

MOSFELLINGUR

13. tbl. 6. árg. föstudagur 19. október 2007. Dreift frítt inn á öll heimili og fyrirtæki í Mosfellsbæ, á Kjalarnesi og í Kjós



Hilmar Stefánsson handknattleiksmaður og María Rannveig Guðmundsdóttir knattspyrnukona

ÍÞRÓTTAMENN AFTURELDINGAR

Mynd/Magnús Már

EIGN VIKUNNAR

Litlikriki



219 m² einbýlihus við Litlakrika 26
Fokhelt, verð kr. 38,9 m.

Kjarna,
Pverholti 2
Mosfellsbæ
586 8080
www.fastmos.is

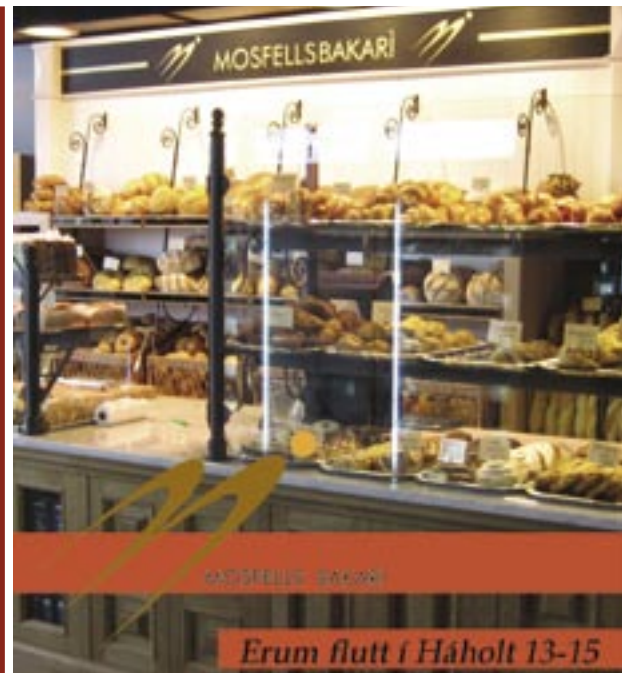


Sjá nánar á bls. 3

**Fasteignasala
Mosfellsbæjar**



Einar Páll Kjærnsted
Löggiltur fasteignasali



Erum flutt í Háholt 13-15

RÉTTINGAVERKSTÆÐI

Jóns B. ehf.

Flugumýri 2 Mosfellsbæ
Símar: 566 7660 og 697 7685
jonrett@internet.is



Vottað verkstæði

CABAS
tjónaskoðun

Þjónustuverkstæði - útvegum bílaleigubíla



MOSFELLINGUR

mosfellingur@mosfellingur.is
www.mosfellingur.is

Útgefandi: Mosfellingur ehf.
Álafossvegi 18, sími: 694-6426
Ritstjóri og ábyrgðarmaður:
Hilmar Gunnarsson
Blaðamaður: Ruth Örnólfsdóttir
Umbrot og hönnun: Mosfellingur
Prófkör: Hjördís Kvaran Einarisdóttir
Ljósmyndari: Magnús Már Haraldsson
Prentun: Prentmet, 3500 eintök

Aðsendar greinar skulu ekki
vera lengri en 500 orð.

**Mosfellingur kemur út að
jafnaði á þriggja vikna fresti.**

Næsta blað kemur út 9. nóv

Hvert er tákn bæjarins?

Nýleg afhjúpun friðarsúlunnar í Viðey vekur mann til umhugsunar um ýmislegt. Súlan er í alla staði frábær hugmynd og fjölgar hún á fyrirbærum sem vert er að skoða á

Íslandi. Menn muna eftir friðarsúlunni. Þá er mér hugsað um hvert er kennileiti Mosfellsbæjar. Eitthvað einstakt sem við ein höfum og engin annar. Við höfum jú fellin, fjöruna, Gljúfrastein,



Hilmar Gunnarsson, ritstjóri

Brúarland, Hlégarð, Stekkjarflöt og Kjarnann svo eitthvað sé nefnt. Auk þess sem við erum bæði ullar- og kjúklingabær. Svo erum við náttúrulega með nóg af hringtorgum. En hvað er það sem sker sig algjörlega úr og allir tala um í sömu andrá og minnst er á Mosfellsbæ? Það vantar smá ævintýramennsku í okkur, við þyrftum eins og eitt Keikó-ævintýri eða apa eins og í Eden. Ef við ætlum að koma Mosfellsbæ á kortið þá þarf svolítið djarfara hugmyndaflug. Ef einhver er með brilliant hugmynd þá mætti endilega varpa henni fram. Okkur vantar meiri sérstöðu.

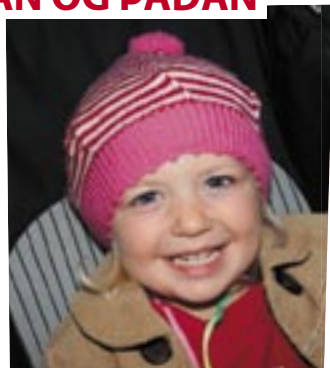


Í ÞÁ GÖMLU GÓÐU...

...þegar Leikfélag Mosfellsveitar setti upp sýningar sínar í Hlégarði og sýndi ítrekað fyrir fullu húsi. Veturinn 1983-84 setti leikfélagið upp Saumastofuna eftir Kjartan Ragnarsson í leikstjórn Þórunnar Sigurðardóttur. Uppsetningin hlaut eindóma lof og var farið með hana í leikferðalag til Uddevalla í Svíþjóð og Thisted í Danmörku, sem báðir eru vinabærir Mosfellsbæjar. Á myndinni eru f.v. Guðmundur Davíðsson, Helga Thoroddsen, Kristín Jóhannsdóttir, Guðrún Esther Árnadóttir, Guðný María Jónsdóttir, Valgerður Magnúsdóttir, Gunnhildur Sigurðardóttir og Páll Sturluson. Á myndina vantar Lárus H. Jónsson.



HÉÐAN OG ÞAÐAN



FERSKT BLÓÐ

Álafosskórinn vill bæta við sig fersku og áhugasömu söngfólki í allar raddir. Öflugt félagsstarf. Góður andi.

Upplýsingar gefur Helgi R. Einarsson
í síma 868-9790



www.fastmos.is
Sími: 586 8080

Kjarna, Þverholti 2
Mosfellsbæ

EINAR PÁLL KJÆRNSTED
Löggiltur fasteignasali



Klapparhlíð – 50 ára og eldri

"NÝTT Á SKRÁ" Vorum að fá í sölu 90,5 m², 2ja herbergja íbúð á EFSTU HÆÐ í 4ra hæð fjölbýli fyrir 50 ára og eldri. Þetta er vörðud lýtublokk með bískjalara. Íbúðin er björt og rúmgóð, eikarparket og flísar á gólfum og fallegar eikar innréttingar í eldhúsi, baði og svefnherbergi. Stór stofa og borðstofa og svalir eru yfirbyggðar og með glærhurðum sem hægt er að opna. Sundlaug, líkamsrækt og gólfvöllur, allt í göngufæri við húsið. Verð 31,5 m.



Hagaland - einbýlishús

"NÝTT Á SKRÁ" Vorum að fá í sölu 209,6 m² einbýlishús með bískúr við Hagaland 16 í Mosfellsbæ. Húsið er 154,1 m² á einni hæð ásamt 55,5 m² bískúr. Fjögur góð svefnherbergi, stór stofa og gott eldhús. Skríðskjallari undir húsinu. Falleg aðkoma og skjólgóður og gróinn garður. Verð 45,8 m.



