

MOSFELLINGUR

7. TBL. 14. ÁRG. MIÐVIKUDAGUR 13. MAÍ 2015 DREIFT FRÍTT INN Á ÖLL HEIMILI OG FYRIRTEKI Í MOSFELLSBÆ, Á KJALARNESI OG Í KJÓS

Eurovision-stjarnan og Mosfellingurinn María Ólafs heldur á vit ævintýrana

Hundruð skólabarna kvöddu Maríu á torginu



Eurovision

Krakkar í leik- og grunnskólum bæjarins fjölmenntu á Miðbæjartorgi á föstudaginn og kvöddu Eurovision-farann Maríu Ólafs-dóttur. Hún mun keppa fyrir Íslands hönd í Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva. María syngur lagið Unbroken á seinni undanúrslitakvöldinu fimmtudaginn 21. maí. Úrslitakvöldið fer svo fram á laugardaginn 23. maí og vonandi verður okkar fulltrúi þar. Mosfellsbær veitti söngkonunni blómvönd og fararstyrk við tilefnið.

EIGN VIKUNNAR

www.fastmos.is



Kvísartunga - glæsileg parhús

Vorum að fá í sölu tvö 181,5 m² parhús á einni hæð, tilbúinn til innréttinga, við Kvísartungu 47-49. Birt stærð hvorrar eignar eru 181,5 m², þar af er íbúð 140,7 m² og sambyggður bílskur 40,8 m². Góð staðsetning innst í litlum botnlanga. Eignin afhendist tilbúinn til innréttinga. **V. 39,5 m.**



Fylgstu með okkur á Facebook
www.facebook.com/fastmos



Fasteignasala Mosfellsbæjar



Kjarna • Pverholti 2 • 270 Mosfellsbær • S. 586 8080
Einar Páll Kjærnested • lögg. fasteignasali • www.fastmos.is



MICHELIN GÆÐAVOTTAD VERKSTÆÐI
N1 LANGATANGA 1A - MOSFELLSBÆ - SÍMI 440 1378

N1

Meira í leiðinni



Mosfellingurinn Dagný Kristinsdóttir er nýr formaður Aftureldingar

Stórt skref út fyrir þægindarammann »16



Lágkolvetna braud
Súrdeigsbraud með rússinum

www.mosfellabakari.is - sími 5666145

RÉTTINGAVERKSTÆÐI Jóns B. ehf

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

Þjónustuverkstæði
útvægum bílaleigubíla



Ný
CABAS
þjónaskoðun



MOSFELLINGUR

www.mosfellingu.is - mosfellingu@mosfellingu.is

Útgefandi: Mosfellingu ehf., Spáahöfða 26, sími: 694-6426
Ritstjóri og ábyrgðarmaður:

Hilmar Gunnarsson, hilmar@mosfellingu.is

Ritsjórn: (blaðamenn og ljósmyndarar)

Anna Ólaf Sveinbjörnsdóttir, annaolaf@mosfellingu.is

Ragnar Þór Ólason, ragnjalal@mosfellingu.is

Ruth Órnólfsdóttir, ruth@mosfellingu.is

Prentun: Landsprent. **Upplag:** 4.000 eintök. **Dreifing:** Pósturinn.

Umbrot og hönnun: Mosfellingu ehf.

Prófförk: Einar Lövdahl

Tekid er við aðsendum greinum á mosfellingu@mosfellingu.is

og skulu þær ekki vera lengri en 500 orð. Efni og auglýsingar

skulu berast fyrir kl. 12. mánuðagi fyrir útgáfudag.

Mosfellingu kemur út að jafnaði á þriggja vikna fresti.

Næsti Mosfellingu kemur út 4. júní

Gott silfur

Það hefur verið gaman að taka þátt í umgjörðinni í kringum handboltann í vetur. Strákarnir í meistara-flokki karla komu inn sem nýliðar í



efstu deild og stóðu sig með stakri þrýði. Hver hefði trúað því fyrir tímabilið að liðið myndi hafna í 2. sæti? Liðið byrjaði tímabilið frábærlega og menn biðu í ofvæni eftir að blaðarn myndi springa. En blaðarn sprakk aldrei og er enn á góðu flugi og verður

það vonandi sem lengst. Handboltinn er kominn á þann stall sem hann á heima á og handboltabærning getur farið að standa undir nafni.

Blakstelpurnar enduðu einnig í hinu ljúfsára öðru sæti og náðu því ekki að fullkomna þrennum í vetur. Gott silfur, gulli betra.

María Ólafs heldur utan í dag og lékur þátt í hinu einu sönnu Eurovision-keppni. Eg treysti því að hver einasti Mosfellingu og Íslendingur sendi hlýja strauma til Maríu okkar sem á eflasta eftir að heilla heimsbyggðina.

Hilmar Gunnarsson, ritstjóri Mosfellings



ÍSFLUG

www.isflug.is

Ísflugur, Ísflugur, Ísflugur, Ísflugur

Í PÁ GÖMLU GÓÐU...

TÓNLISTIN OG MOSFELLINGSVEITIN
– Kátar systur!

Nýlega hittumst við Pétur Guðmundsson og tilefnið var að skoða saman gamlar ljósmyndir sem hann tók á árunum 1960-70. Á þeim árum var öflugt starf hjá Kirkjukór Lágafellssóknar undir stjórn organistans Hjálta Þóroarsonar frá Ásustöðum. Á námskeiði hjá Söngmálastjóra Þjóðkirkjunnar, sem kórinn tók þátt í, var tónskáldið Gunnar Reynir Sveinsson að vinna með kórnum og fann þar fjórar söngsystur sem „röðduðu“ vel saman! Tónninn var gefinn og sönghópurinn KÁTAR SYSTUR varð til. Þær sungu síðan saman um tveggja ára skeið á fjölmörgum samkomum í sveitinni.



Kátar systur voru frá vinstri: Hrefna Magnúsdóttir, Ólaf Sjöfn Gísladóttir, Matthildur Jóhannsdóttir, Úlfhildur Geirsdóttir.

Umsjón: Birgir D. Sveinsson (birgir@simmet.is)

PHOTO: JÓHANNA

MÁNADARKORT
AÐEINS **7.490 KR.**

SUMARKORT

Sumarið lítur vel út í World Class því nú geturðu nælt þér í heilsuræktarkort á sérstöku sumartilboði. Sumarkortið gildir í öllum stöðvum okkar og kostar mánuðurinn aðeins **7.490 kr.**

Nánari upplýsingar í síma **553 0000**
og á worldclass.is

World Class
ICELAND



**Einar Páll
Kjærnesléd**
Lögg. Fasteignasali



**Svanþór
Einarsson**



**Egilína S.
Guðgeirsdóttir**



**Hildur
Ólafsdóttir**



**Þórhildur M.
Sandholt**
Lögg. Fasteignasali



KLAPPARHLÍÐ

Björt og falleg 97,0 m² 4ra herbergja endabúð með séríngangi og suðvestursvölum á efri hæð í 3ja hæða fjölbýli. Frábær staðsetning, stutt í skóla, leikskóla, sund og líkamsrækt.

V. 31,9 m.



DESJAMÝRI

Falleg 74,6 m², 3ja herbergja íbúð á 2. hæð í 3ja hæða fjölbýlishúsi. Eignin skiptist í tvö svefnherbergi, forstofu, geymsluherbergi innan íbúðar, eldhús, stofu, baðherbergi og þvottahús. Frábær staðsetning, stutt er í leikskóla og grunnskóla og glæsilega sundlaug.

V. 26,9 m.



BERGRÚNARGATA

Tvær íbúðir í þrjúbýlishúsi við Berggrúnargötu 5 í Mosfellsbæ. 266,9 m² íbúð sem er búð að breyta í tvær íbúðir. Aðkoma í búð á efri hæð hússins að austanverðu en að vestanverðu er gengid inn á jarðhæðina. Eignin er ekki fullbúin en að mestu íbúðarhæf.

V. 48,9 m.



KLAPPARHLÍÐ

Falleg 74,6 m², 3ja herbergja íbúð á 2. hæð í 3ja hæða fjölbýlishúsi. Eignin skiptist í tvö svefnherbergi, forstofu, geymsluherbergi innan íbúðar, eldhús, stofu, baðherbergi og þvottahús. Frábær staðsetning, stutt er í leikskóla og grunnskóla og glæsilega sundlaug.

V. 26,9 m.



LAXATUNGA

493,1 m² einbýlishús á tveimur hæðum í byggingu við Laxatungu 9 í Mosfellsbæ. Eignin er skráð 493,1 m², þar af íbúð 194,6 m², geymsla 9,9 m², kjallan 240,5 m² og bílskur 48,1 m².

V. 39,7 m.



GERPLUSTRÆTI

Ný og glæsileg 144,8 m², 4-5 herbergja endabúð á efstu hæð, ásamt bílastæði í bílajakjallara í lyftuhúsi í Helgafellshverfinu í Mosfellsbæ. Vönduð tækni, Gólfhitni. Glæsilegar innréttingar og gólfenni.

V. 41,9 m.



BUGÐUTANGI

Glæsilegt 247,1 m² einbýlishús á tveimur hæðum. Stórt óskráð geymslurými er í kjallara (ca. 125 m²). Glæsileg eign með sex herbergjum. Bílskurinn er 31 m². Glæsilegur og vel hannaður garður með þremur veröndum og hellulögðu bílplani.

V. 64,9 m.

AKURHOLT - EINBÝLISHÚS Í GRÖNU HVERFI



192,4 m² einbýlishús með tvöföldum bílskur í einstaklega skjólgöðu og grónu hverfi. Húsið skiptist í 4 svefnherbergi, stóra stofu/ borðstofu, eldhús, baðherbergi, gestasaleri, þvottahús og geymslu. Stór garður og gott bílplán. Eignin er skráð 192,4 m², þar af einbýlishús 139,1 m² og bílskur 53,3 m².

V. 49,9 m.



LAXATUNGA

182,1 m² raðhús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskur. Eignin skiptist í Neðri hæð: Forstofa, gestasafning, geymsla, eldhús, stofa, borðstofa og bílskur. Efri hæð: Þrjú svefnherbergi, hol, baðherbergi, þvottahús og yfirbyggðar svalir. Steytt bílplán og garður með verönd og heitum potti í suður.

V. 44,9 m.



LINDARBYGGÐ

Fallegt 129,2 m² parhús á einni hæð ásamt 22 m² lokuðu bílskily. Eignin skiptist í tvö svefnherbergi, forstofu, baðherbergi, þvottahús, geymslu, eldhús, borðstofu, stofu og sólstofu. Búð er að loka bílskily og gera herbergi úr því. Hellulagt bílplán með hitalögnum og afgirtur garður í suðvestur.

V. 46,9 m.



LEIRVOGSTUNGA

Mjög glæsilegt og mikið endurnýjað 406,7 m² einbýlishús með stórum bílskur á 1.261,2 m² eignarlöð við Leirvogstungu 15 í Mosfellsbæ. Um er að ræða glæsilegt tveggja hæða einbýlishús sem býður upp á mikla möguleika, vegna aukabúðar eða til að bjóna stóri fjölskyldu. Sjón er sögu ríkar.

V. 74,5 m.



GRUNDARTANGI

Rúmgott og bjart 61,9 m² endaraðhús við Grundartanga 36 í Mosfellsbæ. Eignin skiptist í svefnherbergi, baðherbergi, forstofu, geymslu, eldhús og stofu. Timburverönd í suður.

V. 25,9 m.



PRASTARHÖFÐI

Mjög glæsilegt 252,3 m² einbýlishús á tveimur hæðum við Prastarhöfða 29 í Mosfellsbæ. Stórglæsileg og vel-skipulögð eign á þessu vinsæla stæði. Glæsilegar innréttingar og gólfenni. Lóðin er mjög falleg, steytt bílplán og stórar verandir með skjólveggi.

V. 79,9 m.

Starfshópur hefur skilað af sér greinargerð • Of íþyngjandi fyrir sveitarfélagið

Möguleiki á byggingu fjölnota íþróttahúss í einkaframkvæmd

Starfshópur um uppbyggingu fjölnota íþróttahúss hefur verið starfræktur frá ársbyrjun 2014 og hefur nú lokið störfum. Starfshópurinn hafði það að markmiði að framkvæma úttekt á knattsþyrnuhúsum og þegar byggðum fjölnota íþróttahúsum víðsvegar á landinu og þróa og móta hugmyndir um uppbyggingu slíks húss í Mosfellsbæ. Þeigjartóra og embættætismönnum hefur nú verið falið að vinna áfram að málinu í samræmi við niðurstöður starfshópsins.

Kostnaður í kringum milljarð

Starfshópurinn fór í greiningu á valkostum fyrir staðsetningu og gerði frekari greiningu á tveimur þeim, annarsvegar við íþróttamiðstöðina að Varmá og hins vegar á Blíkastaðalandi. Staðsetningin að Varmá þykir ákjósanlegri út frá fjárhagslegum og rekstrarlegum forsendum og er nú unnið út frá þeirri hugmynd.

Kostnaður við upphitað, einangrað hús með 12,5 m mænishæð er áætlaður í kringum milljarð samkvæmt VSO ráðgjöf. Fulltrúi Afturelding hefur lagt fram frumhugmyndir um að fjölnotahúsið verði hannað, byggt, fjármagnað og rekið af aðilum á einkamarkaði. Höpurnin lét gera sérstaka fjárfleitaáætlun um slíku rekstrarformi.

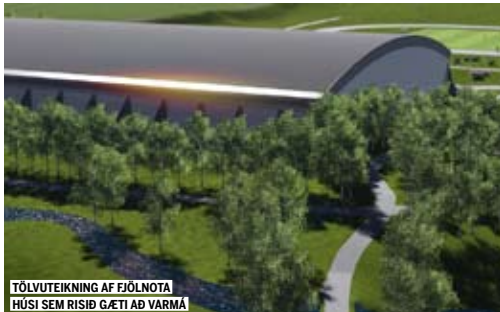
Leigja þarf 65% af timanum

Helstu niðurstöður starfshópsins eru að tryggja þurfi langtímaleigusamningna um útleigu tíma til allt að 65% af tímamagni í húsinu til þess að hægt verði að tryggja fjármögnun verkefnisins. Framlag þeigjartóra nemi um 30% af árlægum kostnaði við húsið í formi leigðra tíma sem munda verða nýttir af íþróttafélagum þeigjartóra.

Næstu skref í þessu verkefni felast í að greina nákvæm útfærslu á þeim möguleika að einkaþili taki af sér að hanna, bygga, fjármagna og reka húsið.

Viljayfrýsing er næsta skref

Haraldur Sveinsson þeigjartóri segir að það sé áneigjulegt hversu vel vinna starfs-



TÖLVUTEKNING AF FJÖLNOTA HÚSI SEM RÍSIR GÆTI AÐ VARMÁ

hópsins hafi gengið. „Nú þurfum við að skoða vandlega þessa með einkaframkvæmd. Það er jótt að sveitarfélagið ræður ekki við fjárfestingu af þessari stærðargráðu næstu árin, meðfram þeirri fjárfestingu sem framundan er í uppbyggingu á skólumannvirkjum.“

Annadhvort þarf því að byggja minna og ódýrara hús eða að hægt sé að nýta kosti einkaframkvæmdar og takmarka þannig hlutdeild þeigjartóra í verkefniinu. Við reiknum með að bærinn geti lagt verkefniinu til um 35 milljónir kr. á ári að meðtöldum þeim kostnaði sem bærinn ber í dag af rekstri gervigrassvallar og leigu á tímum í öðrum fjölnota húsum. Næsta skref er að stilla upp drögum að viljayfrýsingu milli þeigjartóra og einkahlutafélagsins og sjá hvað það leiðir okkur en það er ekkert gefið í þessu máli enn“, segir Haraldur að lokum.



Haraldur Sveinsson

Þörfin svo sannarlega til staðar

„Málið er á frekar víðvænnum stigi akvæmd nuna“, segir Óli Valur Steindórsson formaður knattsþyrnueldisr Aftureldingar.

„Við erum áttu að reikna okkur fram og til baka og skoða hvernig er hægt að brúa bilið. Við skiljum vel að væntingarn Mosfellanna eru miklar en við viljum vanda til þess enda er svona mannvirki byggt til framtíðar. En þörfin er svo sannarlega til staðar.“

Vilji og fjármagn er fyrir hendi svo lengi sem rekstrarlegur grundvöllur er tryggður með kjöllföstum leigusamningi við Mósellsbæ. Til staðar er hópur einstaklinga og fyrirtækja sem er tilbúinn að fjárfesta í verkefniinu með okkur.

Vonandi náum við að þúsa þessa saman og draumurinn væri að byggingin gæti risið í lok næsta árs“, segir Óli Valur.



Óli Valur Steindórsson



Safnadagurinn á Gljúfrasteini 17. maí

Í tleflni íslenska safnadagsins sunnudaginn 17. maí verður boðið upp á göngu frá Gljúfrasteini að Mosfellskirkju í Mosfellsdal. Gangan hefst við Gljúfrastein kl. 13:00 og mun Bjarki Þjarnason leidda gönguna, sem lýkur í Mosfellskirkju kl. 15:00. Um tæplega klukkustundarlanga göngu er að ræða.

