að veltu var góð mæting og frábær stemning. Eitthvað var verslað með líflömb enda þónokkur með verndandi arferð gegn riðu til sölu.

Í félaginu eru sauðfjarræktendur í Kjós, á Kjalarnesi og í Mosfellsbæ og kepptu þeir sín á milli um hver ætti besta hrútinn. Sauðfjarræktarmarar frá RML sáu um mælingar og dóma á gimbrum og hrútum.

Hreppaskjöldurinn eftirsótti fór í hendur Ólafar Óskar og Hafþórs í Miðdal en það var hrúturinn Örn sem var stigahæstur veturgamalla hrúta með 89 stig. Örn er undan Hallmundi frá Kiðafelli.

Í öðru sæti var hrútur nr. 23002 frá Kiðafelli með 87 stig og í því þriðja Golfat frá Efri-Flankastöðum (Katrínu Auðbjörgu) undan Glitni með 82 stig.

### Hvítir hyrdir

Nr. 1065 frá Hrísrú undan Þyrni frá Miðdal 86 stig

Nr. 100 frá Kiðafelli undan Styrimi 86 stig



Nr. 73 frá Kiðafelli undan Hornsteini 86,5 stig

### Mislitir

Nr. 4 frá Kiðafelli undan Steini 89,5 stig

Nr. 160 frá Miðdal undan Steini 86 stig

Nr. 96 frá Reykjum undan Ægi frá Miðdal

86 stig

### Kollóttir

Nr. 46 frá Kiðafelli undan Hornsteini 87,5 stig

Nr. 21 frá Kiðafelli undan Steini 87 stig

Nr. 37 frá Kiðafelli undan Steini 89 stig



## Tólf spor Andlegt ferðalag

Tólf sporin – Andlegt ferðalag í Mosfellsbæ í vetur.

Allra síðast tækifæri til að vera með í vetur er miðvikudaginn 30. október kl. 19.30. Eftir það verður fundum lokað.

Fundir eru í safnaðarheimili Lágafellssóknar að Þverholti 3.

Allir eru velkomnir og ekki þarf að skrá sig.

# Jóla hlaðborð

# BANKANS

BISTRO

## Forréttir

Hunangs einberja lax  
Reyktur lax  
Rauðrófulax  
Blandaðir sjávarréttir  
í rjómaosti  
Kjúklinga terrin  
Jóla síld  
Kryddsíld  
Rauðrófusíld  
Jóla lifrarkæfa  
Reykt og grafin gæs  
Grafin og léttreykt  
hrossafille  
Jólapate vegan  
Blómkál í tempúra

## Eftirréttir

Ris a la mande  
Jólapavlova mömmu  
Ávaxtabakki  
Frönsk súkkulaðiterta

## Aðalréttir

Purusteik  
Kalkúnabringur  
Villikryddað lambalæri  
Nautalund  
Vegan Wellington

## Meðlæti

Kartöflusalat  
Eplasalat  
Ferskt salat  
Heimagert rauðkál  
Rótargrænmeti  
Grænar baunir  
Brúnaðar kartöflur  
Laufabrauð,  
Sætkartöflumús  
Piparrótarsósa  
Cumberlandsósa  
Appelsínusósa  
Sinnepssósa  
Púrtvínssósa  
Villisveppasósa

Gerid ykkur glaðan dag í  
aðdraganda jólaanna með  
fjölskyldu, vinum eða  
vinnufélögum.

Eyjólfur Kristjánsson leikur  
tónlist fram eftir kvöldi fyrir  
hlaðborðsgesti

Eftirfarandi dagsetningar í boði

fös 22. nóvember  
lau 23. nóvember  
fös 29. nóvember  
lau 30. nóvember

Hlaðborðið kostar

13.900 á mann \*gerum tilboð fyrir hópa

**BANKINN**  
BISTRO



## Bjartmar og Bergrisarnir



Fimmtudaginn  
7. nóvember

Miðasala á [tix.is](http://tix.is)

## Stebbi Jak

Föstudaginn  
15. nóvember

VIKING



Miðasala á [tix.is](http://tix.is)

# BANKINN

BISTRO

## Hádegishlaðborð

Alla virka daga frá 11:30 til 13:30



15 % Afsláttur  
fyrir eldri borgara

# ÚTIVISTAR- REGLURNAR\*

\*Skv. 92 gr. laga nr. 80/2002

Á skólatíma 1. september til 1. maí

**12 ára börn og yngri**

mega lengst vera úti til kl. 20

13 – 16 ára börn mega

lengst vera úti til kl. 22

1. maí til 1. september

**12 ára börn og yngri**

mega lengst vera úti til kl. 22

13 – 16 ára börn mega

lengst vera úti til kl. 24



Mosfellsbær



samanhopurinn.is



Lögreglan á  
höfuðborgarsvæðinu

## FORELDRAR VERUM SAMTAKA!

Foreldrum er heimilt að stytta þennan tíma en ekki lengja. Bregða má út af reglum þegar börn eru í fylgd með fullorðnum og börn 13-16 ára eru á heimleið frá viðurkenndri skóla,- íþróttá- eða æskulýðssamkomu. Aldur miðast við fæðingarár.

# ÖLL ALMENN JARÐVINNA

- Hellulagnir •
- Þökulagnir •
- Vélarvinna •
- Malbik- og steinsögun •
- Snjóbræðslulagnir •
- Grjót/steinhleðslur •
- Drenlagnir •

ÞJÓNUSTUM EINSTAKLINGA,  
HÚSFÉLÖG OG FYRIRTÆKI



781 7777

husrad@husradverktakar.is



Minnsta mál  
að bóka tíma  
í N1 appinu



## Alla leið á öruggari dekkjum



Kóði til að  
sækja appið



### Cooper Discoverer Snow Claw

Hannað fyrir krefjandi vetraraðstæður.  
Mjúk gúmmiblanda fyrir hámarksafköst við lágt hitastig.  
Afburðagott grip, neglanlegt.  
SWR og 3PMS merking.



### Cooper Weather-Master WSC

Öflugt og gott grip við erfiðar aðstæður.  
Mikið skorið og stefnuvirk mýnstur fyrir jeppa og jeplinga.  
Flott dekk fyrir íslenskt veðurfar.



### Cooper Discoverer Winter

Míkróskorin óneganleg vetrardekk.  
Afburða veggrip og stutt hemlunarvegalegd.  
Mjúk í akstri með góða vatnslosun.

### Hjólbarðapjónusta N1

Bíldshöfða 440-1318  
Fellsmúla 440-1322  
Réttarhálsi 440-1326  
Ægisíðu 440-1320  
Klettagörðum 440-1365

Langatanga Mosfellsbæ 440-1378  
Reykjavíkurvegi Hafnarfirði 440-1374  
Grænásbraut Reykjanesbæ 440-1372  
Dalbraut Akranesi 440-1394  
Réttarhvammi Akureyri 440-1433

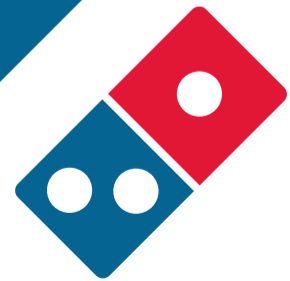






# BESTA FUGMYND DAGSINS

DOMINO'S PIZZA | HÁHOLTI 14 | MOSFELLSBÆ





Er eitthvað nýtt að fréttu af íslenskum glæpasögum?

## Spennandi glæpa-spjall á bókasafninu

Þann 15. október stóð bókasafn Mosfellsbæjar fyrir skemmtilegum viðburði í tengslum við 25 ára afmæli Hins íslenska glæpafélags.

Yfirskrift viðburðarinnar var „Er eitthvað að fréttu af íslenskum glæpasögum?“

Þar leiddi Kartín Jakobsdóttir skemmti-

legt spjall við Ragnar Jónasson og Yrsu Sigurðardóttir þar sem rætt var um bækur þeirra og stöður glæpasagna á Íslandi.

Á myndinni eru Auður Halldórsdóttir, Ævar Örn Jósefsson, Yrsa Sigurðardóttir, Karín Jakobsdóttir og Ragnar Jónasson að loknu vel heppnuðu kvöldi.



STEFNIR Í HLÉGARÐI Á ÁRUM ÁÐUR

Stefnir og Álafosskórinn bjóða til tónleika 2. nóvember

## Endurvekja Sönginn í Mosó í Hlégarði

Karلاكórinn Stefnir hóf vetrarstarfið um miðjan september og eru í honum 40 starfandi félagar og nokkur nýliðun hefur verið eftir Covid-faraldurinn.

Stjórnandi er Keith Reed sem upprunninn er í hinna stóru Ameríku en hefur starfað á Íslandi um allmörg ár, kvæntur íslensku konu og á uppkomin börn. Meðal þeirra er sonur sem líka er söngfugl og fengu gestir á vortónleikum sl. vor að kynna honum þar sem hann reyndi, ásamt fleirum, að fylla skarð Gretu Salóme sem forfallaðist. Án efa verður reynt aftur að efna til samstarfs við Gretu við gott tækifæri í náinni framtíð.

### Gamalgróinn kór stofnaður 1980

Stefnir æfir í Harðarþóli, félagsheimili hestamannafélagsins Harðar, á þriðjudagskvöldum kl. 19 en að auki eru tveir langir æfingalaugardagar yfir veturinn.

„Við höfum verið eindregnir í því að halda þessum gamla kór á lífi í gegnum áskoranir síðustu ára og flestir sammála um

mikilvægi þess að halda í það fjölbreytta samfélag karlakóra sem verið hefur við lýði hérlandis undanfarna áratugi. Nýir félagar eru ávallt velkomnir.

Nú fer að líða að fyrstu upptöku Stefnis á þessu starfsári, en þar erum við að endurvekja það sem við kölluðum „Sönginn í Mosó“ og verður hann í Hlégarði laugardaginn 2. nóvember kl. 16:00. Enginn aðgangseyrir er að tónleikunum en í boði verða léttar veitingar í hléi. Við höfum jafnan fengið til okkar góða gesti á þennan viðburð og að þessu sinni ætlar Álafosskórinn að heiðra okkur með nærveru sinni.

Það þekka margir þennan gamalgróna kór sem stofnaður var árið 1980 af starfsmönnum ullarvinnslunnar að Álafossi en stjórnandi hans í dag er Örlygur Atli Guðmundsson. Þarnaesti viðburður verður á þorranum, en nú um nokkurt skeið höfum við dregið okkur út úr jólatónleikaösinni og haldið í staðinn upp á þorran með þjóðlegum hætti.“



Mosfellsbær kynnir

## Skipulagsauglýsingar

Mosfellsbær auglýsir eftirfarandi tillögur samkvæmt 40. og 41. gr. og skv. 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

**Nýtt deiliskipulag fyrir Lynghólsveg 24, L125324, frístundalóð F-523**

Tillagan felur í sér uppskiptingu lands og stofnun einnar nýrrar lóðar.