Þrastarhöfði – 3/4 ra herb. + bílskúli

"NÝTT Á SKRÁ" Vorum að fá í sölu afar glæsilega 3ja til 4ra herbergja endaíbúð á efstu hæð í nýlegu 3ja hæða fjölbýli við Þrastarhöfða 5 í Mosfellsbæ. Íbúðin er mjög glæsileg, með eikar plankaparket og flisum á gólf, hnotu innhurðar og innréttingar hvítar í hnotu. Hér hefur hvergi verið til sparað – fráber staður, sundlaug, líkamsrækt, skóli, leikskóli, gólfvöllur og gönguleiðir rétt við húsið. Verð 33,2 m.



Þverholti – 4/5 herbergja

"NÝTT Á SKRÁ" Var að koma, 118,5 m², 4-5 herbergja íbúð á 2. hæð við Þverholti 9 í Mosfellsbæ. Íbúðin er með 3 góðum svefnherbergjum, en geymsla á gangi hefur einnig verið notað sem herbergi. Stór eldhús, sér þvottahús og góð stofa. Þetta er vel skipulögð íbúð á hagstæðu verði á miðbæjarsvæði Mosfellsbæjar. Verð 25,8 m.



Byggðarholti – 146,6 m² raðhús

Til sölu 122,2 m² raðhús á einni hæð ásamt 24,4 m² bískúr á fallegum stað við Byggðarholti í Mosfellsbæ. Falleg innrétting í eldhúsi sem er nýlega endurnýjað ásamt baðherbergi, 4 svefnherbergi, stór stofa, hol og gestasæmi. Solskál og stór og skjólgóður suðurgarður. Verð kr. 35,9 m.



Tröllateigur – 133,5 m² endaíbúð

Vorum að fá mjög glæsilega 3ja herbergja endaíbúð á jarðhæð í 4ra hæða lýtublokk með bílastæði í lokaðri bílageymslu við Tröllateig 20 í Mosfellsbæ. Íbúðin er mjög stór og rúmgóð, stór stofa og borðstofa, eldhús með fallegri eikarinnréttingu, tvö svefnherbergi, flísalaft baðherbergi og stórt þvottahús ásamt geymslum. Bílastæði í bílageymslu og tveir stórir geymslur. Þetta er topp íbúð á besta stað í húsinu. Verð 30,9 m.



Reykjavoll 41

"NÝTT Á SKRÁ" Vorum að fá í sölu einstakt 300 m² einbýlishús á í efstu hæðum Mosfellsbæjar, við Reykjavoll 41. Húsið er tvíhyft bjákahús á steyptum kjallara og er sérhannað fyrir hjón með 1-2 unglina. Tígnarleg aðkoma er að húsinu sem stendur eftir yfir byggðinni við Reyki. Snæfellsjökull, Esjan, Helgafell og Lágafell eru eins málverk af veröndinni. Húsið stendur á 7.017 m² eignarlóð með Reykjaborgina í bakgarðinu. Þessi eign er fyrir þá sem vilja mikil pláss og náttúru allt í kring. Verð 126,0 m.

Einbýlishúsaloðir í Mosfellsbæ

"NÝJAR LÖDIR Í SÖLU" Erum að selja síðustu einbýlishúsaloðirnar á svæði 3D í Leirvogstungu. Um er að ræða m.a. glæsilegar jaðarlóðir við Leirvogssánnu. Verð frá 13,5 milljónum með gatnagerðagjöldum. TILBOÐUM VERÐUR SVARAD INNAN 24 KLST. Þetta er eitt af fallegustu byggjandiðum á höfuðborgarsvæðinu, með Leirvogsa og Köldukvísi á sitt hvora hönd. Á svæðinu verða eingöngu byggð einbýli-, rað- og þarhús. Kynntu þér málið á www.leirvogstunga.is eða hafðu samband við okkur á Fasteignasölu Mosfellsbæjar.



Krókabyggð - Glæsilegt einbýlishús

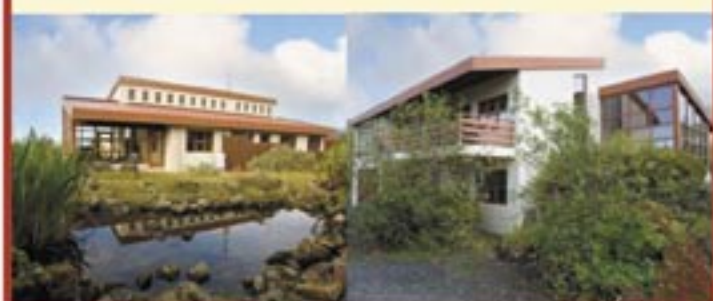
Erum með glæsilegt 325 m² einbýlishús á tveimur hæðum á skógvaxinni 2.000 m² eignarlóð rétt við Varmána í Mosfellsbæ. Í húsinu eru 5 svefnherbergi, 3 baðherbergi, stór og mikil stofa með ami, eldhús, þvottahús og geymslur. Lóðin er 2.000 m² skógvaxin eignarlóð og stendur húsið rétt við Varmána, en þar eru fráberar gönguleiðir og útivistarsvæði. Mjög falleg aðkoma er að húsinu, þar sem stórt bílapiplán og skógvaxið umhverfi lekur á móti þér. Þetta er reisulegt hús á einstakri lóð rétt við Varmána - eign sem vert er að skoða – þetta er eign sem vert er að skoða. Verð 84,0 m.



Ásar við Reykjavoll 16

"NÝTT Á SKRÁ"

Mjög glæsilegt einbýlishús á einstökum stað í jaðri byggðar með alveg svakalega fallegu útsýni við Reykjavoll í Mosfellsbæ. Húsið, sem er hannað af Sverri Norðfjörð, arkitekt er á þremur þöllum og með mikilli lofthæð. Fallegur og skjólgóður garður með litlri tjörn, timburvernd og lund. Stórar yfirbyggðar svalir með panorama útsýni. Þetta er einstök eign fyrir vandláta sem vert er að skoða. Verð 115,0 m.





Ragnheiður út, Hafsteinn inn

Ragnheiður Ríkhardsdóttir, fyrrverandi bæjarstjóri, hefur beðist lausnar sem bæjarfulltrúi í bæjarstjórn Mosfellsbæjar. „Að mínu mati fellur starf Alþingismanns ekki saman við starf bæjarstjórnarmanns. Ég hélt að ég gæti sinnt þessu hvoru tveggja en því er þannig háttað að tímasetningar Alþingis skarast á fundi bæjarstjórnar og ég er ekki þannig gerð að skrópa á einum stað fyrir annan. Fyrst ég var kosin til Alþingis þá met ég stöðuna þannig og ætla mér að sinna því hlutverki af alúð.“ Varamaður Sjálfstæðisflokks, Hafsteinn Pálsson, mun taka sæti Ragnheiðar í bæjarstjórn.



Athafnaland rís á Tungumelum

Verið er að byggja þjónustumiðstöð á Tungumelum við Vesturlandsveg. Melarnir eru austan við veginn, fljótlega eftir að ekið hefur verið framhjá afleggjaranum til Þingvalla. Svæðið var frá upphafi hugsað sem athafnaland, það er land sem er sérstaklega skipulagt fyrir fyrirtæki. Verkstæðishúsið er samtals 4400 m² að stærð og þar munu starfa um 80 manns. Fyrsti áfangi Tungumela sem nú hefur verið skipulagður er um 33 hektarar og er áætlað að uppbyggingu hans verði að fullu lokið árið 2012.

KIRKJUSTARFIÐ

www.lagafellskirkja.is



Eftu hrútarnir þrír ásamt eigendum sínum. Baddi á Hraðastöðum afhendir hjónunum á Morastöðum skjöldin eftirsóttá sem um er keppt.