Verður m.a. gengið að Guddúlaug, en um hana skrifaði Hallgrímur efirminnilega í verkinu í tíunni heima. Í Mosfellskirkju, sem er í aðahlutverki í Innansveitarkirknunni, mun Bjarki rekja sögu kirkjunnar og að lokum gefst þáttakendum ferri á að sjá sögu Halldórs lífna við þegar flýtar í Leikfélagi Mosfellsveitarinnar fylgja vel valdar senur ár verkina. Dagskráin í kirkjunni sem hefst að göngu lokinni eða um kl. 14:00 er öllum opin. Þennan dag verður safnið að Gljúfrasteini opið frá kl. 10:00-16:00 og er aðgangur ókeypis.



Endurnýjun samstarfssamnings

Mosfellsbær hefur endurnýjað samstarfssamninginn við Heilsuvinnu vegna lýðheilsu- og þróunarverkefnisins Heilsueflandi samfélags. Ahersluþáttur verkefnisins fyrir árið í ár er hreyfing og útivist í viðum skilningi fyrir alla aldurshópa. Þeigjartóri eru hvattir til nýta sér þá fjölbreyttu afþreyingarmöguleika sem í boði eru í Mosfellsbæ. Nánari upplýsingar um hlaupta- og gönguleiðir má finna á heimasíðu þeigjartóra undir flokknum mannlíf/heilsa og hreyfing. Verkefnið, Heilsueflandi samfélag, sem inniheldur helstu áhersluþætti landlæknis, miðar að því að setja heilsueflingu í forgornum í allri þjónustu sveitarfélagsins hvort sem er ræðir fræðslu-, menningar- eða skólaáttir. Aðminn er að ná til allra aldurshópa, fyrirtækja og félagsamta. Samberjleig verkefni eru þekkt erlendis en er nú í fyrsta skipti tekið upp hér á landi.

KIRKJUSTARFIÐ



WWW.LAGAFELLSKIRKJA.IS

Ársreikningur lagður fram

Ársreikningur fyrir árið 2014 var staðfestur og áritauur við síðari munnæðu í þeigjartóra þann 6. maí síðastliðinn.

Rekstrarfangangur fyrir fjármagnslíðu var 312 milljónir sem er rúmlega 4% af tekjum. Að teknu tilliti til fjármagnslíðu er rekstrarhalli A og B hluta 72 milljónir eða tæplega 1% af tekjum. Veltuð frá rekstri er 468 milljónir eða 4,126 milljónir af tekjum. Eigið fé í árslok nam 4 rúmlega 200 milljónir og eigin-hlutfullt tæplega 28%. Skuldavæðing er 128% sem er vel innan þess 150% hámarks sem kveðið er um í lögum. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Mosfellsbæ.

Íbúar Mosfellsbæjar voru 9.300 um síðustu áramót og hafði fjöldið um 2,5% á milli ára. Mosfellsbær er sjöunda fjölmennasta sveitarfélag landsins og þar störfuðu

649 starfsmenn í 533 stöðugildum á árinu 2014.

Lakari niðurstaða en gert var ráð fyrir

Rekstrarniðurstaða A og B hluta var lakari en áætlunin gerðu ráð fyrir sem skýrist helst af því kostnaðarþáttum sem reyndist erfið að bregðast við á rekstrarárin. Í því tilliti ber helst að nefna að kjarasamningsbundnar launahækkningar voru meiri en halli var fyrir gert, veitt var meiri fjárhagsaðstoð en áður auk þess sem ófyrirséður halli var á rekstri málaflóks fallaðs fólks.

Fræðslumál eru langstærsti málaflókurrinn en til hans runnu 2.981 milljónir eða 52% skatttekna. Til félagsþjónustu var veitt 1.269 milljónir og eru þar meðtalin málafeni fallaðs fólks. Íþrótt- og eskulýðsmál



er þrjú stærsta verkefni þeigjartóra en til þeirra mála var varið um 662 milljónir. Samtals er því 85% skatttekna Mosfellsbæjar varið til fræðslu-, félagsþjónustu- og íþróttamála. Þeigjartóri hefur samþykkt að fela þeigjartóra á myndta teymi úr hópi framkvæmdastjórna til að yfirfara fjárhagsáætlun ársins 2015. Í þeirri vinnu verði lagt mat á hvaða atriði þarf að endurskoða í fjárhagsáætlun ársins með tilliti til fyrirliggjandi rekstrarniðurstöðu ársins 2014.

HELGIHALD NÆSTU VIKNA

Sunnudagur 17. maí
Guðsþjónusta í Lágafellsskóla kl. 20:00 – Skráningarguðsþjónusta feringargarna næsta árs. Bæðir prestarnir.

Miðvikudagur 20. maí
Bænastund á Hlaðhólmum.

Sunnudagur 24. maí – Hvítasunnna Guðsþjónusta í Lágafellsskóla kl. 11.00. Sr. Skimír Garðarsson.

Sunnudagur 31. maí
Guðsþjónusta í Mosfellskirkju kl. 14:00. – Kirkjudagur Hestamannafélagsins Harðar. Höpreið hestamanna til kirkju. Sr. Ragnheiður Jónsdóttir Heilunarguðsþjónusta í Lágafellsskirkju kl. 20:00. Sr. Ragnheiður Jónsdóttir.

SÓKN Í SÓKN
– LIFANDI SAMFÉLAG
Vertu með í sókninni!

FERMINGARBÖRN ÁRIÐ 2016
Sunnudaginn 17. maí kl. 20:00 eru feringarbörn næsta árs kölluð til kjöllföðguþjónustu í Lágafellsskóla kl. 20:00. Öll börn fædd 2002 hafa fengið sendan bækling um feringarstarfið næsta vetur. Böðjum við tilvonandi feringarbörn og foreldra á koma með skráningarhluta bæklingins til guðsþjónustunnar. Í bæklingnum er meðal annars að sjá lista yfir feringargaga voríð 2016.

Stutt í gasið fyrir Mosfellinga hjá Olís Langatanga

Einfalt og öruggt
Smellugas fyrir grillið,
útileguna og heimilið.

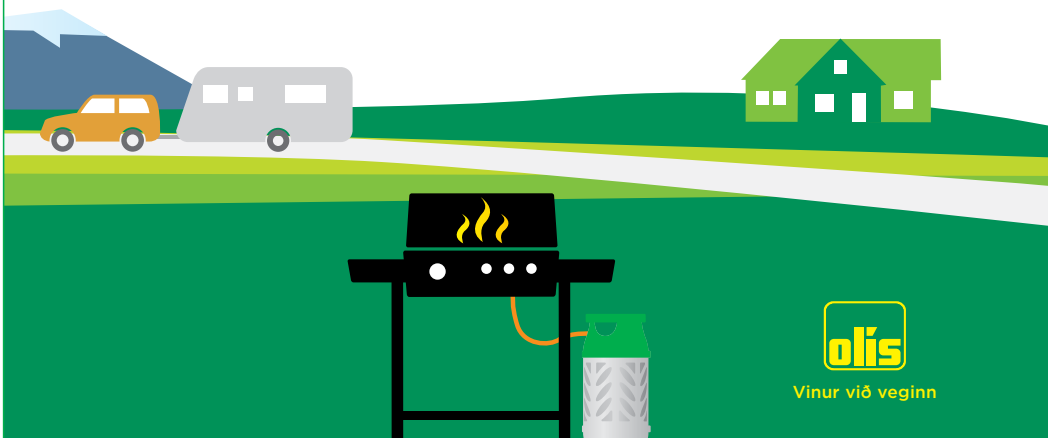


2 kg

5 kg

10 kg

11 kg



Vinur við veginn

Ronja áhuga-sýning ársins

Á dögnum var tilkynnt um val á áhugasýningu ársins á Ronju þingi BL, Bandalags íslenskra listamanna. Fyrir valinu varð Ronja ræningjadóttir eftir Astrid Lindgren í uppsetningu Leikfélags Mostellsveitar.

Listrænir stjórnendur sýningarinnar eru Agnes Wild leikstjóri, Sigrún Harðardóttir tónlistarstjóri og Eva Björg Harðardóttir leikmyndar- og búningahönnuður, en með titillutverkð fer María Ólafsdóttir. Ronja verður sýnd á Stóra sviði Þjóðleikhússins fyrstu helgina í júní og er miðasala þegar hafin hjá Þjóðleikhúsinu og á www.leikhusid.is.

Ronja ræningjadóttir valin úr 18 sýningum

Val Þjóðleikhússins á athyglisverðustu áhugaleiksýningu leikársins fór nú fram í tuttugasta og áttað sinn. Á þessu sinni sóttu alls sexstán leikfélög um að koma til græna við valið með átján sýningar. Sýningar leikársins einkenndust af mikilli fjölbreytni og metnaði og eins og oft áður var dómnefnd vandi á höndum að velja eina sýningu úr. Í dómnefnd í ár sátu fjórir leikarar úr leikhöfud þjóðleikhússins, þau Baldur Trausti Hreinnson, Guðrún Snaeförpu Gísladóttir, Tinna Gunnlaugsdóttir og Vigdís Hrefna Pálsdóttir.

Heillandi og fjögur barnasýning

Umögn dómnefndar um sýninguna er svohljóðandi: „Sýning Leikfélags Mostellsveitar á Ronju ræningjadóttur er heillandi



RONJA OG BIRKIR STALDRA NÆST VIÐ Í ÞJÓÐLEIKHÚSINU

og fjögur barnasýning þar sem fjölmargir þættir koma saman og mynda áhrifaríka heild. Leikhöfuorinn er fjölmennur og sterkur, og leikarar í aðalhlutverkum standa sjá afar vel. Tónlist er veigamikill þáttur í sýningunni, og söngatriðin vel útfærð. Sviðið er notað á skemmtilegan hátt þar sem sýningarveitin er hluti af sýningunni. Mikil alúð er lögð við útlit sýningarinnar, leikmyndin er hugvits-samleg og búningar og leikgervi vel unnin.“

Biskupsfundur gerir þá tillögu að Reynivalla- og Mosfellsprestakall verði sameinuð í eitt

Kjösverjar mótmæla sameiningu

Fjölmennt fundur var haldinn á dögnum í Ásgarði í Kjós þar sem einhver þar var um að verja framtíð Reynivalla sem prestsetrus.

Sr. Gunnar Kristjánsson sóknarprestur Reynivallasnáknar létur af embætti í vor vegna aldurs. Biskupsfundur gerir því þá tillögu að prestaköllin í Kjós og Mosfellsbæ verði sameinuð í eitt. Sameinuðu prestakalli verði þjónað af einum sóknarpresti í fullu stöðugildi og tveim prestum í einu og hálfu stöðugildi. Kjösverjar telja það mikinn missi að fá ekki prest að Reynivöllum og að sóknarbörn í Reynivallaprestakalli muni bera skaðan hlut frá börði með um-ræddri sameiningu. Ljóst er að Mosfellsprestakall er ört stækkandi sókn og hefur í raun þórt fyrir presta í þrem stöðugildum. Hættu er á að leiðin fyrir prest úr Mosfellsbæ upp í Kjós verði mun lengri en leiðin úr Kjósinni í Mosfellsbæ.

Þetta kemur fram á fréttavef Kjösarhepps en formleg ályktun fundarins var eftirfarandi:

„Fundurinn mótmælir fyrirhugaðri sameiningu Reynivalla- og Mosfellsprestakalla. Fundurinn lýsir yfir miklum áhyggjum af fyrirhugaðri sameiningu þar sem það myndi leiða til þess að þjónusta við sóknarbörn í Reynivallaprestakalli myndi minnka verulega og einnig að háð sögufregra prestsetrus að Reynivöllum yrði lagt niður.



REYNAVALLAKIRKJA Í KJÓS

Fundurinn leggur til að Reynivallaprestakall fái að halda stöðu sinni og fundin verði leið til þess að skapa næg verkefni til að halda presti í fullu starfi með búsetu að Reynivöllum.“



Heiða María fékk viðurkenningu frá MS

Á dögnum réðust úrslit í árlegri teiknisamkeppni Mjólkursam-söluinnar meðal fjórðu bekkjanna í grunnskólum landsins. Alls bárust eitt þúsund myndir í keppnina frá 43 grunnskólum. Tíu nemendur voru veittar viðurkenningar fyrir teikningar sínar og fær hver verðlaunaþafi 25.000 kr. sem renna óskiptar í bekkjarstöð viðkomandi. Heiða María Hannesdóttir, nemandi í 4. LD í Lágafellsskóla, átti eina mynd af þeim tíu sem fengu viðurkenningu. Á efri myndinni má sjá Heiðu Maríu ásamt Jóhönnu skólastjóra Lágafellsskóla og á þeirri neðri er myndin sjálf sem hún teiknaði.



HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?
SENDU OKKUR LÍNU...
MOSFELLINGUR
mosfellingur@mosfellingur.is

ELDRI BORGARAR

Þjónustumiðstöðin Eirhömrum

FRAMUNDAN Í MAÍ OG JÚNÍ

22. maí föstudagur kl. 13:00 í borðsal Eirhamra, Síðasta FÉLAGSVIST vetrarinn. Kaffi, meðlæti og vinnningar fyrir tvö eftstu sætin. Afgangseyrir 600 kr. Allir hjartanlega velkomni, en skráningarlisti er inn í handverksstofu eða á elvab@mos.is.

Gjervinnsla verður opin alla miðviku-daga og fimntudaga þangað til að það verður sumarfri.

Alla virka daga er handverksstofan opin frá kl 13:00-16:00. Leiðbeinendur eru í handvinnu alla daga nema föstudaga.

Þeir sem vilja þrjóna eða gefa muni á basarinn okkar eru velkomnir að fá efni hjá okkur á Eirhömrum.) Við þökkum allt framlag.

Íslensk gamanmynd - BAKK
Nú skellum við okkur í bió :)

Ætlunin er að fara í bió 27. maí kl. 15:30 í Smárabíó. Farið verður með rútu ef þáttakara er næg annars einkabíllum. Líklega yrði farið í Smáralind um kl. 14:00 og rölt um eða fengið sér kaffi, svo bió og loks heim. Áfgangseyrir hafi samband við félagstarfð. 1.250 kr í bió með poppi og gósi. Gjald í rútu 1.500 kr.



Fréttir af félagstarfi

Perluhópur Jónu hefur heldur betur slegið í gegn og margar konur komið saman alla mánudaga og miðvikudaga í vetur til að perla og tófra fram hinu ótrúlegustu hluti undir dyggrí handleiðslu Jónu Georgsdóttur sem við í félagstarfinu berum bestu þakkir til og vonum sannarlega að Jóna og hennar konur verði hjá okkur áfram næsta vetur.

Minnum á að félagstarfð hefur góða aðstöðu fyrir alls konar samkomur ef fólk vil hópja sig saman og sinna sínum hugðarefnum, t.d. leshring, leðurhópur, bútasumshópur, postúlnshópur, spila-hópur, briddshópur og svo mætti lengi telja. Endilega nýtum okkur aðstöðuna og minnum á að félagstarfð er fyrir alla eldri borgara, öryrkja og atvinnulausa í Mosfellsbæ. Formlegri vetrardagskrá er við það að ljúka og hlökkum við til að sjá sem flesta í haust aftur og vonum við að enni fleiri bættist í hópinn, því alltaf er pláss fyrir jákvætt og skemmtilegt fólk og að lokum þökkum við fyrir þráberan vetur og óskum öllum gleðilegs sumars.



EUROVISIONPARTÝ HVÍTA RIDDARANS!

23. MAÍ, ÚTSENDING HEFST KL. 19:00

EUROVISION

SONG CONTEST

STYÐJUM MARÍU SAMAN Í TRYLLTRI STEMNINGU!

STEFANÍA SVAVARSS OG KÓKOS KOMA FRAM.

EUROVISION TILBOÐ Á BARNUM.

EINNI VERÐA TILBOÐ Á BARNUM Á UNDANKVÖLDINU 21. MAÍ

FRÍTT INN!

PARTÝLEIKUR KÓKOS:

ÞEKKIRU LÖGIN? KEPPNI Á MILLI BORDA!

FLJÓTANDI VINNINGAR Í BODI!



 [FACEBOOK.COM/HVITTIRIDDARINN](https://www.facebook.com/hvittiriddarinn)

Hlín Blómahús hefur opnað á ný „í kofanum“ í Háholti 18

Hlín er komin heim

Hjónin Hlín Sveinsdóttir og Sigþór bórarinsson eru eigendur og rekstraraðilar að Hlín Blómahúsi sem starfrækt hefur verið frá árinu 1993.

„Við opnuðum fyrst hér í kofanum 1993 og vorum með verslunina hér til ársins 2006 en þá fluttum við í Krónuhúsið. Við rákum verslunina þar í þrjú ár, þegar við lokuðum þar fórum við heim með reksturinn þar til við opnuðum í Kjarnanum 2014. Það var svo núna í mars sem við fluttum reksturinn aftur hingað í kofann eins og ég kalla hann alltaf“ segir Hlín.

„Okkur líður eins og við séum komin heim og höfum fengið yndisleg viðbrögð frá okkar viðskiptavinum. Allir sem koma hérna inn eru jafn hamingjusamir og við með að verslunin sé komin aftur hingað.“

Vilja bara vera í Mosó

Við verðum með samskonnar vörurval og við höfum verið með, þ.e. blóm, blóma-



potta, kerti og fleira. Verslunin er mjög árs-tíðarbundin eins og hún hefur alltaf verið en við náum í allan efnivíð úr náttúrunni eins og við mögulega getum“, segir Sigþór og bætir við að þau veru með úrval af sum-arblómum og jafnvel einhverjar fjölarar plöntur með vorinu.