**Nýtt deiliskipulag fyrir Grenndarstöð við Dælustöðvarveg**

Tillagan felur í sér að koma fyrir grenndarstöð með 6 gámum við Dælustöðvarveg.

**Deiliskipulagsbreyting fyrir Grenndarstöð við Skálahlíð**

Breytingin felur í sér að komið verði fyrirgrenndarstöð með 4 gámum með aðkomu frá Skálahlíð.

**Deiliskipulagsbreyting fyrir Grenndarstöð við Sunnukrika**

Breytingin felur í sér að komið verði fyrir grenndarstöð með 4 gámum með aðkomu frá Sunnukrika.

Hægt er að kynna sér tillögurnar á vef Skipulagsstofnunar, [skipulagsgatt.is](https://skipulagsgatt.is) og á vef Mosfellsbæjar, [mos.is/skipulagsauglysingar](https://mos.is/skipulagsauglysingar)

Umsagnarfrestur er til og með 8. desember 2024 og umsagnir skulu berast með rafrænum hætti í gegnum skipulagsgáttina.

Mosfellsbær

Þverholti 2

525-6700

[www.mos.is](https://www.mos.is)

# Jólin á Blik Bistro

JÓLASEÐILL BLIK BISTRO 20.NOV-23.DESEMBER

## 7.RÉTTA MATSEÐILL

### KVÖLDIÐ BYRJAR Á 5 FORRÉTTUM TIL AÐ DEILA

- REYKT ANDABRINGA MEÐ HEIMALÖGUÐU REMÚLADI OG STEIKTUM LAUK
- RÆKJUKOKTEILL BLIKBISTRO
- GRAFLAX Á LAUFARBRAUÐ MEÐ PIKKLUÐU GRÆNMETI
- REYKT BLEIKJA MEÐ PIPARRÓTARSÓSU
- GRAFID ÆRLÆRI MEÐ CUMBERLAND SÓSU

### AÐALRÉTTUR

KRÓNHJÖRTUR MEÐ PORTVÍNS OG BLÁBERGJASÓSU BORIN FRAM MEÐ TRUFFLU KARTÖFLUM, SVEPPUM OG PERLULAUK ÁSAMT EPLASALATI

### EFTIRRÉTTUR

RIS A LA MANDE MEÐ SALT KARAMELLU, RISTUÐUM MÖNDLUM OG HINDBERJA SORBET

10.990KR Á KVÖLDIN  
7.990 KR HÁDEGINU



## Myndó ljósmyndastofa er 15 ára

Við bjóðum því  
**15% afslátt**  
af myndatökum

í nóvember og  
til 10. desember

Myndó ljósmyndastofa

Þverholti 5, Mosfellsbæ

myndó@myndó.is

898 1744 - myndó.is

# Haust í Helgafellshverfi



Falleg haustmynd yfir nýjasta hluta Helgafellshverfis en fyrsti vetrardagur er á laugardaginn. Nýjar götur taka óðum á sig mynd, Liljugata, Lóugata, Huldugata og Úgata.



## Skátalíf er útilíf

Helgina 18.-20. október fóru bæði fálkaskátar og dróttskátar í haustútilegu. Hóparnir fóru hvor í sína áttina, fálkaskátarnir í Lundareykjadal og dróttskátarnir á Úlfjótssvatn.

Allir sváfu þó í skálum og höfðu hlýtt og notalegt í kringum sig, útiligur þurfa nefnilega ekki að vera í tjaldi. Það er þó alltaf sama góða stemmingin og krakkararnir skemmtu sér saman í alls konar áskorunum, hópefli og gleði.

### Fjölbreytt afþreying

Fálkaskátarnir bökuð pönnukök-ur yfir eldi, göldruðu fram dýrindis

kræsingar í útiöldun, böðuðu sig í einkalaug, skemmtu sér og öðrum með töfrabrogðum, tónlistarleik og leikþáttum. Að sjálfsögðu voru nýir fálkaskátar vígðir og allir reyndu fyrir sér í ullarþæfingarlist.

Dróttskátarnir tóku meðal annars þátt í stórmóti í kokkalistum, spiluðu um dreka og dýflissur, vígðu nýja drótt-skáta, nutu norðurljósanna og leystu æsispennandi morðgátu í næturleik.

Bæði drekaskátar og rekkaskátar eru svo að fara í sínar ferðir á næstu vikum því skátastarfið hjá Mosverjum er fullt af gleði og áskorunum.



**ALLT**  
FASTEIGNASALA

Sérsmíðin þjónusta til byggingaraðila

ALLT.IS - ALLT@ALLT.IS - 5605505



# NÝTT Í LYFJU APPINU

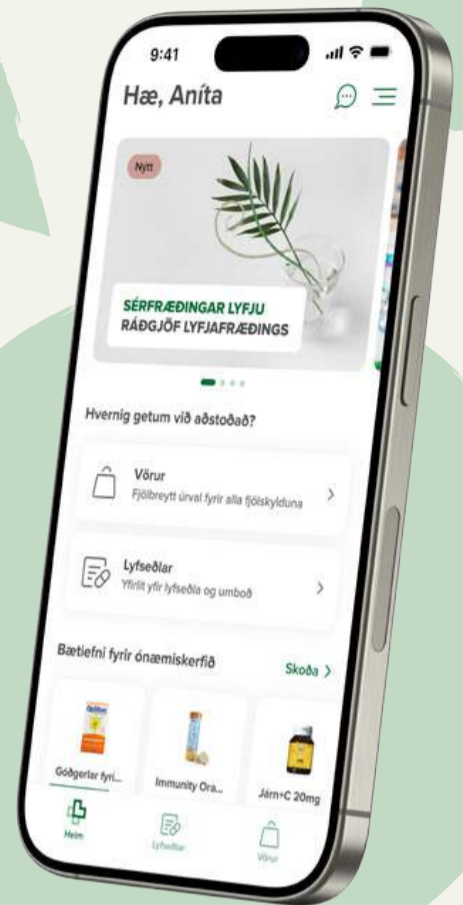
## Pantaðu tíma hjá lyfjafræðingi

Með ráðgjöf lyfjafræðings er hægt að tryggja rétta og örugga notkun lyfja þinna.

Hægt er að panta símatíma hjá lyfjafræðingi þér að kostnaðarlausu í Lyfju appinu til að fá ráðgjöf varðandi lyf. Val er um að fá símtal á milli klukkan 9–12 og 13–16 alla virka daga.



Sækja  
Lyfju appið



# DÚOS

HÁDEGISTILBOÐ  
LOKA OG GOS  
AÐ EIGIN VALI **1.990**

Gildir frá kt. 10-14



Velkomin til endurfunda  
við **Kristján frá Djúpalæk**

Skáldið og tenging þess við dægurmenninguna.  
Vinsælustu lögin rifjuð upp með hljómsveitinni  
Djúpalæk.

Í Hlégarði  
sunnudaginn

**3. nóvember**  
**kl. 14:00**

Íris Jónsdóttir, Halldór Gunnarsson, Sigurður Reynisson,  
Haraldur Þorsteinsson og Þröstur Þorbjarnarson.



Listasalur Mosfellsbæjar

## Amerískir draumar með List án landamæra



Listasalur Mosfellsbæjar opnaði sýninguna Amerískir draumar með List án landamæra laugardaginn 19. október síðastliðinn.

Um er að ræða samsýningu myndlistar-fólks sem fjalla öll á einn eða annan hátt um áhrif bandarískrar menningar á líf nútíma Íslendinga.

Listafólkið að þessu sinni eru: Guðrún Lára Aradóttir, Ian Anthony Catchart-Jones, Kaja María Melero Valsdóttir, Lilja Dögg Birgisdóttir og Vilhjálmur Guðmundsson.

Sýningin stendur til og með 15. nóvember.

Listasalur Mosfellsbæjar

19. okt - 15. nóv



Dolly Parton - Guðrún Lára Aradóttir

www.listin.is

**AMERÍSKIR DRAUMAR**  
*AMERICAN DREAMS* **2024**



## HUNDAR SEM HLUSTA Í BÓKASAFNI MOSFELLSBÆJAR

**LAUGARDAGINN 23. NÓVEMBER 2024**

Bókasafnið býður börnum að koma í safnið og lesa sér til ánægju fyrir sérþjálfaða hunda.

Tveir hundar verða á staðnum og komast sex börn að.

Vinsamlegast athugið að panta þarf tíma. Skráning fer fram á sumarfrístundarvef Völu: [sumar.vala.is](http://sumar.vala.is)

Gott er að barnið hafi valið sér texta að lesa áður en lestarstundin hefst.



Nánari upplýsingar verða aðgengilegar á Facebook síðu Bókasafns Mosfellsbæjar og Instagram síðu klúbbsins @ungbokmos



## Bókaklúbbur ungmenna

mun hittast reglulega í Bókasafni Mosfellsbæjar

Opið öllum á aldrinum 14-20 ára

Fyrsti hittingurinn verður mánudaginn 4. nóvember kl. 17 á Bókasafni Mosfellsbæjar





## Hlégarðshlaup í lok september • Evrópsk íþróttavika

# 400 grunnskólanemar festust í Vík í Mýrdal

Um fjögur hundruð nemendur í Varmárskóla luku á dögunum hringferð sinni um Ísland, þegar gengið var sem svarar fjarlægðinni milli Víkur í Mýrdal og Mosfellsbæjar.

Megnið af hringveginum var hlaupið á einum degi þegar nemendur skólans hlupu samanlagt vel yfir eitt þúsund kílómetra vegalengd.

Hlaupið var í tilefni af evrópski íþróttaviku en að þessu sinni var ákveðið að setja það markmið að ná að hlaupa sem nemur öllum hringveginum, Þjóðvegi 1, en það eru 1.321 kílómetri.

„Það einfaldlega kviknaði sú hugmynd að við gætum sett okkur sameiginlegt markmið, ekki bara fyrir nemendur, heldur starfsmenn líka,“ segir Jóhanna Jónsdóttir íþróttakennari við Varmárskóla.

### Krakkarnir gáfust ekki upp

„Við náðum um þúsund kílómetrum. Það er eins og við hefðum náð til Víkur í Mýrdal, hefðum við farið norður fyrir. Þannig að það má segja að krakkarnir hafi stoppað í Vík yfir nótt, en síðan náð að ganga heim daginn eftir,“ segir Jóhanna hlæjandi, en bætir síðan við: „Krakkarnir gáfust ekki upp og við getum verið stolt af okkur.“



Nemendur og starfsfólk hlupu ákveðinn hring á skólasvæðinu, svokallaðan Hlégarðshring, 450 metra leið. Hver hlaupari fékk punkt á handarbak fyrir hvern hring sem hlaupinn var. Svo var vegalengdin lögð saman. Gláðir og þreyttir nemendur fengu síðan frostpinna eftir langt hlaup.

Um 400 nemendur í 1.-6. bekk eru í Varmárskóla. Þetta eru krakkar á aldrinum 6-11 ára.