Laufi Lubbason sigraði á hrútasýningu í Kjósinni Hrutapukl á Kiðafelli

Árleg hrútasýning fór fram á Kiðafelli í Kjós síðustu helgi. Hjónin Orri Snorrason og María Dóra Þórarinsdóttir áttu tvo efstu hrútana að þessu sinni en Morastöðunum sigraði að þessu sinni og hlaut alls 84 stig.

Laufi er undan Lubba frá Breiðabólstað. Í öðru sæti var líka hrútur frá Morastöðum sem nefnist Birkir og er líka undan Lubba. Birkir var með þykkasta bakvöðvann en allir voru þeir með 17,5 fyrir læri. Í þriðja sæti var svo Hóll frá Miðdal sem Andrea Guðmundsdóttir heldur í á myndinni lengst til vinstri.



Margt um manninn í fjárhúsinu að Kiðafelli þar sem menn þukluðu sem aldrei fyrr.



Hrutakaup. Lilla keypti hrút af Guðmundi í Miðdal og voru það einu kaupin sem vítað er um. Kaupverð fæst ekki uppgefið.



Dómararnir áttu vandasamt verk fyrir höndum. Á myndinni má sjá Sigurbjörn Hjaltason oddvita Kjósarhrepps, til hægri, rýna í tölurnar.

Helgihald Lágafellssóknar næstu vikur er sem hér segir:

Sunnudagurinn 21. október

TAIZE guðsþjónusta í Lágafellskirkju kl. 20. Óhefðbundið form, mikill söngur og falleg tónlist. Hjörleifur Valsson, fiðluleikari spilar. Sunnudagaskólinn í Lágafellskirkju kl. 13.

Sunnudagurinn 28. október

Messa í Mosfellskirkju kl. 11.

Sunnudagaskólinn í Lágafellskirkju kl. 13.

Fimmtudagurinn 1. nóvember

Allra heilagra messa, samvera að kvöldlagi í Lágafellskirkju kl. 20. Látinna minnst í tali og tónum.

Sunnudagurinn 4. nóvember

Lesmessa í Lágafellskirkju kl. 11 Ellen og KK syngja. Sunnudagaskólinn í Lágafellskirkju kl. 13.

Útgáfudagur nýrrar Biblíupýðingar er 19. október.

Komandi sunnudag verður nýja Biblíuútgáfan afhent söfnuðinum við hátíðlega athöfn í upphafi Taize (Teze) guðsþjónustunnar í Lágafellskirkju kl. 20.

SÓKN Í SÓKN

– LIFANDI SAMFÉLAG

Vertu með í sókninni!

Timburmenn - bestir á mánudögum!



Gluggar, hurðir, sumarhús og viðhald fasteigna

Byggingarfélagið Timburmenn býður vandaðar sérsníðaðar hurðir og glugga eftir þörfum verktaka og húsbyggjenda hverju sinni, ásamt þjónustu við mat á viðhaldi glugga og hurða eldri fasteigna. Ef þess er óskað skilum við gluggum og hurðum uppsettum og glerjuðum.

Timburmenn bjóða einnig áhugaverðan valkost í smíði sumarbústaða sem byggist á gamalli hefð í byggingarlist okkar Íslendinga. Sumarhúsið SPROTINN fer vel í íslenskri náttúru og er hluti af sögu okkar.

Timburmenn leggja áherslu á að veita fulla þjónustu vegna viðhalds á gluggum og hurðum eldri fasteigna með afmörkuðum verkþáttum:

1. Mati á viðhaldspörf.
2. Tilboð í glugga og hurðir skv. mati.
3. Sérsníði skv. óskum eigenda eða hönnuða
4. Úrtekning og ísetning nýrra glugga og hurða
5. Eftirfylgni og þjónusta eftir að verki er lokið



Við hjá Byggingarfélaginu Timburmönnum hvetjum eigendur eldri eigna, húsbyggjendur og verktaka til að leita tilboða og frekari upplýsinga um verð og gæði.





Tengsl við Kína

Snemma í vor kom boð frá Wei-Hai borg í Kína með ósk um að koma á tengslum við Mosfellsbæ. Það var samþykkt á fundi bæjarráðs að kanna möguleika á vinabæjartengslum og Mosfellsbær þáði boð borgarinnar og sendi Björn Þráin Þórðarson, sviðsstjóri fræðslu- og menningarsviðs, til að taka þátt í 20 ára afmæli borgarinnar og sýningu því tengdu. Nefnd frá Wei-Hai heimsótti síðan Mosfellsbæ á dögunum og er meðfylgjandi mynd tekin við það tækifæri þar sem Shao Yong Liang afhendir Stefáni Ómari Jónssyni bæjarritara gjöf frá Wei-Hai.



Fyrstu íbúar fluttir í Leirvogstungu

Framkvæmdir í Leirvogstungu eru komnar á gott skrið, hús rísa upp hvert á fætur öðru. Einbýlishúsalóðir eru nú nánast allar seldar og í vikunni voru síðustu lóðir settar á sölu, sem verða byggðar raðhúsum. Það er gaman að geta þess að fyrstu íbúar Leirvogstungu, Guðmundur og Þórhildur, fluttu inn um miðjan júlí í sumar, en þau byrjuðu byggingarvinnuna í febrúar. Upphaflega var gert ráð fyrir því að það tæki fjögur til sjö ár að koma öllum lóðunum í sölu. Í júlí á þessu ári var eitt ár liðið frá fyrstu skóflustungu og er þegar búið að bjóða til sölu megnið af lóðum hverfisins.



Nýjum atvinnuhúsalóðum undir Úlfarsfelli úthlutað á næstunni

Um 300 ný störf í Desjamýri

Áætlað er að um 280 ný störf verði til í Mosfellsbæ og að fyrirtækjum í bænum fjölgi um 10-20% við uppbyggingu atvinnusvæðis sem nú er hafin í Desjamýri. Boðnar er tíu misstórar atvinnuhúsalóðir og verða þær byggingarhafar 1. júní 2008.

Atvinnuhúsasvæðið í Desjamýri afmarkast til norðurs af landi Lágafells, til vesturs af iðnaðarhverfi í Flugumýri og til suðurs af fyrirhugaðri, framlengdri Skarhólabraut undir Úlfarsfelli. Heildarstærð skipulagsvæðisins er um átta hektarar.

Margar fyrirspurnir hafa borist

„Verkefni þetta hefur verið í vinnslu undanfarið ár og hefur verið vel vandað til verksins. Ég held að það megi búast við að þessar nýju atvinnulóðir verði mjög eftirsóttar þar sem mjög margar fyrirspurnir hafa borist um þær þó þær hafi ekki verið til úthlutunar fyrr en nú. Þetta eru lóðir á falletum stað í nálægð við alla þjónustu sem og með góða tengingu við Vesturlandsveginn.“ segir Haraldur Sverrisson bæjarstjóri.

Lóðunum verður einungis úthlutað til lögaðila og einstaklinga með



rekstur. Lögð verður áhersla á að starfsemin hafi sem minnsta sjónræna mengun í för með sér. Einnig að fjöldi starfsmanna verði sem mestur. Enn fremur mun skipta máli við úthlutun hvort starfsemin sé líkleg til að auka á fjölbreytni í atvinnumálum innan bæjarfélagsins og að byggingartími sé sem stystur.

Megináhersla verður lögð á góða heildarmynd hverfisins sem mun liggja að íbúðarsvæði og útivistarsvæðum og að tengja það eldra iðnaðarhverfi sem er þar fyrir.