SIGÞÓR OG HLÍN KOMIN Á KUNNGLEGAR SLÖÐIR

„Við eigum stóran viðskiptamannahóp sem hefur fylgt okkar lengi, við höfum alltaf viljað vera með okkar rekstur í Mosó. Okkur hefur oft boðist húsnæði í Reykjavík

en við erum Mosfellingur og viljum vera hér og þjóna Mosfellingum sem og öðrum af metnaði og gleði.“ segja þau hjónin að lokum.

Höfðaberg er nýr skóli við Æðarhöfða • Almenn ánægja með starfsemi • Þrír árgangar við skólann næsta vetur

Skólinn stækkar fyrir næsta skólaár

Á undanförunum misserum hefur verið unnið að uppbyggingu skóla við Æðarhöfða fyrir 5, 6 og 7 ára börn. Þessi skóli hefur fengið nafnið Höfðaberg. Í vetur hafa 5 og 6 ára börn verið í Höfðabergi og næsta vetur verða árgangarnir þrjú.

Könnun sýnir almenna ánægju

Að sögn skólastjórnaða í Höfðabergi hefur starfið gengið vel í vetur og almenn ánægja meðal starfsfólks og barnanna og jákvæður andi ríkir í húsinu. Telja þeir ávinning af samstarfi árganganna vera góðan sem báðir aldurs hópar njóti góðs af.

Nýleg könnun meðal foreldra í Höfðabergi sýnir að þeir eru almennt ánægðir með skólann og telja að börnum sínum líði vel í skólann. Þá telja þeir að húsnæði, lóðin, ásamt skipulaginu í heild, sé gott og henti

þessum aldurshóp vel.

Nokkrar ábendingar komu þó fram í könnuninni, sem er af þínu góða, flestar snéru að lóðinni og öðru skipulagi sem verður tekið til endurskoðunar og bætt úr eftir þörfum.

Skólinn stækkar

Fyrir næsta skólaár mun bættast við einn árgangur til viðbótar og verða þá í Höfðabergi þrjú árgangar saman, samtals tæplega 200 börn í vel búnum skóla. Til þess að mæta þessu verður í sumar bætt við fjórum húsum á lóðina ásamt tengbyggingu sem tengist þeim byggingum sem fyrir er. Framkvæmdir í sumar felast á flutningi fjögurra húsa frá Lágafellskóla sem og lóðarframvæmdir og gerð nýrrar tengbyggingar. Þegar þessum framvæmdum verður lokið verður skólinn fullbyggður.



TEIKNING SEM SÝNIR FYRIR-HUGABAR FRAMKVÆMDIR



HÖFÐABERG



Fjölbrautaskóli Vesturlands

Námsframboð fyrir fullorðna á haustönn 2015

Nám á sjúkraliðbraut, í húsa- og húsgagnasmíði, í vélvirkjun og í meistaraskóla

Námið er blanda af staðbundnum lotum utan dagvinnutíma og fjarnámi. Nánari upplýsingar eru á heimasíðu skólans ásamt umsóknareyðublaði.

Fjölbrautaskóli Vesturlands

www.fva.is

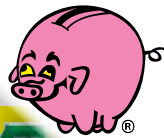
Sími: 433-2500

OKKUR VANTAR ALLAR GERÐIR BÍLA OG HJÓLHÝSA Á STAÐINN



100 BÍLAR ÞVERHOLTI 6 SÍMI 517 9999 100BILAR@100BILAR.IS

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS



Opíð í Bónus uppstigningardag **11:00-18:30**



359
kr. 1.5 ltr.

Arizona iste 1.5 ltr.



2959
kr. 270g.

Amino Energy 270g



1498
kr. 500g

FERSK BLÁBER
MED FLUGI 500g



69
kr. 330ml



59
kr. 250ml

EUROSHOPPER
Orkudrykkur 250ml



798
kr. 4x2 ltr.

TAPPALEIKUR
Egils appelsin
4 x 2 ltr.

EUROSHOPPER
SÚKKULAÐIÐ
100 grömm



98
kr. 100g.



398
kr. 550ml

BÓNUS Rjómi 550ml



298
kr. 450g

EUROSHOPPER
RISA tortilla snakkpokar 450g

FRÁ ÞÝSKALANDI
Frosin kalkúnabringa 98% kjöt



2298
kr. kg



95
kr. 200g

Steiktur laukur 200g



1998
kr. kg

FROSIN

NORDANFISKUR Íslenskur bleikja
beinhreinsuð m/roði



1998
kr. kg

FROSINN

NORDANFISKUR Íslenskur lax
beinhreinsaður m/roði



1998
kr. kg

FROSINN

NORDANFISKUR Grill lax
marineraður / beinhr. / m. roði



159
kr. 5 stk.

359
kr. 10 stk.

BÓNUS Vínarþýsur 10 stk 485g



BÓNUS EKKERT BRUÐL

Verð í þessari auglýsingu
Gilda a.m.k. til 17.mai

Afgreiðslutími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00 •



ÁNÆGDÍR NEMENDUR

KOMID FÆRANDI HENDI

Litla upplestrarkeppnin í Lágafellsskóla

Nú á vordögum var foreldrum og forráðamönnum í 4. bekk Lágafellsskóla boðið að koma í skólann og hlusta á nemendur 4. bekkjar fýrja ljóð og sögur á lokahátíð Litlu upplestrarkeppinnar. Allir nemendur hafa lagt sitt af mörkum og æft sig í upplestri undir stjórn umsjónarkennara sinna frá því að keppnin hófst formlega á degi íslenskrar tungu 16. nóvember 2014. Lokahátíðin var í forni samveru með foreldrum, kennurum og öðrum nemendum skólans þar sem nemendur í 4. bekk sungu, lásu ljóð og sögur og spiluðu á hljóðfæri. Keppnin er eins konar undanfari Stóru upplestrarkeppinnar sem haldin er í 7. bekk um land allt. Að Litlu upplestrarkeppninni líkum standa allir efir sem sigurveggar og fá afhent viðurkenningarskjál frá Skólaskrifstofu Mosfellsbæjar. Í ár heppnaðist Litla upplestrarkeppnin einstaklega vel og er skólinn stoltur af þessum flotta og hæfileikaríku nemendum sínum.



Kiwanisklúbbar gefa 1. bekkingum hjálma

Kiwanisklúbbarir í Mosfellsbæ, Mosfell og Geysir, í samstarfi við Eimskólur afhentu á dögnum 1. bekkingum í grunnskólum bæjarins nýja hjálma. Þetta hefur verið árlegur gjörningur síðustu ár og engin breyting þar á þótt umræðan og reglur í

Reykjavík séu upp í loft. „Mjög ánægjulegt er að sjá hvað krakkarnir eru gláðir og ánægðir og bíða spennitíu á hverju voru eftir heimsókn frá okkur“, segir Kristján Þór Ingvarsson forseti Kiwanisklúbbsins Mostells. „Við afhentum

um 155 hjálma í alla grunnskóla bæjarins, Varmár-, Lágafells-, og Krikaskóla. Í framhaldi af afhendingu okkar hafa skólarirnir verið með öryggisátak þar sem krökkum er sýnd nauðsyn þess að hafa alltaf hjálma á höfði þegar hljóla er.“



FALLEGT Á KJALARNESI

Úrslit tilkynnt á Kjalarnesdögum • Bjössu Greifu í dómnefnd • Vekja athygli á fegurðinni

Ljósmyndasamkeppni á Kjalarnesi

Nú stendur yfir ljósmyndakeppni á Kjalarnesi og verða úrslit keppinnar tilkynnt á Kjalarnesdögum laugardaginn 27. júní. Mostellingur heyrði í Sveinbirni Grétarsyni eða Bjössu Greifu og fékk að vita meira um keppina en Bjössu situr í dómnefndinni.

Hvað getur þú sagt okkur um þessa ljósmyndakeppni?
Við ákváðum að efna til þessarar keppni til að vekja athygli á fegurð Kjalarnes en það eru ekki allir sem gera sér grein fyrir henni. Myndirnar í keppninni verða að vera teknar á Kjalarnesi og við skiptum þeim í flokka: Náttúruleg myndir, mannlífsmyndir og frumlegar/skemmtilegar myndir. **Og hverjir geta tekið þátt?**

Allir geta tekið þátt, einu skilyrðin eru að myndirnar séu teknar á Kjalarnesi. **Verða einhver verðlaun?**
Já, í verðlaun verða vandaðar útprentarir á bestu myndunum í hverjum flokki og verða þær sýndar á Kjalarnesdögum laugardaginn 27. júní og síðan gefnar þeim ljósmyndunum sem tóku myndirnar. **Og hvernig tekur maður þátt?**
Þátttakendur eiga að senda myndir á net-



fangið myndir@1.is fyrir 10. júní. **Og hvernig eru bestu myndirnar valdar?**
Það er þrjúgjá manna dómnefnd sem fer yfir allar myndir og velur þær bestu í hverjum flokki. **Hefur þú búið lengi á Kjalarnesi?**
Ég flutti í byrjun árs 2004 og þetta eru því orðin rúmlega 11 ár. Hér er frábært að ala upp börn og vera með gæludýr og ég vil hvergi annars staðar vera.

FÍÐURMJÚK FÍFA

Fífa salernispappirnir eru einstaklega mjúkur þriggja laga pappir, náttúrulega hvarftur, án klórbleikfarna og víðbætra límefta. Þú færð Fífu í pökkningu sem hentar þér í næstu verslun.

PEFC FSC 3ja laga papco WWW.PAPCO.IS

Markaður í Lágafellsskóla
Laugardaginn 16. maí kl. 11-13

Nemendur í 10. bekk Lágafellsskóla standa fyrir markaði til styrktar útskiptaferð sinni.

Fjölbreyttur varningur á boðstólum m.a. sérstakur bás með sjúkratöskur og plástrabox

Veitingasala á staðnum

Allir velkomnir

Húsfélög í Mosfellsbæ og nágrenni

Vil göðfúslega benda ykkur á, að verslun mín að Háholti 14, Mosfellsbæ hefur upp á að bjóða flestar tegundir garðáhaldna svo sem hrifur, skóflur, kantskera greinaklippur, hekkklippur ofl. Svo og smáverkfæri fyrir garðinn.

Einnig seljum við garðábúð, Casaron, Round Up og Decis skordýraeitur, svo og lífrænan áburð.

Pallahreinsir og pallaolía fæst hér og úttega bílastæðamálningu.

Ef svo ber undir, þá er ekkert mál fyrir ykkur að stofna mánaðarreikning hér í versluninni.

BYMOS

BYGGINGAVÖRUR

HÁHOLT 14 - SÍMI 586 1210

OPIÐ: MÁNUDAGA-FÖSTUDAGA 10:00-18:00

HLUTVERK

Vinna – virðing – vellíðan

„Dagur góðra verka“

Vinnustofur Skálatúns og
Ásgarður Handverkstæði

Eru sambandsaðilar innan samtaka Hlutverks. Samtökin er ráðgefandi stofnun ríkis og sveitafélaga, þar með talin ráðuneyti og annarra þeirra sem sjá um starfsendurhæfingu og atvinnumál fatlaðs fólks. Tilgangurinn er að stuðla að góðu samstarfi og samskiptum fyrirtækja og stofnana innan sambandsins.

Og fögnum við því sumri og birtu með opnu húsi í vinnustofum Skálatúns og Ásgarði Handverkstæði
föstudaginn 22. maí.

Okkur langar að gera starfsemi okkar sýnilega í nær umhverfinu og viljum við því bjóða alla velkomna að kíkja á okkur og sjá hvað við erum að gera.

Boðið verður upp á kaffi og kleinur og að sjálfsögðu verður okkar fallega handverk til sölu.

Opið verður frá kl: 9.00-15.30 á Vinnustofum
Skálatúns og frá kl: 9.00-12.00
á Ásgarður Handverkstæði



HLUTVERK

Hlökkum til að sjá þig!

Vinna – virðing – vellíðan
www.hlutverk.is



HLUTVERK

Bæjarlistamaður Mosfellsbæjar 2015

Menningarmálanefnd Mosfellsbæjar auglýsir eftir ábendingu um bæjarlistamann Mosfellsbæjar 2015.

Bæjarlistamanni er jafnframt veittur menningarstyrkur og verður útnefning að vanda tilkynnt í tengslum við bæjarhátíð Mosfellsbæjar, í túninu heima.

Nefndin óskar hér með eftir tilnefningum eða ábendingum frá Mosfellingum um einstakling eða samtök listamanna í Mosfellsbæ, sem til greina koma sem bæjarlistamaður ársins 2015.

Einigis einstaklingar, sem búsettir eru í Mosfellsbæ, og hópar og samtök, sem starfa í bæjarfélaginu, koma til greina.

Þá setur menningarmálanefnd það einnig sem skilyrði að tilnefndir einstaklingar eða hópar hafi verið virkir í listgrein sinni.

Ábendingar þurfa að hafa borist Menningarmálanefnd Mosfellsbæjar í síðasta lagi 31. maí 2015. Ábendingar skulu berast rafrænt í gegnum heimasíðu bæjarins.

Menningarmálanefnd Mosfellsbæjar



VIRÐING JÁKVÆDNI FRAMSKRANINGU UMHYGGJA

MOSFELLSBÆR

bílar til sölu

bilasolar.is



Fá Grænfánann í þriðja sinn

Leikskólinn Berg á Kjalarnesi fékk Grænfánann afhentan við hátíðlega athöfn í þriðja sinn þann 27. apríl.

Um er að ræða alþjóðlega viðurkenningu fyrir góða frammistöðu í umhverfismenntun til sjálfbærar þróunar. Einnig fyrir að leggja sitt að mörkum í að efla og bæta umhverfið bæði innan skólans og í nær-umhverfinu.

Í þetta sinnið var horfið frá því að draga fánann að húni því þeir eru fljótir að trossa vegna frísklegra vindanna sem stundum

blása á Kjalarnesinu. Í staðinn var Grænfánaskjöldur hengdur upp á norðurlitveg leikskólahlússins sem snýr að bílastæði og Inganginum. Þar sómli hann sér vel og blasir við öllum sem að koma. Katrín Magnúsdóttir frá Landvernd afhenti skjöldinn og heiðursgestur var Sigrður Pétursdóttir formaður Hverfisráðs Kjalarnes.

Leikskólastjóri Bergs er Edda Margrét Jensdóttir og aðstoðarleikskólastjóri er Valgerður Anna Þórisdóttir.



TALSVERT TÍJÓN VID
ÚTIKENNSLUSTOFU

Útikennslustofa brann til kaldra kola

Útikennslustofa við Varmáskóla varð eldi að bráð á dögunum. Ekki er vitað um upptök eldsins. Útikennsla hefur verið stunduð við skólann frá árinu 2009 og talsvert að kennslu-gögnum hefur verið komið upp. Tíjóni hleypur á milljónum króna. Skólatjörndendur hafa biðlað til foreldra um að hjálpa til við uppbygginguna og hafa viðbrögð ekki látið á sér standa. Það er því von að kennslu verði haldið áfram á svæðinu með tíð og tíma.



HETJUSPILID VINSÆLT

Nýtt æði í Krikaskóla

Svo mikill áskón hefur verið í að spila svokallað Hetjuspil í frístund Krikaskóla að nemendur og starfsmenn hafa brugðið á það ráð að búa til sína eigin útgáfu af spilinu.

Spilið er fyrir stelpur og stráka á aldrinum 6-10 ára. Þar berjast heitir við skrimslu og leysa ýmsar þrautir í ævintýralögum stöðum eins og fjallstundum og í dýflissum. Í spilinu er þekking á stærðfræði og ensku þjálfuð þannig að kennslugildið er mikið. Nýtur spilið gríðarlega vinsælda í skólanum og komast oft færi að en vilja. Spilið er ævintýra-spil af bestu gerð og er óskað eftir því daglega hjá þessum hressu krökkum í Krikaskóla.



SPILID REYNIR Á ENSKU- OG
STÆRDFRÆÐIKUNNÁTTU

» LEYNTI FJÁRSJÓÐUR Í ÞÍNUN FÓRUM?

Opnun Héraðsskjalasafnsins

Skjól Héraðsskjalasafns Mosfellsbæjar eru mikill vísukvæmrunn um sögu og menningu héraðsins. Safnið varöftréttir gögn frá stofnumum, félögum, fyrirtækjum og einstaklingum. Safnið óskar eftir að fá gögn afhenti í stað þess að þeim sé eytt.

Glötuð gögn er glötuð saga.

Hér til hlíðar má sjá mynd sem varöftrétt er safninu.

Þann 24. október 2001 var formleg opnun á Héraðsskjalasafni Mosfellsbæjar. Við það tækifæri skrifaði Ólafur Ásgeirsson þáverandi Þjóðskjalavörður undir staðfestinguna á samþykkt fyrir skjalasafnið. Fjölmennni mætti á opnunina og veittar góðar veitingar.

Safnið aðstand söfnun, innheimtu og varöftréttu skjala, hefur efrir með skila-



skildum stofnumum bæjarins og leitað við varðvæta og efla þekkingu á sögu síns umdæmis. Skrifstofa og geymslur Héraðsskjalasafnsins eru staðsettar í kjallara þverholi 2.