Bókasafn Mosfellsbæjar kynnir:

# Bambaló í Bókasafninu



Notaleg samveru- og tónlistarstund fyrir yngstu krílin og foreldra þeirra í umsjón Sigrúnar Harðardóttur, fiðluleikara og tónlistarkennara, í Bókasafni Mosfellsbæjar 8. nóvember kl. 10:30.

20 pláss eru í boði - Skráning fer fram með því að senda póst á netfangið [bokasafn@mos.is](mailto:bokasafn@mos.is).

Mosfellsbær Pverholti 2 525-6700 [www.mos.is](http://www.mos.is)

Langar þig að leyfa list þinni að njóta sín í Bókasafni Mosfellsbæjar?



## Sýnishornið í Bókasafninu

Nú stendur listfengum Mosfellingum til boða að sýna verk sitt í Sýnishorninu í tvo mánuði í senn.

Sýnishornið er lítið sýningarrými í Bókasafninu sem rúmar eina mynd og/eða verk í glerskáp.

Hafið samband á netfangið [bokasafn@mos.is](mailto:bokasafn@mos.is) fyrir frekari upplýsingar.

Mosfellsbær

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

# ...drekku vatn



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG

## Næsta blað kemur út: FIMMTUDAGINN 28. NÓVEMBER

Efni og auglýsingar skulu berast fyrir kl. 12, mánu-  
daginn 25. nóvember.

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



# Að þjálfar er mín hugsjón

**S**igrún Másdóttir hefur frá unga aldri haft gaman af íþróttum og þá sérstaklega hópíþróttum. Hún æfði flestar þær íþróttgreinar sem í boði voru en handboltinn hafði á endanum vinninginn.

Sigrún var 16 ára þegar hún spilaði sinn fyrsta handboltaleik með meistaraflokki og 51 árs þegar hún spilaði þann síðasta. Hún hefur einnig starfað sem handboltaþjálfari hjá Aftureldingu í yfir 20 ár með dyggri aðstoð yngri leikmanna.

Sigrún er fædd í Reykjavík 15. maí 1972. Foreldrar hennar eru Sigríður Halldóra Gunnarsdóttir bankastarfsmaður 1. 2019 og Vöggur Clausen Magnússon. Stjúpfaðir Sigrúnar til fjórtán ára aldurs er Már Gunnarsson.

Sigrún á átta hálf systkini, Gunnar Skúla, Ólafíu Björgu og Maríu sammæðra og Kristínu, Guðrúnu Maríu, Ólöfu Huld, Zanný og Marteín samfeðra.

## Maður lék sér í nærumhverfinu

„Ég ólst upp mín fyrstu ár í Laugarneshverfinu en þar bjuggu einnig amma mín og afi. Það var mikið af krökkum í hverfinu og þarna eignaðist ég mínu fyrstu vini. Þegar ég var sjö ára þá fluttum við í Helgalandið í Mosfellssveit og þar lék maður sér mikið í nærumhverfinu, í klettunum í kring.“

Við systkinin vorum mikið hjá afa og ömmu fyrstu árin eftir að við fluttum í sveitina, því þá gátum við hitt okkar gömlu vini reglulega.“

## Mamma hvatti okkur áfram

Sigrún var ung að árum þegar hún fór að elta Gunnar bróður sinn í íþróttahúsið að Varmá og það fór svo að hún fór að vera þar öllum stundum. Hún fór að æfa flestar þær íþróttgreinar sem í boði voru á þessum tíma, badminton, frjálssár íþróttir, handbolta og knattspyrnu. Sigrún spilaði knattspyrnu á Tungubökkum á sumrin og var einungis ellefu ára þegar hún spilaði sinn fyrsta meistaraflokksleik við mun eldri stelpur.

„Handboltinn tók yfir og mamma fór í stjórn deildarinnar, hún var því mikið í kringum okkur systkinin í íþróttahúsinu og hvatti okkur áfram. Davíð B. Sigurðsson þjálfaði mig fyrstu árin og hann kenndi mér mikið. Hann er líklega ástæðan fyrir því að ég fór ung að hafa áhuga á þjálfun,“ segir Sigrún og brosir.

## Þau sýndu mér mikið traust

„Ég byrjaði skólagönguna í Hvassaleitis-skóla en fór svo í 2. bekk í Varmáarskóla. Ég á góðar minningar þaðan, eignaðist góða vini og kennararnir voru frábærir. Ég var meira að segja í skólakórnum þótt ég hafi aldrei getað sungið,“ segir Sigrún og hlær.

„Ég fór svo í Gaggó Mos en var ekki sú



Eftir Ruth Örnólfsdóttur  
**MOSFELLINGURIN**  
ruth@mosfellingur.is

duglegasta að læra, var með unglíngaveiki á tímabili og vildi frekar vera að æfa eða að vinna. Ég æfði dans með vinkonum

mínun og við kepptum í Tónabæ og sýndum svo á öllum böllum í skólanum.

Á sumrin passaði ég systur mínar á meðan mamma var í vinnunni en hún sá að mestu leyti ein um uppleiddi. Ég fór líka í skólagarðana, bar út dagblöð og fór í unglíngavinnuna. Síðar fékk ég vinnu í sjoppunni í Háholti og á Western Fried hjá Ragnari Björnssyni heitnum og Ástu. Þau hjónin sýndu mér mikið traust þrátt fyrir ungan aldur.

Eftir útskrift úr grunnskóla fór ég í Fjölbrotaskólann í Breiðholti og síðar í snyrtifræði. Með náminu starfaði ég hjá Huggrúnu á snyrtistofunni Líkami og sál og einnig eftir útskrift.“

## Ákveðnar að komast upp í efstu deild

Sigrún var sextán ára þegar hún byrjaði að spila með meistaraflokki Aftureldingar í handbolta. Ári seinna voru stelpurnar í liðinu ákveðnar í að komast upp í efstu deild en það gekk ekki eftir. Þá ákváðu margar af eldri stelpunum í liðinu að flytja sig yfir í efstu deildir annarra liða.

„Það var ekki grundvöllur fyrir mig að halda áfram í Aftureldingu, því miður,“ segir Sigrún alvarleg á svip. „Ég fékk símtal frá þjálfara Stjörnunnar og ákváð í framhaldi að

ganga til liðs við liðið.“

Árið 1999 var Sigrún búin að spila 200 leiki fyrir Stjörnuna og Íslands- og bikarmeistarátílar í höfn, eiga tvö börn, lenda í erfiðum meiðslum og var orðin þreytt á akstrinum á æfingar. „Ég sleit krossband og þau meiðsli hafa sett strik í minn feril og þetta háir mér enn í dag. Ég hætti að spila með Stjörnunni árið 2000 eftir að hafa spilað með öllum yngri landsliðum og nokkra A-landsleiki og tók mér síðan frí.“

» **Að vita að þær hafi notið sín í handboltanum og ég hafi lagt inn góð gildi fyrir þær er það sem stendur upp úr á ferlinum.**

Ég spilaði samt ófáa leiki í utandeildinni með Stjörnunni en ákváð svo 37 ára að taka slaginn með ungu liði Aftureldingar, þar spilaði ég í nokkur ár með Söru dóttur minni og stelpum sem ég hafði þjálfað. Á afmælisdaginn minn 2023 spilaði ég minn síðasta leik, ákváð að þetta væri orðið gott þar sem hnéð þyrfti að halda fyrir starf mitt og áhugamál.“

## Aftureldingarhartað langstærst

„Aftureldingarhartað mitt er alltaf langstærst og mér fannst leitt að þurfa að yfirgefa félagið. Ég byrjaði ung í handbolta, hef þjálfað hér í 20 ár með aðstoð annarra leikmanna og eins stjórnaði ég handbolta-skólanum í tíu ár.“

Margir sigar hafa unnist og ég hef fylgst vel með þeim sem hafa skilað sér upp í meistaraflokk. Að vita að þær hafi notið sín í handboltanum og að ég hafi lagt inn

## HIN HLIÐIN

**Hvað heillar þig í fari fólks?**  
Bros, kærleikur og jákvæðni.

**Uppáhalds ilmvatn?** Scent frá Boss.

**Hvaða litur lýsir þér best?**  
Gulur, elska sólina og bjartsýni.

**Hvernig slakar þú best á?**  
Við sjónvarpsáhorf, horfi á allar íþróttir og spennuseriur.

**Besta gjöf sem þú hefur fengið?**  
Börnin mín þrjú.

**Hvað hefur haft mest áhrif á líf þitt?**  
Þegar ég var sjö ára, nýflutt í Mosfellsbæ og mætti í fyrsta skiptið að Varmá, byrjaði að æfa flestar þær íþróttir sem í boði voru.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Þá ætla ég að vera í toppformi, búin að minnka við mig vinnu og passa barnabörnin mín.

**Eftirminnlegasta ferðalagið?** Þegar ég fór með börnin í jólafrí til Tenerife á meðan Stefán var við störf á Suðurskautslandinu og ferðin til Króatíu í sumar.



MEÐ MÓÐUR SINNI OG SYSTKINUM



TVEGGJA ÁRA



Á WESTERN FRIED 1990

góð gildi fyrir þær er það sem stendur upp úr á ferlinum.“

## Dugleg að fara í göngutúra

Eiginmaður Sigrúnar er Stefán Þór Jónsson verslunarstjóri hjá Arctic Trucks. Þau eiga þrjú börn, Gunnar Ágúst f. 1994, Söru Lind f. 1998 og Sindra Þór f. 2014. Barnabörnin eru tvö.

„Við fjölskyldan reynum að eyða eins miklum tíma saman og við getum bæði hér heima og erlendis. Við kíkjum í sveitina, veidum og erum dugleg að fara í göngutúra. Við förum líka mikið á hand- og fótbolta-leiki og á skíði. Það er líka mikið að gera í kórastarfi hjá Stefáni.“

## Þessi hópur er orðinn partur af lífi mínu

Sigrún starfaði áður sem aðstoðarmaður tannlæknis og fór svo í íþróttafraði í HR. Þaðan fór hún til Útlitslæknings og samhliða því þjálfaði hún handbolta. Í dag kennir hún íþróttir í Fossvogsskóla og aðstoðar við handboltaþjálfun drengja hjá UMFA.

„Ég hef líka kennt konum vatnsleikfimi í Lágafellslaug í 12 ár þar sem þær næra bæði líkama og sál. Þessi hópur er orðinn partur af lífi mínu og margar þessara kvenna eru búnar að vera hjá mér frá upphafi. Einnig kenndi ég vatnsleikfimi hjá eldri borgurum í vetur, sem er búið að vera virkilega gaman.“

Að kenna eða þjálfar börn og fullorðna þarf að vera gert af hugsjón. Flestir eiga að geta fundið sér hreyfingu eða íþrótt við hæfi, við sem þjálfarar verðum að mæta iðkendum á þeirra forsendum,“ segir Sigrún að lokum er við kveðjumst.



Fjölskyldan: Viktor, Emillía Móa, Sara Lind, Stefán Þór, Sindri Þór, Sigrún, Gunnar Ágúst, Ágúst Kristían og Diljá Splídt.