Umsóknargögn og nánari upplýsingar má finna á mos.is eða í þjónustuveri Mosfellsbæjar.

Hausttónleikar

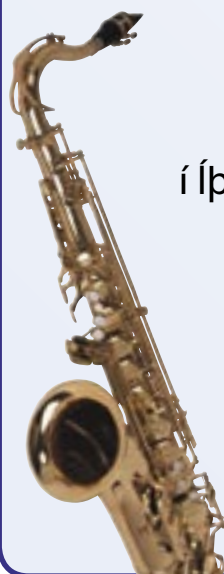
Skólahljómsveitar Mosfellsbæjar

í Íþróttahúsinu að Varmá

laugardaginn 20. október kl. 14.00

Árið 2007 eru 100 ár síðan norska tónskáldið Edvard Grieg lést. Hluti efnisskrárinnar verða því lög eftir Grieg og fleiri skemmtileg lög. Fram koma A, B og C sveitir og í lokinn leika allir saman hið sívinsæla Marsbúar cha-cha.

Aðgangseyrir kr. 1.000.- (frítt fyrir börn)




Þorlákshöfn!

Föstudaginn 26. okt. verður farið í heimsókn til eldri borgara í Þorlákshöfn og skoðað m.a. nýtt húsnæði félagsstarfsins á staðnum. Lagt af stað frá Hlaðhömrum kl. 13. Verð þ.e. akstur, kaffi og meðlæti er kr. 2.500. Skráning í síma 5868014 eftir hádegi.

Gönguferðir

Göngur á vegum Félags aldraðra í Mosfellsbæ eru á laugardögum frá kl. 11 f.h. Lagt er af stað frá Hlégarði og gengið í um klukkutíma.

ELDRI BORGARAR



LEIRVOGSTUNGA

sérbylí í sveit

Hafin er sala á nýjum lóðum í Leirvogstungu í Mosfellsbæ.

Lóðirnar eru fyrir þyrpingar þriggja til fjögurra raðhúsalengja. Með skipulagi þeirra er ætlunin að ná fram ákveðnum þorpsbrag og notalegu nábylí.

Á milli lóðanna verða sameiginleg græn svæði, hellulögð svæði og útivistarsvæði. Veglegt tómstunda- og leiksvæði með vönduðum yfirborðsfrágangi myndar miðu þyrpinganna.

Líttu á vefinn okkar WWW.LEIRVOGSTUNGA.IS

Draumalóðin þín gæti leynst hjá okkur.

Ertu að leita að lóð?



Nýtt Bólráð

Kosið var í nemendaráð félagsmiðstöðvarinnar Bólsins fyrr í vetur. Kosningarnar voru mjög spennandi og þeir sem að sigruðu í þeim kosningum og skipa hið alræmda Bólráð eru: Hinrik R. Helgason, Sunneva Mist Ingólfsdóttir, Ólafur Orri Gunnlaugsson, Gestur Þór Guðmundsson, Ásta Heiður Tómasdóttir og Stefánía Svavarsdóttir.



Forvarnarfræðsla í Varmárskóla

Forvarnarfræðslan Marita sem kallast „Eftirfylgni“ var mjög vel sótt af foreldrum og nemendum 10. bekkjar Varmárskóla. Fræðslan fyrir foreldra nemenda í 8. og 9. bekk kallast „Hættu áður en þú byrjar“ er varðar fræðslu um skaðsemi fíkniefna var einnig mjög vel sótt. Forvarnarfræðsla fyrir 6. bekk var frá „Blátt áfram“ það var leikbrúðusýning úr fræðslu-efninu „Krakkarnir í hverfinu“. „Krakkarnir“ lýsa á lifandi og sannfærandi hátt samskiptum milli þeirra sem eiga við vanda-mál að stríða og hinna sem eiga það ekki.



Uppfinningamenn

Tveir nemendur úr Varmárskóla þau Birta Jónsdóttir 6. ÁH og Stefán Már Jónsson 6. HMH tóku þátt í árlegri Vinnusmiðju Nýsköpunarkeppni grunnskóla-nemenda. Í ár bárust yfir 3000 umsóknir barna frá 50 grunnskólum víðsvegar um landið. Varmárskóli hlaut þann heiður að eiga nemendur í úrslitum keppninnar. Þau tóku þátt í vinnusmiðjunni sem fram fór í Foldaskóla í Reykjavík og útfærðu hugmyndir sínar. Birta var með hugmynd um lykla armband, sem kemur sér vel ef að maður er t.d. ekki með vasa en þarf að hafa hús-lykilinn með sér. Stefán Már var með hugmynd að skemmtilegum tölvuleik um Klikkhausaskólann.



Árleg uppskeruhátíð leikfélags Mosfellssveitar

Gylfinn afhentur

Þann 28. sept. sl. var Gylfinn veittur við hátíðlega athöfn á Ásláki. Gylfinn er árleg uppskeruhátíð leikfélags Mosfellssveitar og hefur verið haldinn frá því bæjarleikhúsið var tekið í notkun árið 1994. Að sjálfsöðgu ber þessi viðburður nafn hins eina sanna Gylfa Guðjónssonar sem hefur verið dyggur stuðningsmaður félagsins um árabil og fjallað fagmannlega um sýningar félagsins og fannst okkur því tilhlýðilegt að nefna þessi verðlaun eftir honum. Í ár var Gylfinn veittur tveimur félögum fyrir að vera hjartasta vonin en það eru þær Agnes Þorkelsdóttir Wild og Sigrún Harðardóttir, þær hafa starfað með félaginu frá unga aldri sjá nú um leiklistarnámskeið fyrir börn og unglinga.

Á myndinni eru stjórn Leikfélagsins (vantar Hrefnu Vestmann) ásamt handhöfum Gylfans en það er aftari röð f.v. Eva Björg Harðardóttir, Guðrún Esther Árnadóttir, Brynhildur Sveinsdóttir, Dóra Wild og Ólöf Þórðardóttir formaður.

Fremri röð Bóel Hallgrímsdóttir, Sigrún Harðardóttir, Agnes Þorkelsdóttir Wild og María Guðmundsdóttir.

Að lokum ber að geta þess að þann 20. okt. verður frumsýnt í Bæjarleikhúsinu barnaleikritið Allt í plati í leikstjórn Herdísar R. Þorgeirsdóttur og Ólafs Haraldssonar. Sýningar verða á laugardögum.



Agnes og Sigrún fengu Gylfann að þessu sinni en þær eiga framtíðina fyrir sér.



Ólafur Haraldsson, Lárus H. Jónsson og Ólöf Þórðardóttir á uppskeruhátíðinni.



Félagar úr leikfélaginu frumsýna á morgun barnaleikritið Allt í plati.

Viltu selja...

— hafðu samband —

Einar Páll Kjærnested • Löggiltur fasteignasali

Fasteignasala Mosfellsbæjar

Sími: **586 8080**
www.fastmos.is

Þverholti 2 • Mosfellsbæ

Atvinnuhúsalóðir undir Úlfarsfelli

Mosfellsbær býður nú glæsilegar lóðir fyrir atvinnuhúsnæði að Desjamýri sem er norðan undir Úlfarsfelli í Mosfellsbæ, austan við iðnaðarhverfið í Flugumýri. Mikið verður lagt upp úr því að nýta landkosti svæðisins og að byggð verði sem fallegust. Heildarstærð skipulagssvæðisins er um átta hektarar. Landið er með aflíðandi halla og boðnar verða tíu lóðir af þremur mismunandi gerðum.