Má bjóða ykkur nýbökðu rúnstykki og kleinur heim að dyrum?

Strákarinn í 5. fl í fótboltanum eru að selja nýbakaðar kleinur og rúnstykki frá Mosfellsbakari til fjóröflunar fyrir N1 mótið á Akureyri í sumar.

5 rúnstykki á 700 kr. og 5 stórar kleinur á 800 kr.

Hægt er að panta í síma 7756242 eða á netfangið afturelding@internet.is fyrir kl. 12 föstudaginn 15. maí.

Bakkselið er svo keyrt heim að dyrum laugardaginn 16. maí á bilinu kl. 9-11.



Fjölbreytt þjálfun

Kæru félagar.

Í síðasta pistli vorum við sammála um að næsta skref hjá okkur væri að reima á sig skóna, finna fina göngu- og hlaupaleið og leggja af stað. Það er min von að vel hafi tekist til með fyrstu skref þjálfunarinnar.



- Kvítkreppur. Liggja á bakinu með fætur við eða frá jörðu. Hendur við eyru og kreppa rölega upp þar sem onlbogar fara í átt að hnjám.

- Sem teygjuefingar er gott að setja annan fötlegginn upp á stól og halla sér í átt að tánun. Þá finnur þú teygju í kalfa og aftan á lærum. Gott að halda teygju í um það bil 45 sekúndur.

- Framan á læri má teygja með við toga hægr fötlegg (gripíði um rist) aftur og reyna að ná hæl eins næstri rass og mögulegt er.

Þegar kemur að þjálfun þá skiptir fjölbreyttleiki æfinga miklu máli. Utanvegjahlaup líkt og Tindahlaupið krefst þess að styrkur fötleggjum, kálfi, um, mjóhaki og kvíð sé til staðar. Það er því tilvalið sem næsta skref hjá okkur í hlaupaáætluninni að bæta við okkur nokkrum styrktar- og teygjuefingum sem framkvæma má eftir göngu eða hlaup 2-3 vikur. Þrjár umferðir af eftirfarandi æfingum þar sem framkvæmdar eru 5-20 endurtekningar styrkja líkamann allhliða.

- Armþreygja á tánun eða hnjám þar sem viðmið er að fara með brjóst-kassann eins nálægt jörðu og mögulegt er. Frekar að gera á hnjámum og fara dýpra niður.

- Hnéþreygja. Gott er að setjast á stól sem viðmið eða bekk. Fyrir þá sem treysta sér dýpra þá er gott í göðu lagi en mikilvægt er að halda hælum þétt við jörðu.

- Bakfettur. Liggjum á maganum og fettum okkur upp. Gott er að hafa hendur við eyru. Fætur mega fylgja með í hreyfingunni.

Arnaldur Birgir Konráðsson

Ungmennafélag Kjálnesinga auglýsir eftir íþróttafulltrúa og þjálfurum

Íþróttafulltrúi 50% starf

Ungmennafélag Kjálnesinga óskar eftir að ráða íþróttafulltrúa sem sér um skipulagningu og framkvæmd íþróttastarfs á Kjálarnesi.

Ráðið er í stöðuna frá og með 1. ágúst.



Starfssvið:

- Skipulagning á íþróttastarfi félagsins
- Stefnumótun og verkefnastjórnun
- Forvarnarstarf
- Samstarf við önnur félög
- Samstarf við aðrar stofnanir á svæðinu

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði íþrótt- og tómsundamála
- Reynsla sem nýtist í starfi
- Skipulagshæfileika
- Frumkvæði
- Þjónustulund
- Samvirkusemi

Auglýstar eru eftirfarandi þjálfarastöður:

- Sundþjálfara
- Frjálsíþróttþjálfara
- Knattspyrnuþjálfara
- Þjálfara fyrir íþróttaskóla leikskólabarna
- Þjálfara fyrir íþróttafjör

Þjálfarar þurfa að geta hafið störf 1. sept 2015.

Umsóknir, ásamt ferilskrá sendist til asdisformadurumfk@gmail.com fyrir 20. maí 2015.

Pizza
RIZZO
Express

**FROSNAR PIZZUR
Á FRÁBÆRU VERÐI
OPIÐ ALLA
FÖSTUDAGA FRÁ
KL 16-20**



Í túninu
HEIMA

28.-30. ágúst

Bæjarhátíð Mosfellsbæjar, Í túninu heima, verður haldin dagana 28.-30. ágúst.

Hátíðin er sannkölluð fjölskylduhátíð sem stendur í þrjú daga og ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi í fjölbreyttri dagskrá.

**VILT ÞÚ
TAKA ÞÁTT?**

Íbúar, félagsamtök og fyrirtæki
í Mosfellsbæ eru hvött til að taka
virkan þátt í túninu heima.

Ef einhverjir luma á hugmyndum eða vilja
vera með viðburð í túninu heima, þá má
senda tölvupóst á ituninuheima@simnet.is.





SIGRÚN HARÐARDÓTTIR
OG ARNHILDUR VALGARÐS-
DÓTTIR Í GÓÐRI SVEIFLU



STOFNFUNDUR KVENFÉLAGS LÁGA-
FELLSSÓKNAR 1909 SETTUR Á SVÍÐ

Menningarvor 2015 í Bókasafni Mosfellsbæjar

Menningarvorið var nú skipulagt í sjötta sinn. Fjölhæfir og vinsæll listamaður eiga stóran þátt í vel heppnuðum viðurbí og er þeim öllum þakkað af hjarta. Hita og þunga af skipulagi og framkvæmd þar starfshópur Menningarvora. Hann skipaðu Sigrún Ingv Snorrason klarinettleikari, Marta Hildur Richter forstöðumaður Bókasafnsins, Atli Guðmundsson skólastjóri Listaskóla Mosfellsbæjar og María Guðmundsdóttir fulltrúi Leikfélags Mosfellsveitar. Þeim er þakkað ógeingjarn og metnaðarfullt starf.

Menningarvorið 2015 skartaði glæsilegum flytjendum tals og tóna og geta Mosfellingar verið stoltir af öllu þessu hæfileikarika fólki. Samtals sóttu um 600 manns Menningarvorið að þessu sinni, eða að meðaltali 200 manns hvert kvöld. Gestir lýstu ánaegu sinni með dagskrána öll kvöldin og ljóst er að Menningarvorið er komið til að vera.

Dalskrónka

Menningarvorið 2015 í Bókasafni Mosfellsbæjar er nú lokið. Fjallavör um fyrsta kvöldið í síðasta blaði. Dagskráin nefndist Ég er söngvari.

Næsta dagskrá Menningarvora þar yfirskrifina Dalskrónka, Mosfell – frá Agli Skallagrímssyni til Stefáns Þorlákssonar.



INGIBJÖRG, DISELLA OG ÞÓRUNN LÁRUSDÓTTUR

Björn Þráinn Þórðarson framkvæmdastjóri fræðslusviðs Mosfellsbæjar sagði frá formlauppgerfri á Hrírbir og tengdi við Egils sögu. Leikfélag Mosfellsveitar undir stjórn Birgís Sigurðssonar flutti frumsænda þætti úr Inn-ansvartarkróníku og úr lífi Stefáns Þorlákssonar sem hjó í Reykjaví og síðar Reykjaví. Það var fyrir erfðaef Stefáns sem Mosfellskríja hin nýrri var byggð.

Kirkjukór Lágafellssóknar söng undir stjórn Arnhildur Valgarðsdóttur, Sigrún Harðardóttir lék á fíflu og Diddú tók lagið. Auk þess bauð blástursveitinn „Brak og brestir“ gesti velkomna með sumarlegum tónum.



BRÁK OG BRESTIR Í SUMARSTUÐI

Afram stelpur!

Þá opnaði Marta María Hálfánardóttir, Helgasonar prests á Mosfelli, glerlistasýningu í fyrrum þjónustuvorú þegarjans.

Þriðja og síðasta dagskráin var tilnefndu Kvenfélagi Lágafellssóknar og 100 ára afmæli kvenfélagsins kvenna, og nefndist Afram stelpur! Leikfélag Mosfellsveitar flutti þætti úr sögu Kvenfélagins og tónlist fluttu Kjetan Valdemarsen og systurnar Disella, Ingibjörg og Þórunn Lárusdóttur. Á eftir bauð Kvenfélagið upp á glæsilegt kaffihlaðborð í Listasala, þar sem fólk spjallaði og naut veitinga.

Læsi og hreyfing

Nám barna í leikskóla ætti að mestu að fara fram í gegnum leik. Það sama á við um málvör. Margar leiðir eru til sem hægt er að nota í daglegu starfi til að efla málþroska og orðforða barna.

Leirvostunguskóli notast við kennsluáferðir sem nefnist „Leikur að læra“, þar sem meðal annars stafir og hljóð eru kennd í gegnum leik og hreyfing í skemmtilegan, lífligan og árangursríkan hátt. Börnin fá að handfatta stafi og hafa þá sýnilega í umhverfinu. Kennsluáferðin „Leikur að læra“ hugsar námsefnið út frá sjónmáli barna og þátt þeirra til að hreyfa sig. Hreyfing hefur áhrif á hæfileikann til að varveita nýja þekkingu eða kunnáttu og endurheimta hana.

Foreldrar taka einnig þátt ásamt börnunum í kennsluáferðinni með því að leysa verkefni tengd stafakennslu í fatakletfa á morgnana og nefnist það „Lærum á leið inn“ það hefur sýnt sig að samvinna foreldra og skóla árangri. Annað árangursríkt og skemmtilegt kennsluefni sem hægt er að notast við eru svokall- aðir sögupakir. Sögupakinn er taupki með bók og leikföngum sem tengjast sögunum. Þeim er ætíð að örva lesskilning yngstu barna í gegnum lestur og leik. Þetta hjálpar börnunum að halda einbeitingu



á meðan verið er að lesa bókina. Þau fá að handfatta leikföng og sagan verður því raunverulegri. Einnig læra þau að skipstátt á og bíða.

Þetta er einnig einstakt tækifæri til að gefa börnunum færi til að tjá sig og skapa umræður.

Það sem við getum gert til að efla málþroska barna í daglegu lífi er að vekja athygli á stórum sem smáum hlutum í umhverfinu. Skapa umræðu í kröngum það sem vekur athygli barnsins.

Eiga samræður við matarborðið, í bíblunum eftir leikskóla. Setja orð á athafni, endurtaka orð og setningar á réttan hátt.



SKÓLA
HÖRNID

Lney Ólafsdóttir aðstoðar- leikskólustjóri og Freyja Hrónn Sveinbjörnsdóttir þroskafjálfari

Vinavegur 78 • Námsefni sem krakkar á Höfðabergi vinna

HÚS FYRIR ALLA

Á Höfðabergi, útibúi frá Lágafellsskóla, eru í veturn þrjár 5 ára deildir og fjórir bekkir í fyrsta árgangi, alls 120 börn. Mikil hefur verið lagt upp úr samstarfi árganganna tveggja og hefur nemendum því verið blandað markvíst í leik og starfi. Markmið blöndunarinnar eru meðal annars að efla félagsþroska nemenda og stuðla að því að brúa bilið milli skólastiganna.

Námsefnið Hús fyrir alla - Vinavegur 78 eftir Sigrúnu Jónsdóttur, kennara í Bækhuskóla á Akureyri, er í grunninn lífsleifni fyrir börn á yngsta stigi grunnskóla. Á Höfðabergi var þetta efni valið sem samvinnugrundvöllur í aldursblönduðum hópum 5 og 6 ára barna.

Í íbúðunum í fjölbýlishúsinu á Vinavegi 78 búa margar fjölskyldur og einstaklingar. Hver og ein fjölskylda er sérstök, eins og allar fjölskyldur er. Í verkefnum hverrar íbúðar eru tekin til umfjöllunar eitt eða fleiri sérkenndi ásamt nokkrum áhugamálum, til að undirstrika að þar þyrfti með hugðarefni og hæfileika sem það nýttir þrátt fyrir að á einhverna hátt skeri það sig ef til vill úr fjöðunum.

Í sátt og samlyndi

Í verkefnum eru tekin fyrir fjölmörg sérkenndi, skjólkómara eða fatanir sem búast má við að finna í samfélagi fólks. Við þurfum öll að geta umgengist hvert annað í sátt og samlyndi og stundum þurfum við að því að halda að okkur sé sýndur skilningur og tekið tillit til okkar. Slíkar aðstæður má ímynda sér þegar fólk er með fæðuöfnæmi, þegar einhver á ein sárt að binda vegna áfalla eða þegar aðstoða þarf nýbúna af fóta sig í nýju samfélagi, svo efnið af þeim viðfangsefnum sem efnið fjallar um séu nefnd.

Það er því mikilvægt að opna umræðu



AFRAKSTURINN TIL SÝNIS Í KJARNAN

um fjölbreytileikann í mannlífinu og fræða hvern annað um það sem getur orðið á ýms okkar á lífsleiðinni.

Óhætt er að segja að nemendum unnu vel úr verkefnum og eru margs fróðari eftir þær umræður sem fram fóru í hópunum. Hversu hefur til þeirra fræða hvern annað um ýmislegt, s.s. hvað það er að vera af virkur, hvernig blint fólk getur lesið, hvað það þýðir að vera ættleiddur eða hvernig hægt er að lifa með sykursykki.

Nemendum unnu út frá þeirri getu, áhuga og hæfni sem þeir búa yfir hvern og einn og allir fengu að njóta sin, auk þess að þjálfast í því að vinna saman.

Verkefnum vora útfærð á verklegan máta þar sem nemendum skipuðu húsið að Vinavegi 78. Úr var fjölbýlishúsið, búið til úr skókusum. Meðfylgjandi mynd sýnir afkrasturinn sem hefur verið til sýnis í Kjarnan í tölfinni af menningarvorku leikskólanna.

Lágmarkspöntun fyrir 10 manns

GRILLPAKKAR

fyrir hópa



1 GRILL TILBOÐ

Lambaribeye í rósmarín- og timjanmarineringu.

Verð kr. 2.750 per mann

2 GRILL TILBOÐ

Lambafíle með fiturönd, villjurtakryddað.

Verð kr. 2.850 per mann

3 GRILL TILBOÐ

Lambakórúnn í pipar- og kóríandermarineringu.

Verð kr. 2.950 per mann

4 GRILL TILBOÐ

Lambalærisneiðar, villjurtakryddaðar.

Verð kr. 1.950 per mann

5 GRILL TILBOÐ

Lambalæri úrbeinað, kryddblanda Kjötbúðarinnar.

Verð kr. 2.450 per mann

6 GRILL TILBOÐ

Nautafíle í piparmarineringu

Verð kr. 2.850 per mann

7 GRILL TILBOÐ

Ungnautalundur, marineraðar.

Verð kr. 3.250 per mann

8 GRILL TILBOÐ

Grísamedaliur í smjör- og hvítlauksmarineringu.

Verð kr. 2.250 per mann

9 GRILL TILBOÐ

Grísahnakki í BBQ kryddlegi.

Verð kr. 1.850 per mann

10 GRILL TILBOÐ

140 gr. hamborgari með brauði, hamborgara- og bernaisesósu, osti, káli, tómötum, agúrkum, lauk, sultuðum rauðlauk og sætkartöflusalati.

Verð kr. 850 per mann

VAL UM MEÐLÆTI

Sætkartöflusalat, venjulegt kartöflusalat, eplasalat og bökuð kartafli, veglegt ferskt salat og grillsósa að eigin vali.

AUKALEGA

Eftirrættur: Frönsk blaut súkkulaði-kaka með rjóma og ferskum berjum.
Verð kr. 650 per mann



KJÖTBÚÐIN

www.kjotbudin.is

Grensásvegi 48 • Sími 571 5511 • kjotbudin@kjotbudin.is

Afturelding glæðir daglegt líf

Ungmennafélagið Afturelding var stofnað 11. apríl 1909. Afturelding hefur helstu allra aldurshópa að leiðarljósi með því að hvetja til og standa fyrir heilbrigðri afþreyingu í formi íþróta og hreyfingar en innan félagsins starfa tíu deildir.

Á aðalfundi Aftureldingar sem fram fór í mars sl. var kosinn nýr formaður, Dagný Kristinsdóttir. Hún hefur undanfarið verið að kynna sér nýja starfið og telur sig geta lagt lóð á vögaskólarnar til handa félaginu.

„Éskan heima í Bolungarvík var eflaust ekki ósvipuð og þeirra sem ólust upp í Mosfellsbæ á sama tíma. Samfélagið var lítið og náleggin mikil. Ég var svo heppin að fá að hafa afa og ömmur í lífi mínu langt fram eftir aldri. Sérstaklega var ég hænd að móðurfa mínum.

Frjálsræðið var mikið heima í Víkinni minni. Við vorum uppi í fjalli, fórum í berjámó, niður á bryggju og fórum á skautu. Þrakkarastrikin tilheyru þessum árum, við gerðum dyraut og annað skemmtilegt en allt samt saklaust,“ segir Dagný og glottir.

Ólst upp í Bolungarvík

Dagný er fædd á Landspítalanum 20. apríl 1978. Foreldrar hennar eru þau Aldís Rögvaldsdóttir löggitur bókarí og Kristinn H. Gunnarsson ritstjóri, háskólanemi og fyrrverandi alþingismaður. Dagný er elst fjögurra systkina, þau eru Erla, Rögvaldur Karstein og Rakel.