Mosfellsbær auglýsir til kynningar og umsagnar verk- og skipulagslýsingu vegna aðal- og deiliskipulags fyrir íþróttasvæðið við Hlíðavöll.



## Skipulag íþróttasvæðis við austurhluta Hlíðavallar

Markmið skipulagslýsingar er fyrst og fremst að kynna fyrir íbúum og helstu hagaðilum áform skipulagsins. Þar með talið tilgang, ástæður, áætlun, áhrif, markmið, áform og fyrirhugaða tímalínu ferlis.

Skipulagslýsing er fyrsta skref í opnu samráði og mikilvæg upplýsingagjöf. Í verk- og skipulagslýsingu er ekki að finna uppdætti, tillögur eða útfærslur breytinga eða nýtt skipulag. Slíkt verður kynnt með áberandi hætti á síðari stigum.

Markmið aðal- og deiliskipulags Hlíðavallar er að bæta öryggi iðkenda svæðisins og íbúa sem fara um eða búa í nálægð við golfvöllinn. Endurhanna á brautir og högglinur svo öryggi gangandi, hlaupandi, hjólandi og ríðandi verði betur tryggt. Með breytingu er stefnt að því að stækka íþróttasvæðið til austurs við strandlengjuna svo færa megi brautir og þrengja völlinn.

Hægt er að kynna sér skipulagslýsinguna á [www.mos.is](http://www.mos.is) og í skipulagsgáttinni.

Umsagnafrestur er frá 24. október til og með 17. nóvember.

Mosfellsbær

Þverholti 2

525-6700

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

# ÁSKORUN BÓLSINS TIL ALLRA MOSFELLINGA

# VERUM GÓÐ VIÐ HVORT ANNAÐ

Dagskrá Bólsins má finna inn á instagram @bolid270 og á facebook.com/bolid270

Afturelding hefur tryggt sér sæti í efstu deild • Maggi þjálfari segir spennandi tíma fram undan

# ÓLÝSANLEG TILFINNING



Afturelding hafði betur gegn Keflavík í úrslitaleik Lengjudeildar-umspils um sæti í Bestu deild karla 2025 á Laugardalsvelli. Þetta er í fyrsta sinn í sögu Aftureldingar sem karlalið félagsins kemst í efstu deild Íslandsmótsins.

Eina mark leiksins kom á 78. mínútu og var það Sigurpáll Melberg Pálsson sem skoraði þegar hann fylgdi eftir skoti sem var varið frá Arnóri Gauta Ragnarssyni, sem hafði komið inn á sem varamaður mínútu áður.

Þess má til gamans geta að Knattspyrnudeild Aftureldingar fagnar einmitt um þessar mundir 50 ára afmæli. Mosfellingar fjölmenntu á völinn og létu vel í sér heyra.

## Dagur sem fer í sögubækurnar

„Það var ólýsanleg tilfinning að sjá Aftureldingu taka skrefið upp í efstu deild eftir mikla vinnu og uppgang undanfarin ár,“ segir Magnús Már Einarsson þjálfari Aftureldingar.

„Það eru ótrúlega margir aðilar sem eiga þátt í því að liðið náði þessu markmiði. Núverandi og fyrrverandi leikmenn, þjálfarateymi, starfslið, stjórnarmenn, sjálfbóðaliðar, styrktaraðilar og síðast en ekki síst stuðningsmenn.

Laugardagurinn 28. september 2024 fer í sögubækurnar hjá Aftureldingu og núna þurfum við að gefa ennþá meira í. Við viljum meira og núna bíður gríðarlega spennandi verkefni í Bestu deildinni þar sem við mætum bestu liðum landsins. Við munum reyna að auka fagmennskuna ennþá meira hjá okkur og efla umgjörðina.

Ef sjálfbóðaliðar eða styrktaraðilar hafa áhuga

á að slást í för með okkur í þessu verkefni þá má endilega hafa samband við mig eða Gísla Elvar Halldórsson formann meistaraflokksráðs.“

## Styrkjum liðið á skynsamlegan hátt

„Það er mikill munur á umgjörð og fjármagni liða í Bestu deildinni og Lengjudeildinni og við þurfum að gera allt sem við getum til að hafa okkar starf eins öflugt og mögulegt er.

Barna- og unglíngastarf Aftureldingar hefur skilað frábærum leikmönnum í gegnum tíðina og í öðrum félögum eru öflugir Mosfellingar. Við munum styrkja liðið á skynsamlegan hátt og vonandi koma einhverjir uppaldir Mosfellingar aftur heim og taka slaginn með okkur næsta sumar.“

## Umgjörðin hefur verið til fyrirmyndar

„Undanfarin ár hefur myndast gríðarlega skemmtileg stemning í kringum liðið og við viljum halda því áfram í Bestu deildinni. Viðburðir og umgjörðin á heimaleikjum hafa verið til fyrirmyndar hjá öflugum sjálfbóðaliðum.

Nýr gervigrasvöllur kemur á Varmársvæðið á næsta ári og vonandi sjáum við glæsilega stúku rísa við þann völl sem allra fyrst svo hægt verði að spila heimaleiki á nýja vellinum. Þá mun um leið áhorfenda- og búningsaðstaða verða eins og þekkt hjá öðrum félögum í Bestu deildinni.

Það eru mjög spennandi tímar fram undan og það er mjög gaman að sjá meðbyrinn og stuðninginn hjá fólki í Mosfellsbæ. Við munum undirbúa okkur mjög vel í vetur og allir í kringum liðið eru spennir að takast á við Bestu deildina næsta sumar. Sjáumst á vellinum. Áfram Afturelding!“ segir Magnús Már að lokum.

## Íslandsmót í Cyclocross haldið í Mosó

Sunnudaginn 13. október fór fram Íslandsmótið í Cyclocross (CX) tímabilsins 2024-2025 á útivistarsvæði Mosfellsbæjar við Stekkjarflöt.

Skipuleggjendur voru Tindur hjólreiðafélag en móttjóri var Jón Gunnar Kristinsson úr HFR.

Sigurvegarnar í Elite flokkum í ár voru þau Kristín Edda Sveinsdóttir og Ingvar Ómarsson annað árið í röð.

Í öðru sæti í flokki kvenna var Björg Hákonardóttir og í þriðja Júlía Oddsdóttir. Í karlaflokki var Davíð Jónsson í öðru sæti og í því þriðja var Maxon Quas.

Mosfellsbær tók vel á móti hjólreiðafólki og bauð keppendum í sund að lokinni keppni.



## Guðjón Evrópumeistari með blönduðu unglíngaliði Íslands

Dagana 16.-19. október fór fram Evrópumót í hópímleikum sem haldið var í Bakú, höfuðborg Azerbajjan.

Ísland sendi frá sér stúlkalið, drengjalið, blandað unglíngalið, kvinnalið og blandað fullorðins lið en öll fimm liðin komust inn í úrslit. Tvö lið tóku heim gullið og urðu þar með Evrópumeistarar 2024 sem voru kvinnaliðið og blandaða unglíngaliðið.

Þetta er í fjórða skipti sem íslenska kvinnaliðið nær þessum árangri en í fyrsta skipti sem blandað unglíngalið frá Íslandi nær að sigra Evrópumót. Þannig að síðasta helgi var söguleg í íslenska fimleikaheiminum.

Mosfellingar og Afturelding eiga hlut í þessum sögulega árangri en í þessu landsliðsverkefni voru tveir drengir sem æfa með fimleikadeild Aftureldingar. Þessir tveir meistarar heita Guðjón Magnússon og Ármann Sigurhólm Larsen. Guðjón var í blönduðu unglíngaliði og Ármann var í drengjaliðinu. Samfélagið okkar má heldur betur vera stolt af þessu drengjum, þjálfurum þeirra og félaginu Aftureldingu þar sem alltaf er verið að halda utan um börnin og unglíngana.

Hægt er að sjá frekari upplýsingar um mótið á [www.fimleikasamband.is](http://www.fimleikasamband.is).

## Næsta blað kemur út: 28. NÓV

Efni og auglýsingar skulu berast fyrir kl. 12, mánu- daginn 25. nóvember.



**AFTURELDINGAR  
VÖRURNAR  
FÁST HJÁ OKKUR**



**JAKO**  
SPORT ÍSLANDI

JAKOSPORT (NAMO EHF) - KRÓKHÁLS 5F - 110 ÁRBÆR

Sími: 566 7310 - [jakosport@jakosport.is](mailto:jakosport@jakosport.is) - [jakosport.is](http://jakosport.is)



CHRETIEN  
STUDIOS



# RESTA DEILDIN 2025





BRÆÐUR BÍÐA EFTIR LEIK



STEMNING Í STÚKUNNI



BIKARINN Í GÓÐUM HÖNDUM



ENES, ARON OG MAGGI



ERLA OG GÍSLI

SVIPMYNDIR FRÁ DEGINUM



BYRJUNARLIÐIÐ KLÁRT

# AFTURELDING UPP Í BESTU DEILD



ÁSGEIR OG EINAR INGI



AGNAR, EINAR OG GUÐJÓN



STUÐNINGUR ÚR STÚKUNNI



BALDVIN JÓN OG PORGEIR LEÓ



FAGNAÐ Í KLEFANUM



UPPHITUN Í MINIGARÐINUM



MENNIRNIR Á BAK VIÐ TJÓLDIN



HEIDAR NÚMI, BIRGIR OG STEINARR



MENN GÍRA SIG Í GANG



BIKARINN KOMINN AÐ VARMA



BRÆÐUR Í BIKARMÓTTÓKU AÐ VARMA



MAGGI OG TÓTI HITA UPP



FEDGAR FAGNA



ANNA KRISTÍN OG ERLA



HANNA, EINAR OG HALLA



LAGT Á RÁÐIN

BYGGINGAFÉLAGIÐ  
**BAKKI**



# IcePort

Icelandic Trade Partner

Afsláttarkóði: mosó  
20% af öllu!



Þráðlaus  
heyrnartól



Sena  
Snjallhjálmar

Glovii hitafatnaður



Skoðaðu úrvalið  
á [iceport.is](http://iceport.is)



Frí heimsending á öllum  
pöntunum yfir kr. 10.000.-



## Útforarþjónusta í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | [utfor@utfor.is](mailto:utfor@utfor.is) | [utfor.is](http://utfor.is)  
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

## Næsta blað kemur út: 28. NÓVEMBER

Efni og auglýsingar  
skulu berast fyrir  
kl. 12, mánudaginn  
25. nóvember.



*Helga Dögg*  
LJÓSMYNDIR

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

## Laus störf í Mosfellsbæ

Öll laus störf hjá Mosfellsbæ  
og stofnunum má sjá og sækja  
um á ráðningarvef bæjarins:  
[www.mos.is/storf](http://www.mos.is/storf)



Mosfellsbær

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

525 6700

## Það þarf heilt þorp til að ala upp barn

SKÓLA  
HORNID

Þann 17. september síðastliðinn var haldinn fjölmennur fundur með foreldrum ungmenna í Mosfellsbæ, starfsfólki Fræðslu- og frístundasviðs og Velferðarsviðs ásamt lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu, Kára Sigurðssyni og öðrum góðum gestum.