Lóðum verður einungis úthlutað til lögaðila og einstaklinga með rekstur. Horft verður til eftirfarandi þátta við valið:

- ▶ Hvort umsækjandi er að byggja til eigin þarfa.
- ▶ Að starfsemin hafi sem minnsta sjónræna mengun í för með sér.
- ▶ Að fjöldi starfsmanna verði sem mestur.
- ▶ Að starfsemin sé líkleg til að auka fjölbreytni í atvinnumálum innan bæjarfélagsins.
- ▶ Að byggingartími sé sem stystur.

UMSÓKNARGÖGN MÁ NÁLGAST Í ÞJÓNUSTUVERI MOSFELLSBÆJAR Á 1. HÆÐ Í KJARNA, ÞVERHOLTI 2 EÐA Á HEIMASÍÐU MOSFELLSBÆJAR WWW.MOS.IS OG SKAL UMSÓKNUM SKILAÐ TIL ÞJÓNUSTUVERS FYRIR 15. NÓVEMBER 2007.



GÖTU-NÚMER	STÆRÐ LÓÐAR	HÁMARKS-STÆRÐ HÚSS
Desjamýri 1	7.420 m ²	2.970 m ²
Desjamýri 2	3.140 m ²	1.570 m ²
Desjamýri 3	8.580 m ²	3.430 m ²
Desjamýri 4	3.320 m ²	1.660 m ²
Desjamýri 5	8.780 m ²	3.510 m ²
Desjamýri 6	3.500 m ²	1.750 m ²
Desjamýri 7	8.780 m ²	3.510 m ²
Desjamýri 8	3.870 m ²	1.935 m ²
Desjamýri 9	7.010 m ²	2.800 m ²
Desjamýri 10	4.400 m ²	2.220 m ²



MOSFELLSBÆR

MOSFELLSBÆR ER ÖRT STÆKKANDI BÆJARFÉLAG OG ERU ÍBÚAR TÆPLEGA 8000 TALSINS. ALLS STAÐAR ER STUTT Í ÓSNORTNA NÁTTÚRU OG FALLEGT UMHVERFI Í MOSFELLSBÆ. Á NÆSTU ÁRUM ER FYRIRHUGUÐ MIKIL UPPBYGGING Í TENGLUM VIÐ NÝ ÍBÚÐAHVERFI Í BÆNUM. JAFNFRAMT ÞVÍ ER LÖGÐ MIKIL ÁHERSLA Á AÐ STUÐLA AÐ ÖFLUGRI ATVINNUUPPBYGGINGU.

WWW.MOS.IS

Alltaf nóg að gera í sveitinni

Á þeim 60 árum sem Málfríður Bjarnadóttir hefur búið hér í sveit hefur orðið bylting í sögu byggðarlagsins, íbúunum hefur fjölgað ört og sveitin hefur breyst í bæ. Það hafa væntanlega verið viðbrigði fyrir kaupstaðarstúlkuna eins og Fríðu, eins og hún er ávallt kölluð, að flytjast upp í sveit.

Bláðamanni lék forvitni á að vita hvernig hún aðlagðist sveitalífinu og það hana um að rifja upp með sér þennan tíma.

Læknisdóttir úr Hafnarfirði

„Ég fæddist í Hafnarfirði í janúar 1925, foreldrar mínir eru þau Helga Jónasdóttir og Bjarni Snæbjörnsson“ sagði Fríða. „Pabbi var læknir og læknastofan hans var heima. Ég ólst upp í hópi fimm systkina við mikið ástríki, við vorum öll á líkum aldri og oft líf í tuskunum. En það var líka töluvert aðhald.“

Eftir barnaskólanám í St. Jósefs-skóla lá leið mín í Flensborg og þaðan í Menntaskólann í Reykjavík. Árið 1944 útskrifaðist ég sem stúdent og hóf um haustið verklegt lyfjafræðinám í Reykjavíkurapóteki.“

Afdrifaríkur tími í Danmörku

„Eftir að hafa unnið í apóteki í rúmt ár fór ég til Kaupmannahafnar í framhaldsnám og lauk kandidatsprófi haustið 1950.“

Andrés Guðmundsson lyfjafræðingur frá Reykjum, sem ég hafði kynnst heima, var þarna í námi um leið og ég og í gegnum hann kynntist ég bróður hans, Jóni, sem síðar varð eiginmaður minn. Við Jón hittumst aftur sumarið 1949 og giftum okkur í Dómkirkjunni í október 1951. Þar með fluttist ég í Mosfellssveitina, að Reykjum, og hef verið hér síðan.“



Fríða og Jón ásamt börnum sínum, frá vinstri: Sólveig, Eyjólfur, Guðmundur, Helga, Bjarni Snæbjörn og Jón Magnús. Myndin er tekin árið 1975.

Blandaður búskapur á Reykjum

„Á Reykjum var þá stórbú, aðallega kýr en einnig kindur og hænsni. Jón var frumkvöðull á sviði alifugla-ræktar hér á landi, sérstaklega í kalkúnarækt og holdakjúklingarækt. Hann hafði stundað nám í alifugla-rækt í Bandaríkjunum og hafði mikinn áhuga á að efla þessa búgrein.“

Árið 1961 hættum við svo með kýr og fórum alfarið út í alifuglabúskap. Á tímabilinu 1952-1962 eignuðumst við börnin, fjóra stráka og eina stelpu og fyrir átti Jón eina dóttur sem heim-sótti okkur oft. Með stórt heimili var ekki um það að ræða að sækja vinnu utan heimilisins, vinnan mín var hér. Auk þess tók ég þátt í búskapnum eftir því sem við var komið, mitt verk var fyrst og fremst að vera í sambandi við ungakaupendur úti á landi.

Sumarið 1972 var mér boðin hlutavinna í Árbæjarapóteki sem þá var nýstofnað, og árið 1980 hóf ég störf í Mosfellsapóteki, þar sem ég starfaði til ársins 1993.

Mér fannst alltaf gaman í vinnunni, sérstaklega þegar lyfjagerð var hluti af vinnu í apótekunum.“

Góðar stundir í sveitinni

„Lífið í sveitinni var aðallega vinna en líka ágætar stundir með nágrönnum og sveitungum. Aðallega voru hér sveitabýli með garðyrkju eða búskap. Þéttbýli var kringum Álafoss og á Reykjalundi, þar til Holtahverfið fór að byggjast og svo fleiri uppúr því. Kvenfélag Lágafellssóknar starfaði af miklum móð, það voru skemmtanir og fundir, jólaböll og basarar, námskeið og hvaðeina. Miklið fjör og allar konur í sveitinni voru í kvenfélaginu.“

Við konurnar fórum sjaldan í bæinn, enda áttum við svo sem ekki



MOSFELLINGUR

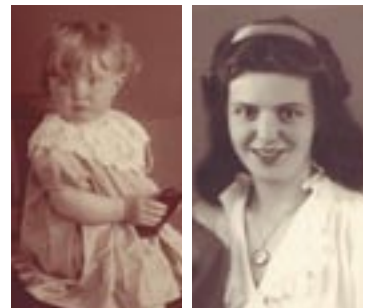
mörg erindi þangað, sérstaklega ekki eftir að Kaupfélag Kjalarnesþings var stofnað og auðveldara að kaupa matvörur og annað til heimilisins.“

Börnin aðal áhugamálið

„Á þeim árum sem börnin voru lítil voru þau aðal áhugamálið ásamt heimilinu. Jón var mikill hestamaður og aðal skemmtun okkar mörg fyrstu árin var að skreppa á hestbak tvö saman eða með vinum okkar. Það voru skemmtilegar stundir.“

Á seinni árum hefur bókbandið verið mitt áhugamál, en sá áhugi kviknaði með námskeiði sem Námsflokkarnir hér í sveit stóðu fyrir snemma á níunda áratugnum.