Dagný bjó á Hrísatægnum í Reykjavík fyrsta árið sitt en vorið 1979 flutti fjölskyldan til Bolungarvíkur þar sem hún ólst upp.

Lífð er ekki sjálfgefið

„Þær eru margar sögurnar sem fara af mér þegar ég var ung að árum. Ég var rétt farin að ganga þegar ég sótti það stíft að fara heim til ömmu og afa. Ef þau komu í heimsókn náði ég í kápana mína og beið við stígann.

Þegar maður hugsar til baka var lífið samt ekki alltaf auðvelt, í þessu litla samfélagi mínu voru áföll algeng, skipsskaboð, bilshy og snjóföld. Þetta mótar mann og kennir að lífið er ekki sjálfgefið.“

Kynntust í menntaskólanum

„Ég gekk í grunnskóla Bolungarvíkur og var þar í stórskemmtilegum árgangi. Þegar skólanum lauk hóf ég nám við Menntaskólann á Ísafirði, var þar í tvö ár og færði mig svo í Fjölbúrautaskólann við Armúla.

Ég var ekki búin að vera lengi í menntaskólanum þegar ég kynntist mannum mínum. Hann heitir Haukur Örn Harðarson og er fjölvarnarfræingur og starfar hjá Landsbankanum.“



Dagný og Haukur með strókana sína, Kristinn Breka, Arnar Pál og Tómas Orra.



Etir Ruth Örnólfssdóttir
MOSFELLINGURINN
ruth@mosfellingur.is

Fannst þetta vonlaus staður

„Við fluttum suður hausti 1996 þegar Haukur hóf nám við HÍ, þá var fjölskyldan mín komin suður, en pabbi hafði verið endurkjörinn á þing árið 1995 og því ekkert annað í stöðunni. Ég var lengi að ná áttum og skjóta róttum í höfuðborginni. Mér fannst þetta vonlaus staður.

Við Haukur höfum sambúið 1997 á Sel-tjarnarnesi, fluttum þaðan árið 2000 upp í Grafarvog og hausti 2004 komum við í Mosfellsbæ.“

Ákveðin í að fara í hjúkrun

„Ég útskrifaðist frá FÁ voruð 1999. Þá var ég komin sex mánuði að leið af mínu fyrsta barni og því tilvalið að taka sér hlé frá námi. Á þessum tímamarki var ég ákveðin í að fara í hjúkrun og reyndi tvisvar að komast inn. Sem betur fer komst ég ekki inn því í dag get ég varla horft á einhvern sprautaðan.

Á þessum tímamarki var ég róttlaus í lífinu og þurfti að finna mig. Ég byrjaði að vinna sem heknari átt á Slysadeild LSH og var þar þangað til. Ég hóf nám við KHÍ 2003, á sama tíma tók ég kúrsa við HÍ.“

Útskrifaðist sem grunnskólakennari

„Það má segja að ég hafi dottið alveg óvænt inn í Kennó, ég sá auglýsinguna um að umsóknarfrestinum færi að ljúka og henti í snarti saman umsókn og sendi inn. Sama dag og ég fékk umslag frá Kennaraháskólanum komst ég að því að ég væri ófrísk og því ljóst að eitthvað þyrfti ég að hafa fyrir mánu.

Vorið 2006 útskrifast ég sem grunnskólakennari, þá komin sex mánuði að leið og því fékk starfsferilinn að biða enn um

sinn. Við Haukur eigum þrjú syni þá Kristinn Breka 15 ára, Arnar Pál 11 ára og Tómas Orra 8 ára.“

Ákveðin kaflasskil í lífi mínu

„Hausti 2007 hóf ég störf við Lágaféllskóla og kenni þar í fimm ár. Þar vann ég með góðu fólki sem kennað mér vinnubrögðin og handtökin.

Vorið 2012 fannst mér ég hafa glatað vinnuleiðinni, því fór ég til skólafóranis og það um launalaust leyfi. Þegar ég gekk út úr skólanum í síðasta sinn ákvað ég að þetta ári sem ég yrði í burtu myndi ég nýta til alla góðs fyrir mig. Eins myndi ég segja já við öllu því sem til mín kæmi. Þarna má segja að hafi verið ákveðin kaflasskil í mínu lífi en í skólanum snéri ég ekki aftur.“

» Þessi ákvörðun mín að segja já við öllu sem ég var beðin um leiddi mig á slóðir sem mig hefði aldrei órað fyrir að ég zetti eftir að prófa.

Mátti ekki segja nei

„Um haustið hóf ég nám við íslensku við HÍ. Það var mikil áskorun, að samræma nám og fjölskyldulíf. Ég var komin í störfn badmintondeildar Aftureldingar og því komin með annan fótinn á þann stað sem ég er í dag.

Þessi ákvörðun mín að segja já við öllu sem ég var beðin um leiddi mig á slóðir sem mig hefði aldrei órað fyrir að ég zetti

HIN HLIÐIN

Besti drykkurinn? Ískalt vatn eða kók.

Fallegasti staður í Mosfellsbæ? Göngustígurinn upp með Varmánni.

Hver er besta setning sem þú hefur heyrt? Það sagði égrið að lífið yrði auðvelt, bara að það væri þess virði að lífa því.

Uppáhaldsverslun? Nettó hefur komið mér skemmtilega á óvart, erlendis get ég eytt löngum tíma í Target.

Hvert er þitt helsta takmark í lífinu? Að vera hamingjusöm og sátt og að skrifa bók.

Best fyrir líkama og sál? Að hreyfa sig. **Hvað kaupir þú alltaf þó að þú eigir nóg af því?** Kók og súkkulaði að sögn eiginmannsins.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Eiginmaðurinn, þegar hann ákvað að kaupa háginadústin fyrir heimilið.



eftir að prófa. Mér var boðin vinna hjá Fréttastofu RUV 2013 við að texta sjónvarpsfréttirnar sem ég tók að mér og svo var mér boðið að færast yfir í málfarslyflestur á fréttastofunni og starf-úð við það til 1. apríl á þessu ári. Einnig sá ég um að texta Kilju Egils Helgasonar einn vetur. Ég vann í tvígang við kossingaönvarp og ritrúðkaði sjónvarpsstöðinguna á kossinga-

Fann kennsluáneignuna aftur

„Í febrúar í fyrra bauðst mér íslenskukennsla á unglingsstigi í Óðisellskóla í Breiðholti vega veikindaforalla. Ég var orðin hálfleifi í háskólanum og fann því að þetta var tilvalið til að sjá hvort ég fyndi ekki kennsluáneignuna aftur. Mér líkaði svona ljómandi vel að ég hef starfað þar síðan.“

Stórt skref út fyrir þægindarmann

Ég spurð Dagnýju að lokum hvernig það leggist í hana að vera orðin formaður Aftureldingar. Þetta leggst bara vel í mig, ég var óviss í fyrstu, enda er þetta talvort stórt skref út fyrir þægindarmann og margt nýtt sem þarf að setja sig inn í, en tel að ég get lagt mitt lóð á vögaskólarnar.“

Er að vænta einhverra breytinga? „Alveg örugglega, ég ætla þó að byrja á því að kynna mér starfið og sjá hvernig landið liggur. Afturelding glæðir daglegt líf og því þarf að halda við. Það hefur margt verið gert á undanförunum árum og engin ástæða til að hrólla við því en það má alltaf gera betur.“



SUMARNÁMSKEIÐ FYRIR BÖRN OG UNGLINGA

HREYSTINÁMSKEIÐ ELDINGAR

Hreystinámskeið Eldingar verður haldið dagana 15.–25. júní kl. 10:15–12:15 fyrir krakka sem voru að klára 6. og 7. bekk og vilja fjölfreytta, skemmtilega og einstaklingsmiðaða þjálfun.

Nánari upplýsingar gefa Halla Heimis. Íþrótt- og lýðheilsufræðingur (halla@fmos.is) og Arnaldís Hulda Óskarsdóttir íþróttfræðingur (arnadis@fmos.is)

SUMARLESTUR

Sumarlestur fyrir börn hefst 1. júní og stendur til 1. september.

Markmiðið með sumarlestrinum er að hvetja börn til þess að lesa í sumarleyfinu og auka þannig lesskinn og orðforða. Auk þess upplifa börnin ævintýraheim bókananna.

Skráning verður í afgreiðslu Bókasafnsins.

SUNDNÁMSKEIÐ KOBBA KRÓKÓDÍLS OG HÖNNU HAFMEYJU

Hið svínsesla sundnámskeiðið Kobba krókódíls og Hönnu hafmeyju verður haldið fyrir 5 ára börn (fædd 2009) frá 11.–26. júní.

Nánari upplýsingar og skráning í Íþróttamiðstöðinni að Varmá í síma 566-6754.

HANDBOLTASKÓLI AFTURELDINGAR

Er haldinn 4.–7. ágúst og 10.–14. ágúst 2014. Farið verður yfir sendingar, grip og skot, sóknar- og varnarleik og ýmsar tækniafþing.

Skipt verður í hópa eftir aldri.

Skráning á sigrunmas@gmail.com.

GOLFLÚBBUR MOSFELLSBÆJAR

Á námskeiðunum er farið yfir grunnatriði golfsveitunnar og þá þætti sem ber að huga að þegar leikið er golf.

Nánari upplýsingar á www.golfmos.is og einnig er hægt að senda póst á golfmos@golfmos.is og í síma 566-6999 eftir 5. mai.

REIÐSKÓLI HESTAMENNTAR

Reiðskóli Hestamenntar er í hesthúshverfinu við Varmárakka. Námskeiðin hefjast þann 15. júní og standa til 21. ágúst. Stubbanámskeið verður fyrir 4–6 ára krakka vikuna 20.–24. júlí.

Skráningar og nánari upplýsingar í síma 899-6972 eða á hestamentn@hestamentn.is.

REIÐSKÓLINN VINDHÓLL

Reiðskólinn Vindhóll í Mosfellsdal er fyrir öll börn á aldrinum 6–14 ára. Um er ræða viku námskeiði frá kl. 9–16, matur er í hádegjunu. Farið verður vandlega yfir ásetu og stjórnun, umhirðu hestsins og einnig farið í skemmtilegan reitðtur og allt þar á milli. Námskeiðin eru þrjú, 22.–26. júní, 29.–3. júlí og 6.–10. júlí.

Allar nánari upplýsingar veitir Anna Bára í síma 861-4186 og á www.vindholl.is.

SUMARLEIKJA- NÁMSKEIÐ ÍTOM

Íþrótt- og tómsundaskóli Mosfellsbæjar verður með námskeiði fyrir nemendur í yngstu bekkjum grunnskóla og einnig fyrir þau sem munu hefja skólagöngu á komandi hausti. Takmarkaður fjöldi á hvert námskeið. Greiða þarf þéttkúgjald við skráningu.

Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á www.mos.is og í Íþróttamiðstöðinni að Varmá í síma 566-6754.

KNATTSPYRNUSKÓLI AFTURELDINGAR

Knattspyrnuskiðinn verður haldinn á vögum Aftureldingar og verða fjögur námskeið í júní og þrjú námskeið í ágúst.

Skráning fer fram á heimasíðu Aftureldingar afturelding.is og upplýsingar gefur bjarkí@afturelding.is.

DREKAÆVINTÝRI TAEKWONDOEILDAR

Í sumar mun taekwondodeild Aftureldingar standa fyrir ævintýranámskeiðum fyrir börn á öllum aldri. Tvö námskeið verða haldin í sumar, 15.–26. júní og 10.–21. ágúst.

Skráning fer fram á taekwondo@afturelding.is.

ÆVINTÝRA- OG ÚTIVISTARNÁMSKEIÐ

Skátaleið Mosverjar stendur fyrir námskeiðum sem tilvalin eru fyrir hressa krakka sem vilja fara í alvöru ævintýri í sumar. Námskeiðin eru frá 15. júní út 25. júlí.

Nánir upplýsingar á gunnar@mosverjar.is eða á www.facebook.com/AEvintryranamskeidMosverjar.

LEIKGLEÐI Í BÆJARLEIKHÚSINU

Á námskeiðunum kynast nemendur hinum ýmsu hliðum leikhússins og semja sitt eigið leikverk með tónlist sem sýnt verður í lok námskeiðsins. Haldið verður námskeiði fyrir 6 til 8 ára, 9 til 12 ára og 13 til 16 ára.

Skráning og nánari upplýsingar má finna á heimasíðu Leikgleði, www.leikgledi.is.

SUMARSKÓLI Í BLAKI

Blakdeild Aftureldingar mun standa fyrir blakskóla eftir verslunarmannahelgi fyrir krakka sem eru fara í 1.–6. bekk.

Nánari upplýsingar á gunnastina@gmail.com.

FIMLEIKAEILD AFTURELDINGAR

Fimleikadeild Aftureldingar býður upp á sumarönn í fimleikum fyrir þá sem eru að æfa fimleika og fyrir byrjendur.

Nánari upplýsingar eru á heimasíðu fimleikadeildarinnar.

RAUÐI KROSS KJÓSARSÝSLUDEILD

Rauði krossinn ætlast að standa fyrir námskeiðinu Börn og umhverfi.

Á námskeiðinu er farið í ýmsa þætti sem varða umgengi og framkomu við börn.





PÍLUS FAGNAR 30 ÁRA AFMÆLI

Hársnyrtistofan Pílus fagnar um þessar mundir 30 ára afmæli og bauð til veislu þann 30. apríl. Góðir gestir mættu í Kjarnann og fögnuðu með stofunni. Hjómssveitin Sigal steig á stökk og boðið var uppá léttar veitingar. Hársnyrtistofan Pílus er líklega með elstu starfandi fyrirtækjum Mosfellsbæjar og er staðsett í Kjarnanum, Pverholti 2. Eigandi þessa rógróna fyrirtækis er Ragnhildur Bergþórsdóttir. Hér að ofan má sjá skvismurnar sem vinna á Pílus. Agnes, Ragnhildur, Una, Sólveig og Sesselja en á myndina vantar Steinninn. Til hlíðar má sjá nokkra veislugesti.

Tóku þátt í Landsmóti barnakóra á Húsavík

Skólakór Varmáskóla tók þátt í Landsmóti barnakóra sem fram fór á Húsavík 1.-3. maí. Þetta var í sautjanda sinn sem skólakórinn tekur þátt í svona móti en þau eru haldin annað hvert ár. Alls tóku 11 kórar þátt í þetta sinn eða tæplega 300 börn og unglingar.

Húsvíkingar tóku höfðinglega á móti kórnum, stjórnumendum þeirra og fararstjórnun og var mótið einstaklega vel heppnað. Auk þess að syngja saman, var íllum boðið á Hvalasafnið og Geimfarasafnið auk sundferðar. Glæsleg kvíðdvaka var á laugardagskvöldinu og diskótek í lokin. Mótinu lauk með tónleikum á sunnudeginum og fjölmennu Húsvíkingar til að hyðja á þennan glæsilega og stóra kór.

Læra ekki aðeins kórsöng

Eins og við var að búast stóðu krakkarnir okkar sig mjög vel á mótnu og voru til fyrirmyndar í alla staði. Þrjár mómmur voru með og héldu utan um hópinn af öryggi og



STUND MILLI STRÍÐA



STJORNENDUR ÁSAMT TÆPLEGA 300 BÖRNUM

lipurð. Ein þeirra segir um kórstarfið:

„Starf skólakóra, eins og kóra almenn, er afar mikilvægt fyrir þá sem taka þátt í starfinu og ekki síður fyrir samfélagið. Sem foreldri barns í skólakórnum þykir mér mikilvægt að samfélagið sé meðvitað um gildi

þessa starfs. Börn sem taka þátt í kórstarfi læra ekki aðeins söng heldur einnig íslensk ljóð, að vera hluti af held og taka tillit til annarra. Kór Varmáskóla hefur verið undir öruggri handleiðslu Guðmundar Ómars Óskarssonar í 36 ár og margir stigið þar

sín fyrstu skref á tónlistarbrautinni, sér og öðrum til ánægju. Kórinn hefur í gegnum tíðina sungið fyrir fjölda manns og meðal annars glatt íbúa dvalarheimila aldraðra fyrir jóli, fát er betra en að læra gleði þess að gefa af sér til annarra.“



Íslenska áburðarfjölskyldan

Góður allhiða áburður fyrir alla ræktun og uppræðslu. Áratuga reynsla og árangur.

 Sendum um allt land www.fodur.is

Fóðurblandan hf
Kornborgum 12 Reykjavík
Sími 570 9800 Fax 570 9809

FÆST Í BYMOS
og í garð- og byggingarvöruverslunum

FB
FÓÐURBLANDAN
- í héraði hjá þér -

HOPPUKASTALAR TIL LEIGU

Tilvalið fyrir afmæli, ættarmót,
götugrill og önnur hátíðarhöld.

Svipmiklir hoppukastalar sem vekja mikla athygli.

Verðin miðast við sólarhringsleigu.
Sótt og skilað í sama ásigkomulagi. Við erum í Mosfellsbæ.

Aukagjald fyrir flutning á höfuðborgarsvæðinu
ef þess er óskað: 8.000 kr. á kastala.