Fjallað um hvað við öll gætum gert til að börnum okkar líði vel og hvernig hægt væri að vinna að vellíðan þeirra og öryggi. Eitt af því sem kom til umræðu og hvatt var til, var að efla þátttöku í foreldrarölti á föstudagskvöldum í samvinnu við Bólið félagsmiðstöð. Röltið í vetur skiptist á milli bekkja í unglingadeild.

Skemmst er frá því að segja að þátttaka foreldra í foreldraröltinu hefur verið frábær og fyrir það ber að þakka.

Markmið með foreldraröltinu er m.a. að mynda tengsl og stuðla að samtali milli foreldra í bænum. Foreldrar kynnst hvert öðru og hefur röltið jákvæð áhrif á hverfisbraginn.

Nærvera foreldra hefur róandi og fyrirbyggjandi áhrif, gefur unglingunum okkar tækifæri á að leita aðstoðar fullorðinna ef þörf er á og veitir ákveðið

öryggi. Öryggi hverfisins er líka samfélagsleg ábyrgð og því meiri sýnileiki í hverfinu, því betri forvörn gegn óáskillegri hópamyndun, vímuefnaneyslu eða ofbeldi.

Foreldraröltið er gott dæmi um að „það þarf heilt þorp til að ala upp barn“.

Miðað er við að röltið taki rúmlega klukkutíma en það er auðvitað mismunandi eftir föstudögum. Foreldrar fá mynd af gönguleið og er hún jafnframt aðgengileg á Facebook-síðu foreldraröltisins. Leiðin er aðeins til viðmiðunar og til að styðjast við.



Foreldrar hafa ekki inngripsvald og ekki er gert ráð fyrir að þeir aðhafist að öðru leyti en að spjalla.

Takk kærlega fyrir frábæra þátttöku á fundi er varða börnin okkar og takk fyrir að leggja ykkar af mörkum með því að taka þátt í röltinu!

Hvetjum ykkur til að kíkja á Facebook síðuna okkar **Foreldrarölt í Mosfellsbæ**.

Starfsfólk félagsmiðstöðvarinnar Ból

## FRÆÐSLU- OG FRÍSTUNDASVIÐ MOSFELLSBÆJAR



*Jejj!  
Aftur*



16. NÓV. KL. 11-17

## LOPPUMARKAÐUR

VIÐ ENDURTÖKUM LEIKINN OG GRÖMSUM Í GEYMSLUNNI.

LOPPUMARKAÐUR VERÐUR HALDINN Í KJARNA, ÞVERHOLTÍ 2, 16. NÓV. MILLI KL. 11-17.

TAKTU ÞÁTT Í GLEÐINNI OG BÓKAÐU PLÁSSI

ATHUGIÐ AÐ ÞÁTTTAKENDUR ÞURFA AÐ ÚTVEGA BORD, STÓLA O.S.FRV.

HÆGT ER AÐ SKRÁ SIG Á MARKAÐINN MEÐ ÞVI AÐ SENDA PÓST Á [MADDY@MOS.IS](mailto:MADDY@MOS.IS) 5000 KR. PLÁSSIÐ





# Fjölskyldutímar í íþróttahúsinu að Varmá



## Alla sunnudaga kl. 9:30-11:00

Í fjölskyldutímum að Varmá nýtur fjölskyldan samverunnar í íþróttum og leikjum.

- leikir • íþróttir • boltar • borðtennis • badminton
- dans • fimleikar og margt fleira skemmtilegt

Aðgangur ókeypis og frítt sund fyrir  
alla fjölskylduna að tímanum loknum.

Leiðbeinendur:

Þorbjörg Sólbjartsdóttir, Árni Freyr Einarsson,  
Íris Dögg Gunnarsdóttir og Ólafur Snorri Rafnsson.

Nánari upplýsingar  
má finna á Facebooksíðunni  
Fjölskyldutímar Varmá Mosfellsbæ



**B. Markan ehf.**  
**Pípulagnir**

660 6690

www.bmarkan.is



www.bilhusid.is

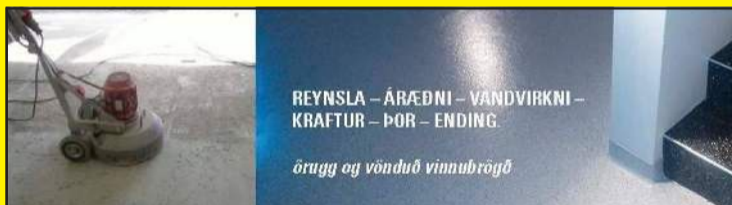
Véla- og hjólastillingar.

Tímareimaskipti, bremsuviðgerðir,  
smurþjónusta og allar almennar viðgerðir.

Smíðjuvegi 60 (rauð gata) Kópavogi - Sími 557 2540

**FJALS**

**HJÁLMAR GUÐMUNDSSON**  
**LÖGGILDUR HÚSASMÍÐAMEISTARI**  
S: 6959922  
FHSVERK@GMAIL.COM



REYNSLA - ÁRÆÐNI - VANDVIRKNI -  
KRAFTUR - ÞOR - ENDING.

örugg og vönduð vinnubrögð



**SteinTeppi.is**

Gólfefna lausnir  
fyrir heimili  
og fyrirtæki

Leirvogstunga 27, 270 Mosfellsbæ, sími: 864 6600

**AFLTAK EHF.**

S: 660 0770 - www.aftak.is

**FÓTAADGERÐASTOFA**  
**MOSFELLSBÆJAR**

Þverholti 3 - Sími: 566-6612



## Samgöngusáttmáli

Á fundi bæjarstjórnar Mosfellsbæjar þann 25. september sl. var samþykkt uppfærsla á Samgöngusáttmála fyrir höfuðborgarsvæðið sem fyrst var samþykktur árið 2019.

Það er margvætt í uppfærðum samgöngusáttmála sem er nauðsynlegur til að komast úr þeirri kyrrstöðu sem ríkt hefur í samgöngumálum á höfuðborgarsvæðinu. Það er einnig jákvætt að ríkið komi með aukni fjármagn í verkefni og taki þátt í stofnun og rekstri félags um almennings-samgöngur á höfuðborgarsvæðinu.



### Bráðabirgðaframkvæmdir strax

Það er ljóst að með áframhaldandi fjölgun íbúa á höfuðborgarsvæðinu má gera ráð fyrir að umferðarþungi aukist mikið á næstu árum. Það er nauðsynlegt að bregðast við strax með viðbótaraðgerðum til að auka flæði strætó og almennrar bílaumferðar þar til stærri verkefni sáttmálans s.s. Borgarlínan, stokkar og göng verða tilbúin og munum við bera fram tillögur í þeim efnu á næstu misserum.

### Kostir og gallar í uppfærðum samningi

Bæjarfulltrúar D-lista gerðu athugasemdir og fyrirvara varðandi uppfærðan samgöngusáttmála, einkum hvað varðar forgangsröðun verkefna, skipulagsmál og kostnaðaráætlun.

Frestun verkefna samgöngusáttmálans síðustu árin, ásamt skipulagsbreytingum meirihlutans í Reykjavík varðandi skerðingu á umferð einkabíla eru forsendubrestur við markmið sáttmálans. Þessar breytingar kalla á annars konar framkvæmdaröðun en þá sem kveðið er á um í uppfærðum samgöngusáttmála.

Má til dæmis nefna mislæg gatnamót við Bústaðarveg, legu, skipulag og hönnun Sundabrautar. Í kostnaðaráætlun virðist vanta áætladan kostnað m.a fyrir vagnakaup og uppkaup lands vegna fyrirhugaðrar legu Borgarlínu.

Samgöngusáttmálinn er langtíma verkefni og líklegt að þetta mikilvæga verkefni eigi eftir að fara í gegnum fleiri uppfærslur á komandi árum og taka breytingum í tíma, skipulagi og kostnaði.

Það er margvætt sem þarf að ganga upp svo að tímalína sáttmálans standist. Það sem snýr að okkur Mosfellingsum er m.a. uppbygging í Keldnalandi, uppbygging í Blikastaðalandi og bygging Sundabrautar en sú framkvæmd er ekki hluti af sáttmálanum sem eru viss vonbrigði út af fyrir sig. Fjármögnun sáttmálans frá hendi ríkisins hefur ekki verið samþykkt og það verður áskorun að fá bæði verktaka og fjármagn til að vinna að þessari miklu uppbyggingu innan þeirra tímamarka sem áætluð eru í uppfærðum sáttmála.

Í sáttmálanum kemur fram að flýti- og umferðargjöld verði tekin upp árið 2030 og gert er ráð fyrir að þessi gjaldtaka hafi áhrif á ferðavenjur íbúa höfuðborgarsvæðisins. Ef markmiðið er að auka notkun almennings-samgangna meðal íbúa er nauðsynlegt að hefja sem fyrst vinnu við að bæta gæði þjónustunnar og ímynd almennings-samgangna í samfélaginu, sem og að hafa áhrif á ferðavenjur fólks.

Hlutverk okkar bæjarfulltrúa er að standa vörð um hagsmuni íbúa Mosfellsbæjar í öllum málum og athugasemdir okkar við uppfærslu samgöngusáttmálans eru í samræmi við það. Áhyggjur okkar beinast að óljósnum heildarkostnaði sáttmálans, tímalínu framkvæmda og forgangsröðun verkefna auk tímasetningar á uppbyggingu Sundabrautar. Í ljósi reynslunnar má teljast ólíklegt að sú tímalína sem sett er upp í uppfærðum sáttmála muni standast og því leiða til aukins umferðavanda á höfuðborgarsvæðinu þ.m.t. til og frá Mosfellsbæ.

### Áfram skal haldið

Þrátt fyrir ákveðna ágalla í uppfærðum samgöngusáttmála teljum við nauðsynlegt að halda áfram með þetta stóra samstarfsverkefni ríkis og sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu.

Við munum áfram styðja við framgang sáttmálans en um leið horfa gagnrýnum augum á þær tillögur til breytinga sem eiga eftir að koma fram á áætluðum framkvæmdatíma með hagsmuni Mosfellinga að leiðarljósi.

Ásgeir Sveinsson bæjarfulltrúi D-lista  
Jana Katrín Knútsdóttir bæjarfulltrúi D-lista  
Rúnar Bragi Guðlaugsson bæjarfulltrúi D-lista  
Helga Jóhannesdóttir bæjarfulltrúi D-lista

**Blóðsykursmælingar í Mosfellsbæ**

14. nóvember er **ALÞJÓÐADAGUR SYKURSJÚKRA**

**ÓKEYPIS**  
blóðsykursmælingar í Bónus í Mosfellsbæ

**SYKURSÝKI**

Fimmtudaginn 14. nóv. 2024  
kl. 17:00 - 19:00.