Jón var alltaf mjög áhugasamur um hreppspólitík og eftir að hann varð oddviti 1962 varð sú vinna æ umfangsmeiri. Það skapaði líka eril og fjör á heimilinu, síminn hringdi svo mikið að við fengum sér símalínu, hringingin var ein löng og tver stuttar, en þá voru oft margir bæir á sömu línu. Kannski má segja að Jón hafi helgað hreppsmálunum starfskrafta sína að miklu leyti, en hann var alltaf bústjórnandi hér heima og hafði góða starfsmenn. Fyrir framlag sitt til sveitarfélagsins var hann gerður að heiðursborgara árið 2000, árið sem hann varð áttæður. Árið 1972 hafði Jón afhent Halldóri Laxness sams konar viðurkenningu, en hann var fyrsti heiðursborgari Mosfells-hrepps.“



Á æskuárunum, tveggja ára og tvítug.

Breyttar aðstæður

„Já, tíminn líður hratt, við minnkuðum við okkur húsnæði fyrir um 13 árum síðan, gerðum ágæta íbúð á neðri hæðinni á Reykjum. Jón flutti svo sumarið 2006 á hjúkrunarheimilið Eir í Grafarvogi. Hann þurfti meiri aðhlynningu en unnt var að veita honum hér heima og þar er annast mjög vel um hann, en það væri ákjósanlega hefði hann getað verið í sínum heimabæ.“

Mér var mjög vel tekið hér í sveitinni þegar ég kom hingað fyrst. Ég hef ætíð kunnað vel við mig hér og mig hefur aldrei langað að búa annars staðar. Núna seinni árin verður mér æ oftar hugsað til frumbýlingsáranna, sérstaklega í ljósi allra þessara breytinga í sveitarfélaginu undanfarin ár. Þótt fyrstu árin væru oft erfið þá eru ánægjustundirnar fleiri, þegar litid er til baka,“ sagði Fríða að lokum.

Myndir: Ruth Örnólfs og úr einkasafni



Samsýning fjögurra listamanna

Femme í Listasalnum

Sýningin Femme stendur í Listasal Mosfellsbæjar til 3. nóvember. Listakonurnar sem standa að baki sýningunni eru þær Arna Gná Gunnarsdóttir, Jeannette Castioni, Kristjana Rós Guðjohnsen og Ólöf Dómhildur Jóhannsdóttir. Þær vinna í ólíka miðla en á áþekkan hátt. Kvenleiki er ekki langt handan við hornið. Velt er upp hugmyndum um samfélagslega pressu og tengingar manna á milli. Það má sjá áráttukennda endurröðun ólíkra efna með óvæntri útkomu. Hvernig eru kringumstæður okkar í þjóðfélaginu, hvar erum við, hvert erum við að fara og hvaðan erum við koma? Vonandi fást einhver svör við því.

Til sýnins verða málverk, innsetning, ljósmyndir og video. Allir eru velkomnir og aðgangur er ókeypis. Listasalur Mosfellsbæjar, Kjarna, Þverholti 2, er opin virka daga kl. 12-19 og laugardaga 12-15 og er í Bókasafni Mosfellsbæjar.



www.mos.is

MOSFELLSBÆR

Þverholti 2 • 270 Mosfellsbæ • Sími 525 6700 • Fax 525 6729

Ánægjustund einn eftirmiðdag í viku

Við leitum að áhugasömum og hugmyndaríkum einstaklingi til þess að mæta einn eftirmiðdag í viku, leiða bókaumræðu og kynna nýjar bækur á opnu húsi fyrir eldri borgara að Hlaðhömrum. Verkefnið er á vegum Bókasafns Mosfellsbæjar í samvinnu við starfsmenn þess og félagsstarf eldri borgara.

Áhugasamir hafi samband við Mörtu Hildi í Bókasafninu s. 566 6822.

Hægt er að nálgast nýjasta eintak Mosfellings á eftirfarandi stöðum:

Þjónustuveri Mosfellsbæjar
Draumakaffi
www.mosfellingur.is

ARISTÓ ARISTÓ ARISTÓ ARISTÓ ARISTÓ ARISTÓ ARISTÓ

Aristó hárstofa er orðin 4 ára

Af því tilefni verður **20% afsláttur** af SEBISTIAN LAMINATES COLOR CARE

sjampó + næringum vikuna 22. - 27. okt.



Þessa sömu viku ætlar Bára að bjóða upp á **20% afslátt af strípum.**

Erum byrjaðar að taka niður pantanir fyrir jólin.



Hlökkum til að sjá ykkur! - Guðrún, Inga Lilja, Jónheiður, Íris, Bára og Hrefna



Pórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg.
fasteignasali

Axel Axelsson
Frankvæmdast.

Björn Þór
Hannesson
Sölufulltrúi
865 6565

Vilhlem
Guðbjartsson
Sölufulltrúi
661 7497

Sjöfn
Finnbjörnsdóttir
Sölufulltrúi
848 5309

Garðar
Skarphéðinnsson
Sölufulltrúi
893 0082

Högni Kjartan
Þorkelsson
Sölufulltrúi
692 9532

Anton Máni
Svansson
Sölufulltrúi
615 0005

Jóhannes Kristján
Guðlaugsson
Sölufulltrúi
659 7579

Þór E.
Pálsson
Sölufulltrúi
846 9433

Vilbergur
Gestsson
Sölufulltrúi
659 9945



Smábýli 5, Kjalarnes

Frábært tækifæri Bókið skoðun síma 865 6565

Smábýli 5 úr landi Skrauthóla á Kjalarnesi. Um er að ræða ca. 5,8 hektara (með byggingarrétti) fyrir einbýlishús og t.d. hesthús á fallegum stað undir hlíðum Esjunnar. Landið hallar lítið eitt til vesturs og er mikið og fallegt útsýni frá landinu út á sundin og að Reykjavík.

Petta er frábært tækifæri fyrir þá sem vilja búa rétt við bæjarmörkin en með alla þjónustu í 10 mínútna akstursfjarlægð. Er leigt út sem beitarland í dag. Gott land á besta stað með marga möguleika.

Björn Þór
Hannesson
Sölufulltrúi
865 6565
bth@remax.is



Pórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg. fasteignasali



4ra herb.

Kristnibraut 37, 113 Reykjavík

Hringdu núna og bókaðu skoðun! Högni 6929532

Verð: 25.470.000
Herb. 3ja
Stærð: 140,4 fm.
Brunab.: 21.950.000

Flísalögð forstofa með fataskáp. Hjóna-herbergi með tvöföldum fataskáp. Tvö svefnherbergi með fataskápum. Herbergi eru flísalögð. Eldhús með flotttri innréttingu, borðkrókur, flísalagt í hólfi og gólf. Baðherbergi með innréttingu, baðkari, flísalagt í hólfi og gólf. Úr stofu er útgengt á suður svalir, glæsilegt útsýni. Allir skápar og innréttingar eru í stíl. Þvottaherbergi innan íbúðar, með vinnubekk og vaski, flísalagt í hólfi og gólf. Í sameign er stór geymsla. Flísalagður 27,8 fm bílskur.

Högni Kjartan
Þorkelsson
Sölufulltrúi
692 9532
hogni@remax.is



Pórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg. fasteignasali



Reykjahvoll, 270 Mosfellsbær

Hringdu núna og bókaðu skoðun! Högni 6929532

Frábærar útsýnislóðir að Reykjavöl í Reykjavær í Mosfellsbæ. Stærð lóða er frá 762 fm - 1300 fm. Ásett verð er 14.000.000,- (án gatnagerðargjalda)

Högni Kjartan
Þorkelsson
Sölufulltrúi
692 9532
hogni@remax.is



Pórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg. fasteignasali



3ja herb.