Turninn

1

Turninn er tilvalinn í barnaafmælið. Setur hátíðarbrag á svæðið og krakkarnir hoppa frá sér allt vit. Léttur og meðfærilegur. Kemst auðveldlega fyrir í fólksbíl. Tekur eina mínútu að blásast upp.

Stærð: 3,5m(lengd) x 3,5m(breidd) x 3,5m(hæð)

VERÐ: 16.000 KR

2

Krökóðillinn

Spennandi hoppukastali þar sem gengið er inn um gin krökóðilsins. Þorir þú? Hoppandi kátir krakkar verða ekki sviknir af þessari skemmtun.

Krökóðillinn vekur athygli hvert sem hann fer.

Stærð: 5,2m(lengd), 5,2m(breidd) 2,4m(hæð)

VERÐ: 20.000 KR



3

Ævintýragarðurinn

Heill heimur af ævintýrum. Börnin gleyma sér í þessum litríka og sumarlega kastala. Auðvelt fyrir foreldra að fylgjast með af hliðarlínunni.

Rennibraut og eltingaleikir vekja mikla lukku.

Stærð: 6m(lengd) x 4m(breidd) x 3m(hæð)

VERÐ: 24.000 KR





Ísfugl styrkir handboltann

Handnattleiksdeild Afturelding og Ísfugl hafa endurnýjað styrktarsamning til næstu þriggja ára. Ísfugl hefur verið aðalstyrktaraðili meistaraflökks karla í fjölda ára. Skrifað var undir samninginn fyrir leik Aftureldingar og Hauka á dögnum. Á myndinni má sjá Ísfugls-hjónin Kristínu Sverrisdóttur og Jón Magnús Jónsson handsala samninginn við Hlyn Elfar gjaldkera og Ásgeir Sveinsson formann meistaraflökks.



Vestfirðarmeistarar

Þessir handboltapiltar í A-liði 5. flokks Aftureldingar unnu alla sína leiki á Vestfirðar-mótinu sem fór fram 17.-19.apríl og eru því Vestfirðarmeistarar.

LENGJUMEISTARAR FAGNA
FYRSTA TITLI SUMARSINS



Afturelding sigraði B-deild Lengjubikarsins

Afturelding mætti Sindra í úrsultaleik B-deildar Lengjubikarsins á dögnum en leikið var í Kórnum. Gunnar Wigelund skoraði sigurmark leiksins á 79. mínútu en leikurinn var jafn og lítið um færri.

Á 89. mínútu fékk Sindri vítaspyrnu og hefði getað jafnað metin en Sigurbjartur Sigurjónsson í marki Aftureldingar varði spyrnuna og Afturelding fagnaði sigri.

Þá hófst 2. deildin á laugardag og fóru strákarnir norður í útleiki við Dalvík/Reyni sem endaði 4-0 fyrir okkar menn. Gunnar Wigelund með 2, Þorgeir Leó Gunnarsson með 1 og Arnór Breki Áspórsen með 1.

Fyrsti heimaleikur sumarsins fer fram laugardaginn 23. maí kl. 15 þegar liðið mætir Leikni F.

Næsta blað kemur út: **4. JÚNÍ**

Efni og auglýsingar
skulu berast
fyrir kl. 12,
mánudaginn 1. júní.



Fasteignasala
Mosfellsbæjar

Áfram
Afturelding!



Áframhaldandi samstarf Hvíta Riddarans og Aftureldingar

Ungmennafélagið Afturelding og Hvítu Riddarinn hafa gert samstarfssamning um að félagin vinna saman sem venlafélag sem hafi það að meginmarkmiði, nú sem hingað til, að vinna saman að því verkefni að efla starfið í báðum félögum.

Það verður meðal annars gert með þeim hætti að iðkendur í afreksþróttum í Afturelding, sem finna sig ekki í afreksþjálfun og keppni hjá meistaraflokkum Aftureldingar, geti fundið sér farveg innan Hvíta Riddarans með nánu samstarfi þjálfara beggja félaga og stjórna. Þannig má vonandi stuðla að því að minnka brottfalli úr íþróttum á þessum aldri. Samstarf þetta er fyrst og fremst á knattspyrnuvöðinu í meistaraflokkum karla og kvenna.

Á myndinni má sjá fulltrúa meistaraflokka beggja félaga með Arnari Inga formanni Hvíta Riddarans þegar samningurinn var handsalaður.

FAMOS AUGLÝSIR...



Sumarferð FaMos 2015

21. – 23. júní um Húnaþing

Ágætu félagar í Félagi aldraðra í Mosfellsbæ og nágrenni!
Komið með í sumarferðina sunnudaginn 21. júní.

Gisting á Blönduósi. Ýmsir áhugaverðir staðir verða skoðaðir: Hvammstangi, Selasetrið, hádegisverður. Vatnsnesringur, gíst á Hótel Blönduósi, kvöldverður. Næsta dag: Skagahringur: Skagaströnd, Grettislaug, nýr vegur um Þverárfjall farin. Hótel Blönduós, kvöldverður. Heimleið um Borgarfjörð og Hvalfjörð með viðeigandi viðkomum. Ætlaður komutími í Mosó er þriðjudagskvöld um kl. 17-18. Nánari ferðatilhögun send sýðar til þeirra send bókaðir eru í ferðina. Einstaklingar greiða sama verð og aðrir.

Kostnaður á mann er ætlaður 40.000 kr. Staðfestingargjald er 7.500 kr. á mann og greiðist inn á Arion banka í Mos. Innifalið í verðinu er rútan og gisting í tvær nætur með morgunmat og tveimur 3ja rétta kvöldverðum á Hótel Blönduósi. Súpa í hádegi á sunnudag og mánudag.

FaMos kt. 471102-2450 Reikn. 0315-13-301697 - Látio kennitölu ykkar fylgja með hverri greiðslu.

Allar nánari upplýsingar veitir Aðalheiður Úlfsdóttir í síma 566-6552 og 821-6552. Netfangið hennar er: aulfsd@hotmail.com.

Frestur til að tilkynna og staðfesta þátttöku er til og með 15. maí.

Athugið: Enn eru nokkur sæti laus en búast má við að þeir síðustu komist ekki með í rútna. Látio því staðfestinguna ekki dragast úr höf fram.

Ferðanefnd FaMos

Heimasíða: www.famos.is - Netfang: famos@famos.is

HREYFUM OKKUR SAMAN



Fjölbreyttir og skemmtilegir viðburðir verða í boði á miðvikudögum í sumar. Taktu þátt og hreyfum okkur saman.



20. MAÍ

Halla Karen Kristjánsdóttir
HLAUP

Opinn tími í Mósóskokk kl. 17:40-18:40 mæting fyrir utan World Class

27. MAÍ

Jóhanna Engelhartsdóttir sigurvegari Biggest Loser 2014

FJALLGANGA

Gengið á Úlfarsfell frá skógræktinni við Hamrahlíð kl. 17

3. JÚNÍ

Halla Heimis
HJÓL

Hjólaferð fyrir fjölskylduna kl. 17:00 og farið frá Miðbæjartorgi

10. JÚNÍ

Sigurjón M. Egilsson
GANGA

Frá Reykjafelli að Skammadal kl. 17:00



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG



MOSFELLSBÆR

24. JÚNÍ

Steindi Jr.
FRISBÍGOLF

Mæting kl. 19:30 á Frisbígolfvöllinn í Ævintýragarðinum



@alexia2469 Um að gera að rífa í sig Mosfellingur
#mosfellingur #gudrunelisabet



@thelmadogg Fyrsti handboltaleikurinn með Lilju
frænku :) #umfa #mosfellingur



@sifs81 Fyrsti handboltaleikurinn með Lilju frænku :)
#umfa #mosfellingur

Deildu myndunum þínum með okkur á Instagram

#mosfellingur



@mariaomars Flottar Stöllurnar „mínar“ í Bæjarleik-
húsinu #stöllurnar #mosfellingur



@magthorhalls Vio á Gauknum í kveld
#violet #gaukurinn #mosfellingur #youlostit



@odda86 Áfram Afturelding! #afturelding #umfa
#þvítikurleikur



@siggisvans Ekki leiðinlegt að fljúga yfir fallega bæinn
sinn, Mosfellsbæinn á leiðinni á Egilsstaði #pizzabær



@simmivill Undanúrslitin ráðast núna á heimavelli
„Afturelding vs. ÍR“ Áfram Afturelding #mosfellingur



@lobbi1975 #semilegonarvel #mosfellingur



@yrjadogg33 Hann var að koma af leiknum en þurfti
að horfa á hann aftur #mosfellingur #afraafturelding



@steinsen76 Gleðilegt #sumar
#mosfellingur



@rebeccakahaldorsdottir Landsbankamót 2015
#mosfellingur #afturelding

6. FLOKKUR MED
VÖLUNDI ÞJÁLFARA



Góður árangur blakara á nýfstöðnu Íslandsmóti

Þá er nýlióti Íslandsmóti 4. og 5. flokks sem haldið var í Kópavogi níu um líðna helgi. Samhlöða var haldið móti fyrir 6.-7. flokk en þeir spiluðu sína leiki á laugardagsmorgninum. Afturelding var þarna með eitt lið í 4. flokki blandað dregjum og stúlkum. Liðið gerði sér lítið fyrir og kom heim með Íslandsmeistarattíli.

Þá var blakleiddin með eitt stúlknaðið og eitt blandað lið í 5. flokki. Þar var meira á brattann að sækja og lenti stúlknaðið í 6. sæti en það blandaða í 10. sæti. Ýngsta árganginum, 6. flokk, átti blakleiddin hvorki meira né minna en 2 lið sem sýndu flotta takta en skípuðu í 4. og 5. sæti.

Blakskóli starfræktur í sumar

Nokkur aukning hefur verið á iðkendum í yngstu flokkunum á önninni og er það afar gleðilegt. Nú um hvítasunnuhelgina eru blakararnir í 3. flokki á leið í æfingabúðir til Danmerkur og æfa þar með dönskuum jafnöldrum sínum undir stjórn dönsku landsliðsþjálfaranna.

Fyrstu tveir vikurnar í ágúst mun blakleiddin standa fyrir blakskóla fyrir börn í 1.-6. bekk og verður hann starfræktur fyrir



ÍSLANDSMEISTARAR
4. FLOKKS

hádegi kl. 8-12. Fjá krakkarnir þar að kynnas blakþróttinni að Varmá undir umsjón þjálfara blakleiddarinnar. Skráningar og nánari upplýsingar á heimasíðu Aftureldingar, www.afturelding.is/blak.



Meistaraflokkarnir skarta nýjum keppnisbúningum í sumar

Loftorka styður knattspyrnudeild

Knattspyrnudeild Aftureldingar hefur skrifað undir briggja ára samstarfsáttunni við Loftorku. Í kjölfarið hefur félagið fengið nýja keppnisbúninga í hendur fyrir meistaraflokka knattspyrnudeildar sem skarta merki nýja styrktaraðilans.

Það er gríðarleg gleði í herbúðum beggia með nýndirritaðan samning enda hefur Loftorka mikinn hug á að taka þátt í uppbyggingu þeirri sem hafin er í Mosfellsbæ.

Á myndinni má sjá Bergþór Ólason forstjóra Loftorku ásamt formanni knattspyrnudeildar handalsala samninginn. Fyrir aftan má sjá leikmenn meistaraflokka félagsins klæðast nýjum búningi.



Nýir Mosfellingar

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



Sasha Andrews gengur til liðs við Aftureldingu

Knattspyrnudeild Aftureldingar hefur fengið leikheimild fyrir varnarmanninn Sasha Andrews frá Kanada.

Sasha er miðvörður með mikla reynslu en hún er nýlega orðin 32 ára gömul. Hún kemur frá Kanada og hefur leikið með öllum landsliðum þeirra frá 1998 til 2011 eða með U17, U19, U21 og A-landsliðinu. Sasha kemur frá LA Paci Blues í Los Angeles þar sem hún varð þrívísar North American Championships meistari. Sasha er hávaxin og þykir gróðarlega flúg í loftinu auk þess að húa fyrir afar góðri teki og leikskilningi. Hún á án efa eftir að reynast Aftureldingu dýrmætur fengur í Pepsi-deild kvenna í sumar.

Pepsi-deildin hefst á uppstigingsdag

Pepsi-deild kvenna hefst nú í vikunni og eftir Afturelding fram kvennaliði í efstu deild átunda árið í röð.

Afturelding hefur á þessum árum náð að leggja öll liðin í deildinni að velli og er orðið eitt lífseigasta liðið í Pepsi-deildinni.

Á fimmtudag tekur alvaran við og stelpurnar okkar eru klárar í slaglinni sem hefst á uppstigingsdag 14. maí með leik gegn Val á Vodafone-veflinum



kl. 14:00. Fyrsti heimaleikurinn er svo þrjúdaginn 19. maí gegn Breiðabliki.

REIÐSKÓLI HESTAMENNTAR

Reiðskóli Hestamenntar er staddur í hesthúsahverfinu við Varmárbakka í Mosfellsbæ. Námskeiðin eru fyrir börn og unglinga frá 6-14 ára og hefjast þau 15. júní og standa til 21. ágúst.

Við bjóðum upp á **vikunámskeið** frá mán. til fös. frá kl. 9-12 eða kl. 13-16. Verð: 14.000 kr.

Stubbanámskeið verður fyrir 4-6 ára vikuna 20.-24. júlí frá kl. 9-12. Verð: 16.000 kr.

Skráningar sendist á netfangið hestamennt@hestamennt.is

Það sem þarf að koma fram í skráningu er: Hvaða vika og hvort þú sést fyrir eða eftir hádegi.

Nafn barns, aldur, nafn foreldris/forráðamanns og símanúmer.

Nánari upplýsingar í síma: 899-6972 (Berglind) eða á www.hestamennt.is





LÆRUM AF ÖÐRUM

Víð virðumst eiga erfðara með að læra af mistökum annarra, höldum gjarna að við vitum betur en þeir sem eru eldri og reyndari. Eg er alls ekki að segja að við megum ekki sjálf gera mistök. Þvert á móti, þau er mjög hollt og gott að gera mistök ef maður lærir af þeim og gerir betur næst. Við þurfum bara ekki að gera öll mistök sín.

Ég ákvað fyrir nokkrum árum að velja mér fyrirmyndir á nokkrum sviðum, einstaklinga sem hafa þekkingu, reynslu og brennandi áhuga á sínu sviði. Fyrirmyndirnar eru tíu til tuttugu árum eldri en ég, hafa gefið fullt af mistökum, lært af þeim, síað ruslið frá því sem skiptir máli og eru öflugar í að miðla af reynslu sinni og þekkingu til þeirra sem vilja hlusta. Þetta hefur gagnast mér vel. Eg slepp við að gera mörg mistök, alls ekki öll, hlusta á það sem mér reyndari hafa að segja og er eflir flestum ráðum þeirra. Þó ekki öllum, ég hef ekki sam-mála fyrirmyndunum um allt, enda er líka mikilvægt að vera gagnrýnn í hugsun og mynda sér sjálfstæða skoðun á hlutunum.

Hvað hefur þetta með heilsu að gera? Jú, heilsubrannsi er akkúrat það, bransi. Það er alltaf verið að reyna að selja okkur eitthvað heilsulegt, yfirleitt eitthvað sem á að virka ótrúlega hratt og ótrúlega vel. Nýjar séfingaöðrin, nýjar heilsuvörur. Töfralausir, sýrulega magstöðva á fjórum vikum. Áður en ég valdi mér heilsufyrirmynd var ég duglegur að prófa töfralausir, nína tek ég varla eftir tilboðunum. Það eru engar töfralausir til. Þú þarft að vinna fyrir heilsunni. En þetta er ekki flókið. Borðuðu hollan mat, labbaðu mikið, vertu sem mest diti og gerðu reglulega góðar styrktar- og lítoleikaeftingar.

Hlustaðu á þá sem hafa áralanga reynslu af heilsu-efningu og farðu eftir þeirra góðu ráðum. Gleðilegt sumar!

Guðbjón Svansson
guðbjon@kettisbelle.is



Flugvél í sjóinn

Flugvél hrapaði í Leirvögninn, neðan við golfvöllinn á mánudag. Engan skaðaði og betur fór en á horfist.

Mynd: Hilmir

Hreyfingur okkur saman!

Kyrrseta er eitt af mestu ógnum nútímansamfélaga. Flestar tæknifræfarir leiða til minnkandi þarfar fyrir líkamlegri vinnu. Um ein leið og þróunin hefur orðið í þá átt þá hafa rannsóknir leitt okkur að þeirri niðurstöðu að hreyfing er líkamann algjörlega nauðsynleg til góðs lífs. Hálfími á dag í göngutúr skiptir sköpum og að hafa stundað hreyfingu alla eitur gefur vel af sér þegar líkaminn eldist og stórnar. En hvernig getum við hugsað okkur um fletta þá hreyfingu inn í daglegt líf?



Til að svara þeirri spurningu þurfum við að skoða dagsmyrnið okkar. Hvernig er venjulegur dagur í lífi okkur og hvar getum við mægulega komið hreyfingu inn í daginn? Gengið eða hjólað í vinnuna? Gengið í búðina eftir nauðsynjum? Gengið eða

hjólað með börnunum í skólann og skapað þar með meiri samveru-tíma? Samverustundir með börnum okkar getur verið samnarlega fléttá saman við hreyfistundir eins og í sundi sem dæmi. Mikilvægast er að endurskoða hvernig við lifum með tilliti til hreyfingar.