**Lionsklúbbur Mosfellsbæjar**  
Lionsklúbburinn Úa

VIÐ LEGGJUM LIÐ





**SUNNUDAGS  
STEIKARPLATTI**

**STEIKARPLATTI TIL AÐ DEILA**

**GRILLAÐ RIBEYE OG NAUTALUND  
BORIÐ FRAM MEÐ  
TRUFFLU FRÖNSKUM,  
STEIKTUM SVEPPUM  
BERNAISE SÓSU OG PIPARSÓSU**

**RAUÐVÍNSFLASKA  
MÁNAÐARINNS FYLGIR MEÐ  
TILVALIÐ FYRIR 2 TIL AÐ DEILA  
14.990 KR**

**BLIK**  
BISTRO • GRILL



**Fisk~  
búðin  
Mos**

Háholti 13-15 • Sími 578 6699

**HALLOWEEN BALL**

**HLEGARDUR**

**31. OKT**

**7. BEKKUR** MÍÐAVERÐ: **1000 KR** **17:45 - 19:15**

**8-10. BEKKUR** MÍÐAVERÐ: **2000 KR** **19:45 - 22:00**

**ÞEMA: WELCOME TO HELL**



## MÍN ÁKVÖRDUN

Ég er nú bara þannig að ég vil vera gerandi í eigin lífi og þess vegna er þetta ákvörðun mín,“ sagði frambjóðandi í stjórnmálaflokki um síðustu helgi eftir að uppstillingar-nefnd í flokknum hennar hafði raðað frambjóðendum á lista fyrir komandi kosningar.

Ég er sammála henni. Við erum gerendur í eigin lífi. Við þurfum ekki að fara í gegnum lífið á forsendum annarra. Við búum vissulega í samfélagi og höfum hlutverk, en við þurfum ekki að fylgja hópnum í einu og öllu. Okkur líður best og gerum mest gagn þegar við finnum okkar leið. Og það má skipta um kúrs. Við þurfum ekki að halda okkur á sömu leið út lífið. Það má breyta, það er bara hollt og gott að prófa, meta og breyta til.

Það skiptir ekki öllu máli hvað öðrum finnst um þá leið sem við veljum að fara. Aðalmálið er að við séum sjálf sáttt við leiðina okkar. Þetta á við um hreyfingu, svefn og mataræði alveg eins og stjórnmál. Mín viðhorf gagnvart þessari mögnuðu þrenningu hafa breyst í gegnum árin og nálgunin sömuleiðis. Mér líður vel þegar ég hreyfi mig reglulega, en langþæg þegar hreyfing er á mínum forsendum. Ég veit núna hvað gerir mér gott og hvað ekki. Það kemur hugsanlega með aldrinum, en ekki endilega.

Við þurfum að pæla í sjálfum okkur hvað þetta varðar og hugsa sjálfstætt. Er það til dæmis frábær hugmynd að hlaupa mörg hundruð kílómetra með rifinn liðþófa? Er góð hugmynd að keyra sig algjörlega út 2-3 sinnum í viku í tæknilega flóknum styrktar- og úthaldsæfingum? Fjölmíðlar og sjálfskipaðir áhrifa-valdar elska öfgar og við hin, flest, fréttir sem snúast um öfgar og hetjusögur. En hvar verða þessar hetjur eftir mörg ár af öfgu? Geta þær hreyft sig? Æft? Leikið við barnabörnin? Hugsum sjálfstætt, finnum okkar leið.

Guðjón Svansson  
gudjon@kettlebells.is



## Uppfærsla samgöngusáttmála- nei takk

Mál mállanna hjá bæjarstjórn í september var uppfærður samgöngusáttmáli en markmiðið með honum er að liðka fyrir umferð á höfuðborgarsvæðinu og bjóða upp á fjölbreyttari valkosti til ferða á milli svæða.

Það er margt gott í sáttmálanum en það eru líka margir þættir sem eru óljósir og þarfnast umræðu.

## Hvað er í þessu fyrir okkur?

Einhverjir vilja að við horfum til þess hvað sáttmálinn færir höfuðborgarsvæðinu í heild sinni en við getum ekki annað en skoðað hvað þessi uppfærsla færir okkur, íbúum í Mosfellsbæ. Stutta svarið er í raun einfalt. Á komandi ári er lagt til að ferðir á leið 15 verði tíðari.

En sú breyting ein og sér gerir ekki mikil. Aðrar samgöngubætur fyrir okkur eru annars vegar Borgarlína sem á, samkvæmt uppfærslunni, að fara í keyrslu upp úr 2032. Það er eftir átta ár.

Og hins vegar Sundabraut sem á að vera tekin í gagnið á svipuðum tíma. En líkurnar á að það gerist myndi ég telja harla litlar. Á sama tíma mun ferðatími okkar lengjast ár frá ári samhliða gríðarlegri uppbyggingu í



bæjarfélaginu, t.d. á Blikastöðum og á Korputúni.

## Af hverju segi ég nei?

Eftir að hafa kynnt mér málin og rætt við fólk sem hefur meiri þekkingu á þessu sviði ákvað ég að segja nei við uppfærslunni. Ástæðan er ekki það fjármagn sem við leggjum til verkefnisins, heldur aðrir þættir málsins.

Það er margt í sáttmálanum sem er óljóst, sem dæmi má nefna gríðarlegar fjárhæðir sem geta tengst hinum ýmsu verkefnum og framkvæmdum, en ekki hefur verið ákveðið hvar kostnaðarhlíðin leggst.

Við, oddvitarnir í minnihlutunum, bentum á þetta við umræðu málsins og ekki að ástæðulausu. Í dag er staðan sú að ríkisstjórnin er fallin og verkefnið í sáttmálanum eru ófrágengin af ríkisins hálfu.

Önnur ástæða fyrir því að ég var ekki tilbúin að segja já við þessari uppfærslu er sú að á sama tíma og uppbygging samgönguinnviða fer fram, verðum við í framkvæmdum á Blikastöðum eiga eftir að kosta bæinn gríðarlega fjármuni.

Ég hefði viljað spyrja að því, fyrir und-

irritun, hvað ætlum við að gera ef samgönguframkvæmdir sigla í strand eða kostnaður eykst, á sama tíma og fjárfrekar framkvæmdir eru í gangi hjá okkur. Það er okkar ábyrgð að hugsa út í það.

Svo er það annað veigamikil atriði. Kjörnir fulltrúar eru fulltrúar íbúa. Ég er ekki tilbúin að koma fram sem kjörinn fulltrúi og segja við mína kjósendur að ég hafi samþykkt sáttmála sem gefi okkur einhverjar umferðarbætur eftir átta ár, hið fyrsta. Hagsmunir bæjarfélagsins eru gríðarlegir, góðar samgöngur til og frá bænum eru ein forsenda þess að fólk vilji flytja í bæinn og það er okkar hlutverk að standa vörð um þann málstað.

Hver og einn bæjarfulltrúi kaus eftir sinni sannfæringu. Mín sannfæring var þessi. Ég er ekki tilbúin að samþykkja svo stórt verkefni án þess að hafa allar staðreyndir á pappír fyrir framan mig. Þarna vantaði samráð og samtal, kjörnir fulltrúar fengu vitneskju um sáttmálann tveimur dögum fyrir undirritun. Svoleiðis vinnubrögð finnast mér ekki góð.

Dagný Kristinsdóttir  
Bæjarfulltrúi Vina Mosfellsbæjar

## Við erum komin til að vera – Viltu vera með?

Á 50 ára afmæli knattspyrnudeildar Aftureldingar tókst loks að ná langþráðu markmiði.

Karlalið deildarinnar tryggði sér sæti í BESTU deildinni í hreinum úrslitaleik um sætið fyrir framan tæplega 3.000 áhorfendur á Laugaraldsvelli.

Þessi árangur er enginn tilviljun. Um árabíl hefur uppbygging verið stigvaxandi, bæði innan liðsins og ekki síður í umgjörðinni. Sjálfbóðaliðar hafa unnið þrekvirkni í að efla allt sem snýr að umgjörð fyrir liðið og framkvæmd leikja, án þess að ég taki nokkuð af frábærum árangri þjálfarateymisins eða liðinu sjálfu.

EKKI MÁ HELDUR GLEÝMA HLUT STYRKARAÐIL- ANNA Í ÞESSUM ÁRANGRI. Með stækkandi hóp



öflugra styrktaraðila hefur verið hægt að auka fagmennskuna og bæta í á ýmsum stöðum.

Nú byrjar hins vegar næsti kafli, að halda liðinu uppi, því við erum komin til að vera!!

Um aðstöðuna þarf ekki að fjölyrða, en þar treystum við algjörlega á að Mosfellsbær sé í liði með okkur til að það gangi upp að fá undanþágur frá leyfiskerfinu á meðan varanleg aðstaða rís vonandi sem allra fyrst.

Þjálfarar og leikmenn munu leggja enn harðar að sér en áður, það vitum við. En það þurfum við sjálfbóðaliðar líka að gera. Það vantar ekkert upp á að þetta er súper gaman, það vitnar fjöldinn um,

sjálfbóðaliðahópurinn telur tugi manna og kvenna.

En lengi getur gott batnað, það er pláss fyrir mikið fleiri og þörf á ef við ætlum að bæta í. Þeir sem sitja heima og hugsa um að það gæti verið gaman að ganga til liðs við sjálfbóðaliða íþróttastarfsins eru hvattir til að láta verða af því, við tökkum öllum fagnandi. Ekki síður ef einhverjir hafa áhuga á að styrkja starfið, þar er heldur betur hægt að taka við og fara vel með.

Endilega setjið ykkur í samband við okkur ef þið hafið áhuga á að vera með okkur í þessari skemmtilegu vegferð, í gegnum netfangið: aftureldingmflkk@gmail.com

Hanna Sím.  
sjálfbóðaliði

## VILTU SELJA?

Hafðu samband  
Svanþór Einarsson  
Löggiltur fasteignasali

Fasteignasala  
Mosfellsbæjar

SÍMI:  
586 8080  
www.fastmos.is

Fasteignasala Mosfellsbæjar • Þverholti 2 • S. 586 8080 • www.fastmos.is

## Vegna mikillar sölu leitum við að öllum gerðum eigna í þínu hverfi. Hafðu samband.

Ef þú ert í söluhugleiðingum hafðu samband við **Jón Rafn** í síma 695 5520 eða með tölvupósti jon@miklaborg.is eða við **Óskar** í síma 691 2312 eða með tölvupósti osa@miklaborg.is

MIKLABORG

Með þér  
alla leið

Bókið skoðun og fáid frítt verðmat

Jón Rafn Valdimarsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is



Jón Óskar



Óskar R. Axelsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 691 2312  
osa@miklaborg.is

569 7000 | Lágmúla 4 | miklaborg.is  
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Stöðuuppfærslur

in your face



Helga Jóhannesdóttir

Það er gott að hafa makmið og ánægjulegt þegar þau nást. Það gerðist í dag þegar ég hljóp mitt fyrsta hálfmarathon hér í Kaupmannahöfn. Veðrið var yndislegt, félagskapurinn góður samstarfsfélagar Isabellu hjá Kahoot og vinir hér og stuðningsliðið á hliðarlínunni frábært. Þúsund þakkir kæra fjölskylda, vinir og aðrir er studdu við bakið á mér og kvöttu mig áfram. Ávallt gott að hafa að hafa í huga að: "Hvor der er vilje er der vej".