Rósarimi, 113 Reykjavík

Hringdu núna og bókaðu skoðun! Högni 6929532

Verð: 21.990.000
Herb. 3ja
Stærð: 80,8 fm.
Bygg.ár: 1995

Góð 3ja herb. íbúð íbúð með séringngangi af svölum að Rósarima, 112 Reykjavík. Nánari lýsing: Gengið er inn í forstofu með fatahengi, náttúruflísar eru á gólfi. Eldhús með finni innréttingu, barborði, borðkrók, flísar eru á gólfi. Stofan er björt, ljóst parket er á gólfi, útgengt er á rúmgóðar svalir. Baðherbergi með sturtu, gert er ráð fyrir þvottavél/purrkara, flísar eru á gólfi og á vegg að hluta. Rúmgott hjónaherbergi með miklu skáplássi í föstum skáp. Svefnherbergi með föstum fataskáp, sama parket sem er á stofunni er á gólfi í báðum herbergjum. Geymsla er í sameign.

Högni Kjartan
Þorkelsson
Sölufulltrúi
692 9532
hogni@remax.is



Pórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg. fasteignasali





Ólafur S.
Guðmundsson
Sölufulltrúi
899 1020



Hrönn
Ingólfssdóttir
Sölufulltrúi
692 3344



Óli Gísli
Sveinbjörnsson
Sölufulltrúi
822 8283



Aðalbjörg
Angantýsdóttir
Skrifstofustjóri

**FRÍTT VERÐMAT
FYRIR SÖLU**

Hringdu núna

412 3300

RE/MAX
Þing

ERTU Í SÖLUHUGGLEIÐINGUM ?

Mig bráðvantar eftirfarandi eignir á skrá fyrir ákveðna kaupendur:

- ▶ Rað/parhús 90 fm og stærra (helst með bílskúr)
- ▶ 2-3 her. permaform íbuð
- ▶ 2-3 her. íbuð fyrir eldri borgara
- ▶ 2-4 her. íbuð með sérinngangi (eða sérinngangi af svölum)

Spurðu mig um **FRÍTT VERÐMAT PLÚS** í samvinnu við:



Högni Kjartan
Þorkelsson
Sölufulltrúi
692 9532
hogni@remax.is



HRINGDU NÚNA
692 9532

Þórarinn Arnar
Sævarsson
Lögg. fasteignasali



Sölufulltrúar óskast !

- ▶ Ertu heiðarleg/ur og hefurðu mikinn metnað ?
- ▶ Mjög háar tekjur fyrir rétt fólk.
- ▶ Skipulögð þjálfun og kennsla.
- ▶ Brennandi áhugi á fasteignum skilyrði !

Sendið upplýsingar um menntun og fyrri störf á mos@remax.is

Ertu viss um að fasteignin þín sé að fá framúrskarandi þjónustu ?
Ertu viss um að fasteignin þín sé rétt verðmetin ?

- Við notum eingöngu atvinnuljósmyndara
- Við auglýsum eignina þína með áberandi hætti
- Við sýnum alllaf eignina þína
- Við bjóðum upp á frítt verðmat fyrir sölu
- Við útbúum vandaða eignamöppum um fasteignina þína
- Við höldum opið hús fyrir þig

FRÍTT VERÐMAT FYRIR SÖLU

ERUM MEÐ KAUPENDUR AÐ EIGNUM Í MOSFELLSBÆ,
ER EIGNIN ÞÍN SKRÁÐ HJÁ OKKUR ?

Hringdu núna

412 3300



Gareth áfram með stelpurnar

Knattspyrnudeild Aftureldingar hefur endurnýjað samning sinn við Gareth O'Sullivan, þjálfara meistaraflokks kvenna til tveggja ára. Hann gekk til liðs við Aftureldingu fyrir ári síðan og hefur þjáfað stelpurnar síðan með frábærum árangri. Meistaraflokkur kvenna stóð sig frábærlega á liðnu sumri undir stjórn Gareth. Undir hans stjórn fór liðið beint upp í úrvaldsdeild á sínu fyrsta keppnisári.



Kristján Finnboga bauð í pizzaveislu

Kristján Finnbogason, markvörður KR, heimsótti strákana í 3. flokki í fótboltnum fyrr í sumar í léttu spjalli. Þá hét hann því að hann myndi gefa þeim pizzaveislu ef KR-ingum tækist ekki að sigra Landsbankadeildina í sumar. KR-ingum gekk vægast sagt illa í deildinni í sumar og strákarnir voru því ekki lengi að rukka Kristján um pizzurnar. Kristján stóð við stóru orðin og heimsótti strákana á dögnum og kom aldeilis færandi hendi.



Laugardaginn 6. október var mikil íþróttahátíð að Varmá

Uppskeruhátíð Aftureldingar

Laugardaginn 6. október var Uppskeruhátíð Aftureldingar haldin. Um morguninn var haldin íþróttahátíð fyrir 10 ára og yngri þar sem krökkunum gafst tækifæri til að prófa allar íþróttagreinir sem stundaðar eru hjá Aftureldingu. Var mikið fjör og gaman eins og myndirnar bera með sér. Krakkarnir fengu viðurkenningar skjöl og vatnsbrúsa í lokin.

Kl. 14 hófst svo verðlaunaafhending og íþróttakarlar og -konur deilda valdar. Hápunktur dagsins var svo þegar tilkynnt var hverjir væru íþróttamaður og íþróttakona Aftureldingar 2007. Dagurinn tókst í alla staði mjög vel og vill aðalstjórn Aftureldingar koma sérstökum þökkum á framfæri til unglinganna sem aðstoðuðu við íþróttahátíð yngri krakkanna með glæsibrag.



Íþróttamenn Aftureldingar María Rannveig og Hilmar. Bæði hafa þau verið máttarstólpar í liðum sínum á síðustu leiktíð og komist upp um deild. María í fótboltnum og Hilmar í handboltnum.



Stjórn handknattleiksdeildarinnar hlaut starfsbikar UMFÍ



Ragnheiður Sigurðardóttir þjálfari og Egill Þorsteinsson gjaldkeri sunddeilda með verðlaunahöfum.



Sveinbjörg Lúðvíksdóttir formaður körfuknattleiksdeilda ásamt verðlaunahöfunum í körfunni.



Myndir/Ólína



Pétur Magnússon, vinnuþjarkur Aftureldingar, ásamt Jóni Pálssyni formanni Aftureldingar

Afturelding leikur í íþróttafatnaði frá Jako

NAMO ehf.
þverholti 2
Kjarna



símar: 566-7310 og 896-0131 namo@namo.is

Hrefna Valdemarsdóttir hefur saumað út í sama dúkinn í yfir þrjátíu ár

Saumaskapurinn tók tímana tvenna

„Ég fékk hugmyndina í dönsku blaði“ sagði Hrefna, er blaðamaður náði af henni tali. „Ég keypti mér efni í dúk og hafði hann ávallt uppi við heima og notaði hann sem gesta-bók. Fólk skrifaði nöfnin sín, þó ekki oftast en einu sinni, og svo með reglu-legu millibili tók ég mig til og saum-aði í þau með hinum ýmsu litum, oftast en ekki notaði ég tímann og fór í fótabað í leiðinni. Í þetta hafa farið yfir þrjátíu ár og ég hef haft virkilega gaman að þessu.“

Handavinnukona frá Varmadal

Hrefna sem er fædd á Leirubakka í Landsveit en alin upp í Varmadal á Kjalarnesi er kjördóttir hjónanna Valdemars Guðmundssonar og Elísabetar Þórðardóttur. Hún ákvað að sauma sjálfan bóndabæinn í dalnum í miðjuna á dúkinn en það var Freysteinn Jónsson, eiginmaður Hrefnu, sem teiknaði hann upp.