Einnig er kjörvið tækifæri falið á vinnustöðum. Hefur vinnustaðurinn þinn heilsustefnu? Ef ekki getur þú haft áhrif á að setti verð á stað heilsustefna? Ef þú ert atvinnurekandi, haf þú hugað að heilsu starfsmanna þinna? Þeir heilsa getur betri orku og betri orku þeir starfsmanna skilvirkari og ánægðari.

Hægt er að byrja á einföldum hlutum eins og að hafa hálfíma göngu í hádeginu 3x í viku. Að fólk standi upp og teyg

síg á klukkutíma fresti ef það situr við allan daginn. Að einn og einn fundur sé tekinn í göngutúr ef tveir til þrjú eru á fundi. Mýmargar leiðir eru til að setja af stað heilsustefnu innan stofnana og fyrirtækja. Þær stefnur geta haft áhrif inni á heimili starfsmanna. Það þarf ekki að gera svo mikið til að vel sé gert og mikilvægt er að byrja með fá markmið og endurskoða árlega hvernig gengur.

Ég hvet allar stofnanir og fyrirtæki innan Mosfellsbæjar að marka sér stefnu um heilsu starfsmanna sína.

Gleðilegt hreyfingarár kæru Mosfellingar!

Sigríður Kristín Hrafnkelsdóttir
verkefnisstjóri Heilsu- og lífshlutnaðar samfélags

Ungmennaráð Mosfellsbæjar með hagsmuni ungs fólks að leiðarljósi

- umræðuvettvangur fyrir ungmenni 13–20 ára

Það var kröfugur hópur ungmenna í ungmennaráði sem bauð bæjarstjórn á sinn fund þann 22. apríl. Ungmenninn hófu valið áherslunni sem þau vildu ræða við bæjarstjórn en þau voru helst:

Almenningssamgöngur eru mikilvægur fyrir ungmenni í Mosfellsbæ og eru mikið nýttar af þeim til að stunda þróttir og tómstundir innanbæjar en ekki síður til að sækja viðurbúið utanbæjar. Ungmenninn lögðu áherslu á að fá biðskilyrði fyrir utan framhaldsskólann. Bæjarfulltrúar tóku vel í að verða við beiðni um biðskilyrði og hvöttu ungmennin til að halda áfram að nýja strett og koma ábendingum á framfæri.

Lýsing reiðleða og göngustíga. Ráðið bent á mikilvægi þess að reiðleðin á svokölluðu flugvallarhring væri lýst upp. Upplýstu bæjarfulltrúum um að það mál væri í skoðun en þó væru ekki allir jafn sammála um að lýsa upp Leirvögninn, vöndandi finnst þó lausn á því máli. Einnig var rætt um umferðaröryggismál almenn og bentu bæjarfulltrúar ungmenninum á að verið væri að vinna að umferðaröryggisáætlun og óskað var eftir ábendingum.

Ungmennaráðstefna UMFÍ, ungt fólk og lýðræði. Tveir fulltrúar frá ungmenna-

ráði Mosfellsbæjar sóttu ráðstefnu sem fram fór í Stykkishólmi 25.–27. mars sl. Ungmenninn voru mjög ánægð með ráðstefnunna og töldu hana hafa komið að gagni fyrir stórf sín í ungmennaráði.

Umræða um opin fund ungmennaráðs. Vekja þarf meiri athygli og áhuga ungmenna á þakktýrni í ungmennaráði og áttu stýrleika ráðsins. Ungmennaráðið koma til opnum fundi þar sem öll ungmenni í Mosfellsbæ geta tekið þátt og komið sínum ábendingum á framfæri. Eftir er þó að ná til ungmenna með fundum og fundir séu kannski ekki sérstaklega spennandi. Bæjarstjórn fagnar framtakinu og mun vísa málið til ungmennaráðs og óska eftir þeirra álit.

Helstu markmið ungmennaráðs eru meðal annars:

- Að vera umræðu- og samstarfsvettvangur ungmenna í Mosfellsbæ.
- Að koma tillögum og skoðunum ungmenna til skila til viðvalandi aðila í stjórnkerfi sveitarfélagsins.
- Að sjálfa ungmenni í sveitarfélaginu í lýðræðislegum vinnubrögðum.

Nemendaráð grunna- og framhaldsskóla í Mosfellsbæ tilnefna árlega samtals nju fulltrúa í ungmennaráðið og nju til vara.



Nemendaráð hvers grunnskóla tilnefni þrjú fulltrúa úr 8., 9. eða 10. bekk og úr framhaldsskóla koma þrjú fulltrúar. Hver tilnefning gildir eitt starfsári ráðsins. Árið 2014–2015 koma frá Framhaldsskólunum í Mosfellsbæ þau Björn Bjarnarson, Ragnhildur Ioana Guðmundsdóttir, Sigríður Ósk Sigurðarsardóttir, Hjördis Margrét Hjartardóttir, Emílija Ása Jónsdóttir og Jón Ingi Ólafsson. Frá Varmárskóla koma Isak Ólason, Anton Hugji Kjartansson, Steinunn Guðbrandsdóttir, Anton Örn Davíðsson, Katla Sif Friðriksdóttir og Þóra María Sigurjónsdóttir. Frá Lágafellsskóla koma Úlfar Darri Lúthérsson, Júlíana Borg Stefánsdóttir, Hilmir Berg Halldórsson, Sif Elíasdóttir, Guðmundur Árni Bang Hlynsson og Hildur María Ellersdóttir.

Benda á það sem betur má fara

Bæjarstjórn Mosfellsbæjar fara borist margar ábendingar frá ungmennaráði um hvað megi betur fara, ekki einungis í mállefningum ungs fólks heldur margt sem varðar öryggismál og lífsgæði fólkslyndunnar allrar. Bæjarstjórn hlustar ekki að nokkru leyti um málefni ungmennaráðs heldur hlutur á ráðdrei þeirra og sýnir starfi þeirra virðingu.

Bryndís Haraldsdóttir,
Tannáttur bæjarráðs.
Kolbrunn G. Þorsteinsdóttir,
formaður fólkslyndunefndar.

Fasteignasala Mosfellsbæjar

Sími: 586 8080

www.fastmos.is

STEMNING Í
GÓÐA VEDRINU



SKÁTARNIR LEIDA
SKRÚÐGÖNGUNA

SUMARDEGINUM FYRSTA FAGNAÐ Í MOSFELLSBÆ



HRESSIR
HJÓLASTRÁKAR



SELGÆTISALAN
VINSÆL AÐ VANDA

FJÖLSKYLDUTILBOÐ Á SUNNUDÖGUM

4 HAMBORGARAR, FRANSKAR
OG 2L. COKE® Á 3.490 KR.

Líter af ís í kaupbæti



ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA



B. Markan ehf.
Pípulagnir
☎ 660 6690

www.bmarkan.is

Ori Gunnlaugsson
Forseti þjálfabúnaðs
9595901
6309199



Bifreiðaverkstæði Orra

Sélmætri í VW-SKODA-AUDI

Hálfviti 23
Mosfellsbær
270 tálind

www.bilaorri.is

ERA
BILASPRÁUTUN OG RÉTTINGAR
AUÐUNS

Frí Tjónaskoðun

GÆÐAVOTTAD VERKSTÆÐI

Nýbýlavegi 10. Kópavogi
www.bilasprautun.is ☎ 554 2510

ÁLAFOSS
WOOL STORE

alafoss.is

alafoss og þjálfabúnað

Sjúkrabjálftun & Sjúkrannud
HEILSUEFLING
MOSFELLSBÆJAR

Urðrætt 4 Mosfellsbær Sími 578 5080

SALUR TIL ÚTLEIGU
fyrir fundi og mannfagnaði

Pantarnir hjá Jóni í síma 895-0390 eða á kiwanishus.moso@gmail.com
Kiwanishúsið í Mosfellsbær geysir.kiwanis.is

Ó, UMFA, við elskum þig

Frábært handboltaítmabil er nú á enda og „strákarinn okkar“ stóðu sig eins og hetjur. Að vera á þessari flugbraut komandi beint úr 1. deildinni með bikar í fátækisnu og vind í seglum, leiða deildarkeppnina lengst af í vetur sem nýfótar er hreint út sagt frábær árangur.

Með smá heppni hefur gulllið getað komið um hálsinn en sílfirni er líka verðlaun sem enginn annar fékk nema Afturelding og megum við vera stolt af því. Við áttum við ofur-efti að etja og getum við tekið þessa reynslu og setti í bankann. Afturelding getur horft björtum augum fram á vegin og hefur starfði í vetur verið til fyrirmyndar og gaman að sjá ungu krakkana horfa á hetjurnar sínar með stjórnur í augunum og hugsa um leið „ég vil vera í Afturelding þegar ég verð stór“.

Til hamingju með frábært ítmabil og skemmti-



lega umgjörð. Til hamingju Rothögð fyrir að skapa þessa stemningu á þöllunum í allan vetur. Til hamingju allir sjálfboðaliðar fyrir að gefa vökur í þetta allan tímann. Til hamingju stjórn fyrir að koma Aftureldingunni í fremstu röð í deild hinnna bestu. Til hamingju vallaþjálfurinn sem hefur þanið riddina og gert skemmtilegan handbolla enn skemmtilegri í vetur. Til hamingju stuðningsmenn fyrir að gleðjast með liðinu okkar og til hamingju styrkaraðilar fyrir að trúa á verkefnið.

Framtíðin er björt í mosselsku íþróttastarfi og nú tekur knattspyrnumarió við og gaman væri að sjá jafnmarga á vellinum í sumar.
Áfram Afturelding!

Rónar Bragi Guðlaugsson, formaður íþrótt- og tómsundandefnar Mosfellsbæjar

Skipulag næsta skólaárs í Varmárskóla

Frá því að við skólastýrir ósk- uðum eftir að fá að nýta Brúar- land fyrir skólastarfstýrðu ár- ganganna okkar hefur umræða um það farið að stöð.

Við heyrum jákvæðar undir- tektir og einnig ákveðin atriði sem fólk veltir fyrir sér. For- eldrafélag Varmárskóla hefur tekið þetta í umræðu og veit nokkrum spurn- ingum um. Umræður komu um hvernig örygg- ismálum var háttátt og var óskað eftir útteki um þau atriði.

Nú hefur okkur verið kynnt innihald hennar og þar kemur fram að húsnæðið henti vel til skóla- starfs yngstu árganga þegar ákveðnar úrbætur hafa farið fram. Þetta er atriði sem er einfalt að laga en viljum að vandað sé til þeirra verka.



Langt er liðið á vorið og við teljum út frá athugasemdum sem komið hafa, meðal annars frá foreldrasamfélagi Varmárs- skóla, að vænlegra sé að gefa sér rými tíma í undirbúning á skólastarfi í Brúarlandi svo vel taðist til.

Huga þarf að skólaóð, leik- tækjum, stofnbúnaði og að svæðið sé vel afgritt til að halda enn betur utan um hópin okkar sem þar verður. Skólaárið 2015-2016 verður því nýtt til að undirbúa og móta skólastarf, áherslur og þjónustu sem okkur langar til að leggja upp með í þessu sögulega og fallega húsi.

Með skólakveðju,
Þóra Rosa Ólafsdóttir og Þórhildur Elfaradóttir,
skólastýrur við Varmárskóla

Neikvæð rekstrarniðurstaða og auknar skuldir Mosfellsbæjar

Niðurstaða ársreiknings Mosfellsbæjar fyrir árið 2014 var vonbrigði, ekki bara fyrir meiriluta sjálfstæðismanna og VG heldur fyrir okkur öll, alla útsvarsgreio- endur.

Fjárhagsáætlun sveitarfélags er ekki áætlun til viðmiðunar í rekstri þess heldur bindandi ákvörðun um allar fjárhagslegar ráðastafir af hálfu sveitarstjórnar. Ef vilja á frá samþykkrri áætlun skal sveitarstjórn áður hafa samþykkt viðauka við hana.

Rekstrarniðurstaða ársins var neikvæð um 72 milljónir og um 100 milljónum lakari en fjárhagsáætlun gerði ráð fyrir. Þá reyndist veltuvé frá rekstri vera um 160 milljónum króna lægra en áætlun gerði ráð fyrir, en veltuvé frá rekstri, framlegðin, er sú fjárhæð sem stendur eftir þegar dag- leg, hefðbundin rekstrarurgjöld hafa verið greidd og nýstítt til framkvæmda og greiðslu skulda, svo dæmi séu nefnd.

Þriggja ára áætlanir

Það vekur athygli þegar skoðaðar eru 3ja ára áætlanir síðustu ára að þær standast ekki nægilega vel. Þessar áætlanir eru gerðar árlega, sam- hliða fjárhagsáætlun næsta árs, og samþykktar í desember ár hvert. Dæmi um framsgreint er áætlað skuldahlutfall fyrir árið 2014. Á árinu 2012 var áætlað að skuldahlutfall A og B hluta á árinu 2014 yrði 117%, á árinu 2013 var áætlað að skuldahlutfall A og B hluta á árinu 2014 yrði 138,2% en niðurstaðan árið 2014 er skuldahlu- flup upp á 144%. Þriggja ára áætlanirnar hafa að sönnu ekki sömu stöðu og fjárhagsáætlun komandi árs en þær eiga samt að byggja á traustum grunni en ekki óskhyggju. Tilgangur þriggja ára áætlana er að sveitarstjórn horfi til framtíðar og setji sér ramma um rekstur, framkvæmdir og fjármál sveitarfélagsins með það fyrir augum að ná markmiðum sínum, fjárhagslegum og pólit- iskum.

Skuldaukning

Skuldir sveitarfélagsins fara vaxandi og fram kemur í ársreikningi að skuldahlutfall og skuldaviðmiði eru hærri en áætlað var í fjárhagsáætlun ársins 2014. Þá hefur framlegðarhlut- fall lækkað talsvert milli ára eða úr 12,4% árið 2013 í 8,7% 2014. Skuld- ir og skuldbindingar fara sem sagt hækkanði þannig að heildarskuldir og skuldbindingar hækka um tæpan millj- arð milli ára, eða um 100.000 þor. Í þessu samhengi verður að minna á að Mosfellsbær stendur frammi fyrir mikilli uppbyggingu skólamannvirkja í nánari framtíð sem kalla muna á mikla fjárfestingu.

Eftirfylgni og endurskoðun

Greinilegt er að það þarf að efla eftirfylgni með fjárhagsáætlunum og ársjöfjórðungslegri rekstrar- yfirlit virðist ekki duga til að rauð viðvörðunarlögg fari á loft þegar merki sjást um að fjárhagsáætlun muni ekki ganga eftir. Þess vegna vilja Samfylk- ingin að skoðað verði alvarlega að taka upp árs- hlutauppgjör þannig að hettumerki sjáist fyrir og hægt verði að taka strax á gæm ef milliuppgjör sýnir að farið sé að halla á öfluguhliðina.

Nú hefur þjálfarið falið bæjarstjóra og emb- ættismönnum að yfirfara fjárhagsáætlun yfir- standandi árs með það fyrir augum að unnt verði að rétta reksturinn af og koma í veg fyrir að hallinn aukist enn á árinu 2015. Sú yfirferð mun líklega hafa í för með sér að skera þverið niður og verður áhugavert að sjá hver pólitísk forgangs- röðun meirihluta sjálfstæðismanna og VG verður í þeirri vinnu.

Anna Sigbjörg Guðadóttir
Ólafur Ingi Óskarsson
bæjarfulltrúar Samfylkingar

Stöðuupptæslur
in your
face 



Agnes
Þrastardóttir
Er ég síu ána
sem langar að
mæta á nánast ALLT sem
er í boði fyrir eldri borgara
í Mosó? Málunartöpur,
félagsvætt, Penúltípur,
glervinnsla, os.frv. Hlakkia
til að eldast í Mosó.)

22. apríl



Egill
Sigurdsson
Er með 3
færskar

Kjúklingabringur. Seljast
hasþjótanda. Bótið
byjar í 45.000.-

5. maí



Stefania
Svavars-
dóttir

Var að renna
yfir gamlar myndir á face-
book. Ég sver það, ég gæti
líklegast fyllt 30 ruslapoka
ef ég fengi til baka öll fótin
sem ég hef týnt í gegnum
ævina. Hvar eru þau?

7. maí



Geirarður
Long
Ég get
ekki annað

en tekði ofan fyrir
stjórn,meistaraflokkaráði
og leikmönnum og þjálf-
urum hankantleiksdeildar
Áttureldingar. Annað sæti
í deild og annað sætið til
Íslandsmeistarara. Takk fyrir
frábæra skemmtun í vetur.
Og ROTHÖGGID.
Ó UMFA,
við elskum þig..)

11. maí



Ragnheiður
Ríkharðs-
dóttir

Ég held að
sumarið sé komið, bjartur
himinninn, sólin sjálf sendir
geista sína sem sindra á
vöginum. Dásamlegt að fá
að njóta fegurðarinnar og
kunna að njóta.
Farið vel með ykkur elskur-
urnar mínar.