15. september



Hanna Sím Protlaus vinna í næstum

Þrjátíu ár, óteljandi milljónþúsund handtök með hundruðum ef ekki þúsundum sjálfboðaliða eru að skila þessari líka frábæru útborgun BESTA DEILDIN 2025. Það er ekki hægt að lýsa tilfinningunni þegar dómarinn flautaði til leiksloka! [...] Mosóó sumir kalla það Pizzabæ, en ég kalla það boltabæ.

1. október



Hekla Daða Dásamlegum minningar-tónleikum í

Hlégarði er lokið. Lilli var partur af fyrsta hópnun sem ég kenndi í Gaggó Mos á vorönn 1998, ég þá nýútskrifuð úr menntaskóla. Lilli og félagar hans voru allir frekar hressir, strákar sem maður mun alltaf muna eftir. Kærleikur, samhugur og gleði er það sem kemur upp í hugann eftir kvöldið. Risa hópur af fyrrum skólafélögum hans og fjölskyldum þeirra saman kominn. Þvílíkt lið tónlistarmanna sem voru í kringum hann Lilla og stigu á stokk í kvöld, takk fyrir mig þetta var meiriháttar Maður á engin orð yfir frammistöðu þeirra í kvöld. Ég vona svo sannarlega að Mosfellsbær taki vel á móti fjölskyldu hans sem er nú flutt í bæinn.

Hvíl í friði elsku Lilli

25. september



facebook.

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

VERSLUM Í HEIMABYGGÐ



ÖRYGGISGIRÐINGAR - VERKTAKA - JARÐVEGSSKRÚFUR  
BUGÐUFLJÓT 15J - 270 MOSFELLSBÆR  
SÍMI 546-6667 - GIRDIR@GIRDIR.IS  
WWW.GIRDIR.IS



GARDMENN

...gerum garðinn frægan!

Við sinnum öllum alhliða garðyrkjustörfum s.s jarðvegsvinnu, hellulögnum, steinhleðslum, timburverki, gróðursetningu, trjáklippingum.

Garðmenn leggja áherslu á fagleg vinnubrögð, vandvirkni og skjóta þjónustu.

Sími 893 5788



LJÁRDALUR  
WWW.LJARDALUR.IS

OPNUNARTÍMI  
SUNDLAUGA

Lágafellslaug

Virkir dagar: 6:30 - 22:00

Helgar: 08:00 - 19:00

Varmárlaug

Virkir dagar: 6:30-08:00 og 15:00-21:30

Laugard. kl. 08:00 -17:00 og sunnud. kl. 08:00-16:00



MALBIKSTÖÐIN



Þú finnur öll blöðin á netinu

WWW.MOSFELLINGUR.IS



~ Fagmenn í yfir 40 ár ~



Flugumýri 2 - Sími 566-6216

MG LÖGMENN

Öll almenn  
lögfræðiþjónusta

Háholti 14 - Sími 588 1400 - mglogmenn@mglogmenn.is - www.mglogmenn.is

Tek að mér  
alla krana- og  
krabbavinnu

Útvega allt  
jarðefni

VÖRUBÍLL P.B.

Klapparhlíð 10  
Þorsteinn 822-7142



Frí Tjónaskoðun

GÆDAVOTTAD VERKSTÆÐI

Auðbrekku 27. Kópavogi

www.bilasprautun.is

554 2510



Útfararstofa Íslands

www.utfarin.is • Mosfellsbæ



Sverrir Einarsson  
S: 896 8242



Jóhanna Eiríksdóttir



Jón G. Bjarnason  
S: 793 4455

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 896 8242

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

GLERTÆKNI ehf

Völuteigi 21

- gler í alla glugga -

S. 566-8888 • WWW.GLERTAEKNI.IS

VGH Mosfellsbæ

VERKTAKI SÍÐAN 1968

ÞAÐ SEM TIL ÞARF

896-9443 896-2279

## HEYRST HEFUR...

...að það sé kominn nýr eigandi að Álafossbúðinni í Kvosinni sem ætli sér stóra hluti, opna kaffihús og bæta þjónustu til muna.

...að kennarar í Helgafells- og Lágafellsskóla séu á leið í námsferð til Tenerife í vetrarfríinu.

...að Olís muni opna sínu fyrstu bílaþvottastöð undir merkinu Glans í Langatanga í desember.

...Ari Eldjárn verði með uppistand í Hlégarði föstudaginn 22. nóvember þar sem hann prófar nýtt grín fyrir Áramótaskipið sitt.

...að lokahólf fótboltans og 50 ára afmæli deildarinnar verði fagnað í Bankanum á föstudagskvöldið.

...að Guðbjörg og Valdi hafi haldið sameiginlegt stórafmæli um síðustu helgi með mikilli tónlistarveislu.

...að hátt í 200 manns séu á leið í hópferð Aftureldingar á Kaleo tónleika í Lissabon í næstu viku.

...að Hildur Péturs eigi afmæli á dag.

...að Afturelding sé á toppi Olís-deildarinnar í handbolta eftir sjö fyrstu umferðirnar.

...að Bryndís Haralds hafi haft betur gegn Rósu Guðbjarts bæjarstjóra í Hafnarfirði um 3. sæti Sjálfstæðismanna í Kraganum.

...að Mosfellingurinn og landsliðskokkurinn Gabríel Kristinn sé að gefa út matreiðslubókina Þetta verður veisla!

...að Þorgeir Leó sé nýr yfirþjálfari eldri flokka hjá knattspyrnudeild Aftureldingar.

...að Eypór Wöhler og HubbaBubba hafi verið að gefa út Stórustu plötu í heimi sem tröllríður nú öllu á streymisveitum.

...að Mosfellingarnir Cecilia Rán og Hafrún Rakel séu mættar til Austin í Texas með íslenska knattspyrnu-landslíðinu að keppa við bandarísku Ólympíumeistarana í kvöld.

...að Guðbjörg Fanndal verði fimmtug um helgina.

...að Sveinn Óskar oddviti Miðflokksins í Mosó sækist eftir forystusæti hjá flokknum fyrir Suðvestur- eða Suðurkjördæmi.

...að Mollý sem sló í gegn í Gaggó með Tik Tok skinkunni sé nú rísandi poppstjarna í Danmörku.

...að Hrossakjotsveisla 8villtra verði haldin í Harðarbóli 2. nóvember.

...að Íris Hólm sé búin að finna ástina í örmum tónlistarmannsins Arnars Jónssonar.

...að Guðný Jóna sé búin að fara yfir 200 ferðir á Úlfarsfell á árinu og stefnir á að fara 300. ferðinni í góðu föruneyti fyrir 1. desember.

...að ruslalyktin frá Álfsnesinu plagi íbúa Leirvogstungu sem aldrei fyrr.

...að stefnt sé að því að bókmennta- hlaðborðið vinsæla á bókasafninu verði haldið 28. nóvember.

mosfellingur@mosfellingur.is

## Nýir Mosfellingar

Sendið okkur myndir af nýjum Mosfellingum ásamt helstu upplýsingum á netfangið mosfellingur@mosfellingur.is



Sóldís Sigurðardóttir kom í heiminn 27. júlí 2024. Hún var 3505 gr og 51 cm. Foreldrar eru Sigurður Atli Sigurðsson og Helga Jónsdóttir.



BIRGIR, JÓRUNN, GUÐRÚN OG HILMAR Í MOSFELLSBÆ 18. OKTÓBER 2024

## Tvöfalt brúðkaupsafmæli

Föstudaginn 18. október var haldið upp á tvöfalt brúðkaupsafmæli í Helgafellshverfinu. Birgir D. Sveinsson og Jórunn Árnadóttir áttu 65 ára brúðkaupsafmæli en þau voru gefin saman í Innri-Njarðvírkirkju 18. október 1959.

Guðrún Kristjánsdóttir og Hilmar Sigurðsson voru gefin saman 10 árum síðar, eða 18. október 1969 og fór athöfn þeirra fram í Neskirkju í Reykjavík.

Þess má geta að Birgir og Hilmar eru systkinasynir.

## Í eldhúsinu



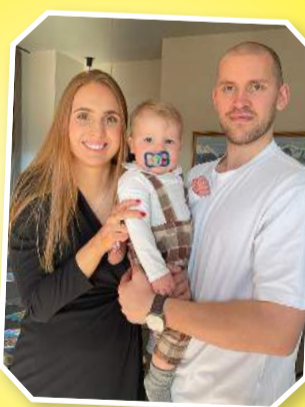
HJÁ SÖRU

### Pylsupasta fjölskyldunnar

Sara Gunnarsdóttir deilir hér með okkur uppskrift að pylsupasta fjölskyldunnar. „Magn innihaldsefna er metið hverju sinni eftir því hvað er til í ísskápnum og hve margir verða í mat.“

#### Innihaldsefni:

- Pastaskrúfur
- Pylsur
- Döðlur
- Tómatar
- Brokkolí
- Paprika
- Sveppir
- Smá hvítlaukur
- Ostasósa:
- Rjómi
- Mexíkóostur
- Hvítlauksostur
- Skinkumyrja
- Smá dass af sykri
- Salt og pipar



#### Aðferð:

Sósan þarf að malla svöltið því bæði mexíkóosturinn og hvítlauksosturinn bráðna ansi hægt, svo það er best að byrja á henni. Hellið rjóma í pott á miðlungshita, rífið niður ostana og setjið út í ásamt skinkumyrju og smá sykri. Leyfið að malla á meðan hitt eldast, og smakkið svo til. Gott að salta og pipra, en

sykurinn spilar þó lykilhlutverk.

Sjóðið pasta í saltvatni. Skerið pylsur, grænmeti og döðlur niður og smjörsteikið þar til mjúkt.

Þegar allt er klárt, má annaðhvort blanda öllu saman í stóra skál, eða bera fram í þrennu lagi.

Sara skorar á Kolbrúnu G. Þorsteinsdóttur að deila með okkur næstu uppskrift í Mosfellingi

## DEILD ÞEIRRA BESTU

Komið þið sæl, kærur sveitungar, það er komið að reglubundnu röfli héðan frá mér.

Nú er vetur konungur að banka á dyrnar og sveitin okkar hefur fengið örlítinn snjó þetta haustið og svona í tilefni þess þá er ríkisstjórnin sprungin enda hékk hún á slíkum bláþræði að hún þoldi ekki haustlægdarnar né þetta snjófok sem varð á dögnum.

Þannig að bæjarstarfsmenn munu dusta rykið af fánaborgunum og skiltinu góða sem stendur á „kosningastaður“ síðan í forsetakosningunum því við þurfum að velja okkur flokk til að sjá um heimilisbókhaldið á klakanum góða. X-? Ja, það kemur svo í ljós.

En ég ætla nú ekki bara að tuða og nöldra vegna þess að við Mosfellingar höfum heldur betur tilefni til að gleðjast vegna þess að Afturelding er komin í deild þeirra bestu í karlaboltanum loksins, og það meira að segja á 50 ára afmæli knattspyrnudeildarinnar. Stelpurnar voru fyrir löngu búnar að sýna karlþeningnum hvernig átti að gera þetta en eins og svo oft áður vorum við gaurarnir svöltið lengi að fatta og læra af stelpunum en það er loksins komið í höfn. Afturelding í Bestu deild. Það verður gaman næsta sumar að rassskella FH-inga og Stjórnnumenn á heimavelli í deild þeirra bestu og við verðum að sjálfsgöðu að vera dugleg að mæta á völlinn og styðja okkar fólk næsta sumar.

En bara svona svo að því sé haldið til haga í stælkandi bæjarfélagi að þeir sem eru aðfluttir í sveitina okkar og búa hér þá eru reglurnar þannig að um leið og þið keyrið yfir bæjarmörkin í Mosfellsbæ og ég tala nú ekki um að þið eruð komin með aðsetur hér í síma-skránni þá er það skylda að halda með Aftureldingu. Mér er bara slétt sama hvort þú fluttir hingað frá Selfossi eða úr Vesturbænum, hingað ertu kominn og hér gilda sérstakar reglur. Punktur. Nú ert þú orðin Aftureldingarmaður eða kona og þú getur þá hundskast aftur í Hafnarfjörðinn eða út á Seltjarnarnes eða hvaðan sem þú komst ef þú vilt ekki hlýða þessum reglum. Þetta gildir líka um þig Gestur :) Áfram Afturelding!



HÖGNI SNÆR



LJUFFENGAR KÖKUR Í MOSFELLSBAKARÍ

HÁHOLT 13-15

HÁALEITISBRAUT 58-60

MOSFELLSBAKARÍ.S

# SMÁ AUGLÝSINGAR

**Leiguhúsnæði óskast**  
Óskað er eftir parhúsi,  
raðhúsi eða litlu einbýlis-  
húsi til leigu í Mosfellsbæ.  
Tveir fullorðnir í heimili,  
algjör reglusemi.  
Nánari upplýsingar í s.  
8200320 og gegnum net-  
fangið bjarnasonbjarki@  
gmail.com

**Smáauglýsingarnar  
eru friar fyrir  
einstaklinga**  
mostellingur@mostellingur.is

## Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
www.gitarinn.is



**Kassagítarar og  
hljómborð á tilboði**



Mikið úrval  
Verð við allra hæfi

## SKEMMTANIR



### Hljómsveitin ÚLTRA

**Hljómsveit: A. Kröyer/dúett**

Tek að mér að spila í einka-  
samkvæmum, brúðkaupum,  
árshátíðum, afmælum og fl.

Er með hljómborð sem virkar  
eins og hljómsveit.

Get líka verið með fjóldasöng  
og nota þá kassagítar.

Eins er ég með dinnertónlist.

Söngkona Ann Andreasen.

Verð við allra hæfi.

Anton - antonben@simnet.is

gitarinn@gitarinn.is

Símar: 895 9376 - 552 2125



**NÆSTI  
MOSFELLINGUR  
KEMUR ÚT**

**28. NÓV.**

Blaðinu er dreift fritt  
í öll hús í Mosfellsbæ.

Skilafrestur efnis/auðglýsinga er til  
hádegis á mánudegi fyrir útgáfudag.

mostellingur@mostellingur.is

## ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

## VERSLUM Í HEIMABYGGÐ



**ARI ODDSSON EHF**  
BYGGINGAVERKTAKI

**MÚRVERK - FLÍSALAGNIR - ALMENN VIÐHALDSVINNA**  
**FAGMENNSKA Í FYRIRRÚMI**

Háholti 14 • 270 Mosfellsbæ • arioddsson@arioddsson.is  
Símar: 895-0383 / 867-7704 / 564-4070

www.arioddsson.is

## GÓÐIR MENN EHF

Rafverktakar  
GSM: 820-5900

- nýlagnir • viðgerðir
- endurnýjun á rafögnum
- hönnun og uppsetning á öryggiskerfum
- síma og tölvulagnir

Löggiltur rafverktaki



**Sjúkrabjálfun & Sjúkranudd**  
**HEILSUEFLING**  
**MOSFELLSBÆJAR**

Urðarholt 4 Mosfellsbær

Sími 578 5080

## BYGGJUM Á GRÆNUM LAUSNUM

TIMBURGRINDARHÚS

KROSSLÍMDAR EININGAR

SVALALOKANIR

GLUGGAR OG HURÐIR



**EININGAR EHF**

WWW.EININGAR.IS

Sími: 565 1560 einingar@einingar.is



**Ökukennsla**  
**HREIÐARS**

8201616

ÖKUKENNSLA - AKSTURSMAT - NÁMSKEIÐ



**VILTU  
SELJA?**

**BERG**  
FASTEIGNASALA

588 55 30  
WWW.BERG.IS

**Bílapartar ehf**  
Notaðir **TOYOTA** varahlutir

Sími: 587 7659

Grænumýri 3 | 270 Mosfellsbæ  
www.bilapartar.is

## Öll almenn vörubíla- og kranapjónusta

- Grabbi, grjótkló og fl.
- Útvega öll jarðefni.
- Traktor og sturtuvagn í ýmis verkefni eða leigu.
- Sláttupjónusta og fl.

**BJ VERK** ehf.

Björn s: 892-3042



**MALBIKSTÖÐIN**

**ÞJÓNUSTUAUGLÝSING  
Í MOSFELLINGI**  
**KR. 7.000 + vsk.\***

nafnspjaldastærð = 97 x 52 mm

\*Miðast við 5 birtingar eða fleiri - mosfellingur@mosfellingur.is



**Nýir  
Mosfellingar**

Sendið okkur myndir af nýjum  
Mosfellingum ásamt helstu  
upplýsingum á netfangið  
mosfellingur@mosfellingur.is

# SPURNING TIL BÆJARBÚA

Hvað ætlar þú að gera í vetrarfríinu?



**KRUMMA LÍF:**  
Örugglega bara chilla.



**ERIKA LEA:**  
Bara chilla eins og Krumma.



**ÍRENA ÞYRÍ:**  
Leika við hundinn minn.



**TELMA BRÍET:** Vera heima að chilla með fjölskyldunni minni.



**ANITA MARIN:**  
Fara til afa míns.



**KAREN LILJA:** Fara til ömmu og afa á Sauðárkrók.



Æskuvínirir í myndakassanum



Æskuvínirir í Portúgal



Kjarnakonur í dirndl



Hálfmarapon í Róm



Jólin í október



Þýsk stemning



Baldvin og Ágúst í Október



Vinkonurnar mættar

## HVERJIR VORU HVAR?

Sendið okkur endilega myndir - [mosfellingur@mosfellingur.is](mailto:mosfellingur@mosfellingur.is)



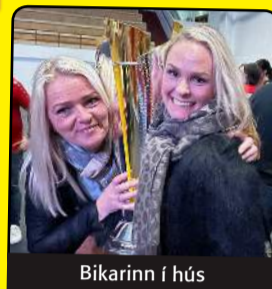
Alvöru afmælispartý í Hlégarði



Mosógengið í Casablanca



Fljúgðu hærra



Bikarinn í hús



Fálkar og félagar gera sér glaðan dag



Októberfest hjá útvöldum



Glímugi líið í Wales



Barinn fullmannaður



**NÝIR ÞÆTTIR MEÐ STEINDA OG DÓRA  
PRÓFA SKRÝTNUSTU STAÐINA Í EVRÓPU**

### TVÍFARAR



Ragnheiður Ríkarðs



Jamie Lee Curtis



Við á Sprey Hárstofu elskum það sem við gerum, við erum fagmenn!

Hárstofan  
**Sprey**

Hægt er að panta tíma á Sprey.is eða í síma 5176677 Mosfellsbæ og Garðabæ.



# DÚOS

**HÁDEGISTILBOÐ**  
LOKA OG GOS  
AÐ EIGIN VALI **1.990**

Gildir frá kl. 10-14



## ÖLL ALMENN MÚRVINNA

- Múr- og sprunguviðgerðir •
- Steypuslípun •
- Inndælingar •
- Filtering/Pússun •
  - Flotun •
  - Hleðslur •
  - Flísalagnir •

**ÞJÓNUSTUM EINSTAKLINGA,  
HÚSFÉLÖG OG FYRIRTÆKI**



☎ **781 7777**

[husrad@husradverktakar.is](mailto:husrad@husradverktakar.is)



# ALLT

## F A S T E I G N A S A L A

[www.allt.is](http://www.allt.is) • [allt@allt.is](mailto:allt@allt.is) • 560-5505  
Þverholt 2 • Mosfellsbær



## STÓR STUND Í KIRKJUNNI

Þrjú prestar voru settir í embætti í Lágafellssókn á dögunum, þau Arndís Linn, Henning Emil og Guðrún Helga. Það var prófastur Kjalarnessprófastsdæmis, sr. Hans Guðberg, sem þjónaði fyrir altari og setti þau inn í störf sín.



Sæktu  
Landsbanka-  
appið



App Store Google Play

2025

Dagbækur og vasadagbækur  
Margar gerðir



Nafnagyllingar á frábæru verði!



MÚLALUNDUR  
Við Reykjahlund, Mosfellsbæjar  
www.mulalundur.is

## MIKIL SALA - VANTAR EIGNIR - VERÐMETUM



Pétur Pétursson  
lögiltur  
fasteignasali  
897-0047



Brynjólfur Jónsson  
lögiltur  
fasteignasali  
898-9791

Þjónusta við  
Mosfellinga í 35 ár

Háholt 14, 2. hæð

588 55 30



### Meðalfellsvegur 1



Sumarhús í nágrenni Meðalfellsvatns í Kjós. Stór afgirt lóð.  
Mikill gróður. Húsið þarfnast viðhalds. Fallegt útsýni.

Verð: 34 m.

### Stórikriki 2



Stórikriki, 117 fm íbúð á 2. hæð auk 20 fm stæðis í bílageymsluhúsi. Flottar innréttingar.  
Eikarparket og skápar. Þrjú svefnherbergi og góð verönd í suður.

Verð: 84,5 m.

### Suðurhlíð 38



Suðurhlíð, 105 Reykjavík. Falleg neðri sérhæð. Mjög góð staðsetning.  
Stæði í bílahúsi. Vönduð gólfefni og innréttingar.  
Góð aðkoma.

Verð: 119,5 m.

### Desjamýri 7



Desjamýri, 42 fm húsnæði með mjög góða aðkomu. Góð vinduhurð og malbikað plan.  
Mikil lofthæð og mikið hillupláss. Aðgengi að þvottaaðstöðu og snyrtingu á svæðinu.  
Afgirt vöktuð lóð. Getur losnað fljótlega.

Verð: 23 m.