10. maí



Útthildur
Geirsdóttir

Stóra tón-
leikahelgin er
löin og henni lauk á stór-
skemmtilegum tónleikum
með Mostellskórnum í
Grensáskirkju með kaffi
og konfekt (Nói sjálfur)
í hléi. Bestu þakki fyrir
okkur Kæri Mostellskór. :)

11. maí

facebook



ARI ODDSSON EHF
BYGGINGAVERFTAKI

MÚRVERK - FLÍSALAGNIR - ALMENN VIÐHALDSVINNA

FAGMENNASKA Í FYRIRRÚMI

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

www.arioddsson.is



Snyrti-, nudd- og fóttaaðgerðastofan

Líkami og sál

Þverholti 11 - s. 566 6307
www.likamiogsal.is

verjið hjartanlega velkomni!

AFLTAK EHF.

S: 660 0770 - www.aftak.is



MÓTANDI



bjargslundur@simnet.is

6600226



Þú finnur öll blöðin á netinu
WWW.MOSFELLINGUR.IS



GÓÐIR MENN EHF

Rafverktakar
GSM: 820-5900

- nylagnir • viðgerðir
- endurnýjun á rafflögnum
- hönnun og uppsetning á öryggiskerfum
- síma og tölvulagnir

Löggiltur rafverktaki

GÓÐIR MENN EHF



Fagverk
verktakar

www.malbika.is - sími 864-1220

VGH Mosfellsbæ

VERKTAKI SÍÐAN 1968

ÞAÐ SEM TIL ÞARF

896-9443 896-2279

HEYRST HEFUR...

...að Helga Haralds sé flögin til Astralíu.

...að búió sé að opna Húsdýragarðinn á Hraðstöðum.

...að góðar líkur sé á því að línunauð-urinn Þrándur Clásson smái aftur í líó Aftureldingar á næstu leikló.

...að knattspyrnukonan Guðný Björk Óðinsdóttir sé búin að leggja skóna á hilluna eftir þrjátíu mánd.

...að kvendæðil Harðar standi fyrir Mosfellsreið laugardaginn 23. maí þar sem ríðið verður í kringum Mosfellið.

...að Bónus hafi áhuga á því að reisa verslun í Háholtnu gegnt Krónunni.

...að Loftur og Birna Guðrún eigi von á barni.

...að keyrt hafi verið inn í Efnalaug-ina á dögnum með tilheyrandi skemmdum.

...að Logi á Selvangi sé orðinn sjötugur og hafi fengið sérstakt afmálisblað útgefið í tilefni dagsins.

...að talsverður snúbrúni hafi kviknað í Helgafellshverfinu fyrir í mánuðinum.

...að Mosfellingur sé búinn að kjúfa 5.000 læka múrinn á Facebook.

...að Stormsveitinn hafi vakið lukku á stórtónleikum Kópavogsbæjar.

...að Ari Eldjárn stelli að heimsækja unglægaðeild Lágafellsskóla í kvöld þar sem haldið verður skemmtikvöld.

...að mikil aðsókn sé í 14 daga MBM áskrun hjá Sigrúnu einkabúðjufara sem byrjar í World Class í næstu viku.

...að Kalli Tomm hafi verið í einlægri helgarvítali í Fréttablaðinu um síðustu helgi.

...að fótboltastrákrinum í Aftureldingu sé spáð efsta sæti í 2. deild í sumar.

...að útkennslustofa við Varmáskóla hafi brunnið til kaldra kola og talsvert fjón hafi hlötið.

...að búió sé að fresta notkun Brúarlands sem skólalúshús fyrir Varmáskóla.

...að Stjáni í fiskbúðinni rífi í lóðin í World Class eins og enginn sé morg-undagurinn.

...að flugfél hafi hrapað í Leirvoginn á mánudaginn en engan sakadó.

...að Pepsi-deildin hefjist á morgun og eiga okkar stelpur leik við Val að Hlíðarenda í 1. umferð.

...að Óli á Ökrum sé þritugur í dag.

...að heljarinnar Eurovisionspartý verði haldið á Hvíta Ríðdaranum laugardaginn 23. maí.

...að Magnús Scheving hafi verið með fyrirskil á heilsudegi í Mosfellsbæ í gær.

MOSFELLINGUR@MOSFELLINGUR.IS

Nýir Mosfellingar

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



Sævar Leó Jóhannsson fæddist á Akranesi 15. apríl 2015. Hann var 54 cm og 4045 g að þyngd (16 merkur). Foreldrar hans heita Jóhann Ingi Jónsson og Valgerður Sævarsdóttir. Hann á stóra systur sem heitir Emiliana Ósp.



Flottir fákur

Fornbílaklúbburinn kíkta í heimsókn til Alla Rúts á Hótel Laxnes á dögnum. Það fór ekki á milli mála þegar ljósmyndara Mosfellingis bara að garði.

MOSFELLINGUR

á netinu



www.mosfellingur.is

FRÆDSLAN

Ég var að spá í að skrifa þástíl um strákana okkar sem eru að keppa við Hauka í handbolanum en það máll var gert upp í síðasta Mosfellingi með þrumupástíl frá Toggva. Það sem mig langar að skrifa um er annað mál sem hefur verið í umræðunni, hinsgein fræðsla. Hafnfröðlingur hafa ákveðið að bjóða upp á hinsgein fræðslu í skólum bæjarins og sumir samlandar okkar hafa farið gjörsemlega yfir um við þessi tölund.

Sá sem farið hefur hafa geystast í þessu máli er sjálfkpaður verndari Bónus á Íslandi og er þessi hermaður í heilöggu stríði við allt sem er hinsgein eða gá. Fræðsla er góð og að útskýra fyrir börnum hvernig lífið er er gott mál. Ég ætla ekki fólk í þessari fræðslu að hellablaða börn og stráka. Þeim elms og sumir elms meina. Heldur held ég að fræðsla þurrí börnin um það að allir einstaklingar eigi jafnan rétt á sér hvort sem þeir eru að sama líti, á hvað þau trúa, af hvaða kyni þau verða ásfingin. Þessi maður sem er í heilöggu stríði heldur því fram að barnagrind og samkynhneigð sé það sama. Að bjóða upp á hinsgein fræðslu sé það sama og þeir hrikalegu gleðisþyrtingar og kynferðisbrot sem framín voru á ír-ebarkví.

Ég tek það nú fram að þetta er mín skobun og þarf ekki að endurspegla skobanir þjóðarinnar. En er þessi maður ekki í lagi? Að líkja saman Breiðavíkurmálinu og hinsgeinfræðslu? Að það hafi sömu dómrif á börnin? Það sveimar í gúlgaganu húsfluga á meðan ég skrifa þetta og ég held að hún sé með fleiri heilafurur í klettinum en síkati sínghesturinn sem heldur þessu fram. Það varð allt vílaust í samímatu á ágætri útarþvips meðan máll stóð sem hæst og fólk sem hringdi inn var vissu um að þessi fræðsla væri verklef sýnikennsla með samföngu af fólk á sama kyni. Eru þiú ekki að fókking grímasta? (Þetta kann að hljóma einsog brandari úr Þósthæðum en ég er ekki að skálda þetta.) Þáttastjórnandinn vildi ekki átítkla það í þéttinum einsog það sé venjan í skólum að lærðómur væri settur á svið með sýnikennslu.

Ég var nú ekki duglegast námsmaðurinn á mínum skólaárum og fylgdist ekki allt of vel með í tímanum, ég man ekki eftir því að í kynfræðslu ég man ekki eftir því að hafa hóað í að umsjónakennarinn hafi hóað í að læra um Gíslasöggu Súrsonar að Lögva kennarinn minn hafi skylmst við einhvern Vestfirðing eða högglo mann og annan. Ekki man ég eftir því að ségukennarinn minn hafi haft sýnikennslu um hörmungarvarnir í einni heimsstyrjöldinni með tilheyrandi útbóðum. En sumir sem hringdu inn á Útvarp Sögu er VÍSIR um að það verði í hinsgein fræðslunni.

Í eldhúsinu

HJÁ EYSTEINI OG GÚBLEIFU

Skagfirskt graflamb með hnetu vinaigrette

Eysteinn Leifsson og Guðleif Birna Leifsdóttir færa okkur uppskrift á þessu sinni. „Þetta er mjög vinsæll réttur á okkar heimili, gerður fyrir veislur og hátíðisdaga til margra ára.“

Skagfirskt graflamb með hnetu vinaigrette

- 2 innanlarisvöður úr lambi eða annað kjöt s.s. villibráð, naut eða ær
- 2-3 msk þurtvín eða brandí
- Vetríð kjötinu upp úr vinnu.



- 1/2 msk. rúsa-pípar
- 1/2 msk. gróft salt
- 1/2 msk. sykur
- 1/2 msk. óreganó
- Blandið öllu kryddinu saman í morteli, hlyðið kjötö með blöndunni. Pakkið því þétt í plast og látið standa í kæli í 2-3 daga.
- Gott að frýsta og skera svo í örþunnar sneiðar. Borið fram með snítubrauði, klettasalat og Innetu vinaigrette.

Kryddiblanda

- 1/2 msk. díllfræ
- 1/2 msk. sinnepsfræ
- 1/2 msk. svartur pípar
- 1/2 msk. timjan
- 1/2 msk. basil
- 1/2 msk. rósmarín

Hnetu vinaigrette

- 1 dl góð olía
- 2-3 msk. balsamikedik
- 2-3 msk. hlynsíróp
- 2-3 tsk. dijón sinnep

Hrærið vel saman og settið saman við ristaðar hnetur, mändlur og sesamfræ út í eftir smekk.

Guðleif og Eysteinn skora á heiðursþjóninn Þórdís og Þorvarð að deila næstu uppskrift

HÖGNI SNER
WWW.KLDI.BLOG.IS



SMÁ AUGLÝSINGAR

Heimilisþríf

Óska eftir góðum aðila með reynslu til að þrifa heimilið okkar aðra hverja viku. Nánari upplýsingar í síma 891-7108.

Týndur iPhone

iPhone 5s týndist í mars (milli/í Bónus-Varmárskóla), silfrður sími í ljósbláu hulstri. Góð fundarlaun í boði. Sími: 821-5121, Jón Svan.

Herbergi óskast til leigu

Herbergi óskast til leigu. Helest í Mosó eða þá í góðu færi við almenningssamgöngur. Rólegur, reyklus og reglusamur maður á besta aldri. Er að læra íslensku.

Jaroslav sími: 783-4076 Verðbil ca. 70-80 þús.

Óska eftir íbúð á leigu

Hjón á sextugsaldri óska eftir 4ra her. íbúð til leigu frá og með 1. júlí 2015. Skilvísium greiðslum heitið og meðmæli er óskað er uppl. í síma 862-7866 Matthildur.

Smáauglýsingarnar eru friar fyrir einstaklinga

mosfellingur@mosfellingur.is

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

VERSLUM Í HEIMABYGGÐ



ræsir

BÍLAPJÓNUSTAN HJÁLÐ

Sími: 666-8555

ALLSKONAR BÍLAVIÐGERÐIR, DEKKJASKIPTI OG FLEIRA

Aðalþjálfari



ÞÍPULAGNIR • NÝLAGNIR
VIÐHALD • RÁÐGJÖF

sími 773-6867
adalþjalfarinn@gmail.com

Eyþór Bragi Einarsson
lögildur þípuþjálfingameistari

Tek að mér
alla krana- og
krabbavinnu

Útvega allt
jarðefni

VÖRUBÍLL Þ.B.

Klapparhlíð 10
Þorsteinn 822-7142



ÞJÓNUSTUAUGLÝSING Í MOSFELLINGI

KR. 5.000 + vsk.*

nafnspjaldastærð = 97 x 52 mm

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

OPNUNARTÍMI SUNDLAUGA

Lágafellslaug

Virkir dagar: 06:30 - 21:30

Helgar: 08:00 - 19:00

Varmárlaug

Virkir dagar: 06:30 - 08:00 og 15:00 - 21:00

Laugard. kl. 09:00-17:00 og sunnd. kl. 09:00-16:00



SKÝJA
LUKTIRNAR
FÁST Í
BYMOS

MOSFELLINGUR

Næstu blöð koma út
4. JÚNÍ
25. JÚNÍ

Mosfellingur er boðin út í hvert
hús og fyrirtæki í Mosfellibæ,
Spítalmesi og Kúla.

Skilafrestur efni/auðgýsinga er til
hádegis, mánudag fyrir ofanfu.
mosfellingur@mosfellingur.is

Bílapartar ehf
Notaðir **TOYOTA** varahlutir

Sími: 587 7659

Grænumýri 3 | 270 Mosfellsbæ
www.bilapartar.is

HUNDAEFTIRLITIÐ Í MOSFELLSBÆ

ÞEGAR SNJÓA LEYSIR,
KEMUR ÝMISLEGT Í LJÓŠ

Eigendum hunda er skylt að þrifa
upp saur eftir þá, samkvæmt sam-
þykkt um hundahald í Mosfellsbæ



Hundaeftirlitið í Mosfellsbæ
hundaeftirlit@mos.is
þjónustustöð s. 566 8450



VIÐ PRENTUM FYRIR ÞIG

ARTPRO
LÍSTRÆN FAGMENNSKA
PRENTÞJÓNUSTA

ARTPRO Prentþjónusta
Háholti 14, 270 Mosfellsbæ
566 7765 - artpro@artpro.is - www.artpro.is

SPURNING TIL BÆJARBUA

Í hvaða sæti lendir María í Eurovision?



DABI:
Við vinnum klárlega.



STEINARR:
Gullöð í lokakeppninni.



ANDRI FREYR (OFFI):
Slefum inn í lokakeppnina.



BIGGI JR.:
Fyrsta sætið.



JÓNAS:
Við vinnum í ár.



BJARTUR:
Bara einfaldlega 3. sæti.



Feðgarnir í Dalnum



Blómárosir í Bæjarleikhúsi



Strákarnir á ströndinni



Kilóin fjúka

#mosfellingur



Ungir sveinar á leið á toppinn



Handboltaknarnir



Sigal á sviði



Sumargleðin

HVERJIR VORU HVAR ?

Sendið okkur endilega myndir - mosfellingur@mosfellingur.is



Äö í Laxnesi



Önnurnar



Sigrún sinnum þrír



Hæ gæss



Brekkutangagellurnar



Super-mennirnir á baki

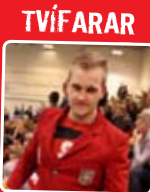


Þemaþagar á Sprey



**KARLEMBUREIÐ
UM MOSFELSDAL**

SKÁL



TOGGI



JÓNDI

Hárstofan
Sprey

Hárstofan Sprey
Háholt 14 - s. 517 6677

KJARNAGRILL

Háholti 22 Sími: 571-3530



OPNUNARTÍMI

Mánudaga - Laugardaga 10-22, Sunnudaga 11-22

OSTBORGARI

HAMBORGARI, OSTUR, KÁL,
GURKA, SÓSA, FRANSKAR
OG 0,5L COKE, KOKTEILSÓSA

1090 KR



Coca-Cola



PRENNA

PYLSA, SÜKKULADI
(SNICKERS, BOUNTY,
TWIX EDA MARS)
OG 0,5L COKE

695 KR



Coca-Cola



Við erum í
humarskapi



Fiskbúðin Mos

Háholt 13-15 • Sími 578 6699

STÓR HUMAR
AÐEINS 5.500 KR/KG





STUÐ Í STÚKUNNI

Handbolatímabilið kláraðist í vikunni þegar strákarnir í meistaraflokki höfnuðu í öðru sæti Íslandsmótsins. Frábær árangur hjá nýliðum Aftureldingar í efstu deild. Stærmingin var ekki síðri í stúkunni þar sem stuðningsmannafélagið Rothaggið ræð lögum og lofum.

Mynd: Dagur Ólafsson

Velkomin í
nýjan netbanka



Rizzo

**Frosnar
pizzur
í heildsölu**

**OPÍÐ:
Föstudaga
kl. 16-20**

Rizzo Express
Urðarholti 2

MIKIL SALA - VANTAR EIGNIR - VERÐMETUM



Pétur Pétursson
lögilltur
fasteignasali
897-0047



Daniel G. Björnsson
lögilltur
leigumiðlari

Þjómusta við
Mosfellinga í 25 ár

Háholt 14, 2. hæð
588 55 30



Aðaltún



Glaslegt ráðhús við Aðaltún í Mosfellsbæ. Húsið er 152,1 fm og bílskur 33,2 alls 185,3 fm. 4 svefnerbergi, stór stofa, glaslegt baðnerbergi. Stór verand með geymsluskúr. Vel viðhaldið hús og fjölskylduvænt.

Blíkahlöð



Falleg 116 fm. íbúð á 2. hæð í enda í vonduðu fjölbýli. 3 svefnerbergi. Rúmgóð stofa með útgengi á svalir í suður. Gott eldhús. Eikarparket á gólfum. Baðnerbergi fíttlaagt. Sér inngangur. Falleg lóð. Góð bílastæði. Örstutt í skóla, sundlaug og ípróttahús. **Verð: 31,5 m.**

Skuggabakki



107 fm. hesthús í enda í góðu húsi við Skuggabakka í Mosfellsbæ. Pláss fyrir 13 hesta. Gott gerði. Góð aðkoma. **Verð: 12,8 m.**

Reykjahvöll



Mjög vandað og afar glaslegt 206 fm. einbýli auk 46 fm. bílskurs, samtals 252 fm. á frábærum útsýnisstað í Mosfellsbæ. Allar innréttingar af vonduðustu gerð. Arin í stofu.