Hrefna hefur haft gaman af ýmis-konar handavinnu frá fermingu og er hvergi hætt þó komin sé á nírað-isaldur. Eftir hana liggja ógrynnin öll af hvers konar handavinnu, svo sem stólar, veggteppi af stærstu gerð, ótal milliverk í sængurverasett, margar fallegar myndir og jóladúkar, svo fátt eitt sé talið upp.

„Hins vegar hef ég aldrei verið mik-ið fyrir að þrjóna, hekla eða sauma á saumavél, þó ég hafi nú alltaf átt slíkt verkfæri,“ segir Hrefna.

Hrefna með dúkinn góða sem hundruð nafna prýðir sem hún hefur saumað út í.



Ánægð með lífið á Hlaðhömrum

„Ég tók upp á því á miðjum aldri að fara að læra bókband, því að það var til svo mikið af gömlum óinn-bundnum bókum á heimilinu sem lágu undir skemmdum, og hafði ég ekki síður gaman að því en að sauma, og fyrr en varði var ég komin á kaf í það og batt inn nánast allt sem

ég náði í, svo að fjölskyldunni þótti nóg um.“

Hrefna býr í íbúðum aldraðra að Hlaðhömrum og líkar þar vel og segir starfsfólkið hvert öðru yndislegu, og segist hvergi annarstaðar vilja eyða ævidögum.

RÖ



Stefanía sigraði söngkeppni Bólsins

Söngkeppni Bólsins fór fram föstudaginn 12. október. Bólið var troðið af unglingum sem að þyrsti í að fá að heyrast í þeim huguðu einstaklingum sem að tóku þátt að þessu sinni. Í keppni voru sex atvöð og er mjög ánægjulegt að segja frá því að þau voru öll mjög frambærileg. Skemmt er frá því að segja að veitt voru verðlaun fyrir fyrstu tvö sætin. Annað sætið hlutu ungar og mjög efnilegar stelpur sem að skipuðu dúettinn M&M. Fyrsta sætið hlaut aftur á móti Stefanía Svavarsdóttir sem að söng lagið Fever og gerði það án undirspils. Hún fékk aftur á móti áhorfendur til að smella fingrum með sér sem að skapaði góða stemningu. Stefanía fer því fyrir hönd Bólsins í undankeppni Samfés sem að haldin verður að þessu sinni í Vogum 9. nóvember næstkomandi.

N1-DEILDIN Í HANDKNATTLEIK

AFTURELDING - HAUKAR Í KVÖLD KL. 20

MÆTUM AÐ VARMÁ OG STYÐJUM STRÁKANA

Taktu 14. nóvember frá

...því þá verður
bókmenntakvöld í Bókasafninu



Bókasafn Mosfellsbæjar

www.mos.is/bokasafn
Ópið virka daga kl. 12-19 og laugardaga kl. 12-15

Opið

allan sólarhringinn

Við erum við Esso stöðina Háholti / Mosfellbæ, Reykjavíkurvegi Haf. og í Bæjarlind Kóp.

- miðstöð bílaunnenda!

Fyrir þá sem hugsa vel um bílinn sinn! Sími 544 4540



Ávaxtastund á morgnana

Tekin hefur verið upp sú nýjung að hafa ávaxtastund á morgnana í Varmárskóla. Nemendur geta einnig keypt mjólk en vatn er í boði fyrir alla. Nemendur í 1. og 2. bekk fá ávextina sér að kostnaðarlausu. Alls konar ávextir eru í boði. Ávaxtastundirnar eru gríðalegar vinsælar eins og sjá má á myndinni.



Handverksýning Lágafellsnemenda

Nú er í gangi sýning í Norræna húsinu þar sem nemendur Lágafellsskóla eru með verkefni til sýnis sem og aðrir skólar. Þessi verkefni voru unnin á vorönn 2006 í Lágafellsskóla. Þetta eru litlir nálapúðar saumaðir með gamla íslenska krossaumnum. Þar er einnig til sýnis mörg falleg verkefni sem fleiri skólar hafa gert. Einnig er sýning í menningarmiðstöðinni Gerðubergi, þar sem lengra komið fagfólk er með listaverk sín til sýnis



Ferð 10. EJ til Kaupmannahafnar

Nemendur úr 10. EJ Varmárskóla lagði af stað til Kaupmannahafnar þann 20. september. Hópurinn samanstóð af 16 nemendum og tveimur fararstjórum, þeim Guðlaugu Ósk dónsku- og stærðfræðikennara og Sædísí Gísladóttur móður eins drengjanna úr hópnum. Gist var á Danhostel á Amager sem var alveg til fyrirmyndar og ekki skemmd um hverfið fyrir. Að sögn fararstjóranna voru nemendur skólanum og Mosfellsbæ til mikils sóma.

Aukin áhersla á Staðardagskrá 21

Á árunum 1999 til 2002 var unnið kappsamlega að umhverfismálum undir merkjum Staðardagskrár 21 hér í Mosfellsbæ. Bærinn var þá í flokki með þeim sveitarfélögum sem best stóðu sig í þessum málum. Sett var framkvæmdaáætlun um hvernig sveitarfélagið ætlaði að ná markmiðum um sjálfbæra þróun. Áætlunin snýst um lífsgæði fyrir okkur í nútímanum og fyrir afkomendur okkar.

Eins og alþjóð veit er þetta málefni okkur Vinstri grænum sérlega hug-



leikið. Því var það áhersluatriði hjá okkur að taka það inn í málefnaþætti þegar við mynduðum meirihluta með Sjálfstæðismönnum í bæjarstjórn.

Nú á næstu dögum verður svo ráðinn starfsmaður hjá bænum, sem mun m.a. sinna málefnum Sd 21. Hann verður annars vegar tengiliður bæjarfélagsins við bæjarbúa og félagagönguviku sem haldin er á hverju hausti, auk verkefnisins „Hjólalað í vinnuna“.

að halda uppi fræðslu og ráðgjöf um umhverfismál og sjálfbæra þróun í bæjarfélaginu og vera auk þess að hvetja bæjarbúa til góðra verka á þessu sviði.

Við bæjarbúa getum glaðst yfir því að mega eiga von á að blásið verði lífi í verkefnið „Vistvernd í verki“ og að Mosfellsbær taki þátt í Evrópskri samgönguviku sem haldin er á hverju hausti, auk verkefnisins „Hjólalað í vinnuna“.

Jóhanna B. Magnúsdóttir, formaður fjölskyldunefndar og stjórnar-
maður í Félagi vinstri grænna Mosfellsbæ

Aðsendar greinar

Greinum skal skila inn með tölvupósti á netfangið mosfellingur@mosfellingur.is og skulu þær ekki vera lengri en 500 orð. Greinum skal fylgja fullt nafn ásamt mynd af höfundi. Skiladagur er fimm dögum fyrir útgáfudag

MOSFELLINGUR

KEMUR NÆST
ÚT 9. NÓV

ALLT hefur áhrif ... líka þú !!!

Holl og góð næring hefur áhrif á andlega og líkamlega líðan allra, hvort sem er í leik eða starfi. Kyrrseta og sá tími sem börn og unglingar eyða fyrir framan sjónvarp og tölvur hefur aukist og tekið við af úti- og hreyfileikjum. Með aukinni kyrrsetu eykst oft neysla skyndibita, sælgætis og sætra drykkja.

Í Mosfellsbæ er núna starfandi stýrihópur fyrir verkefnið „ALLT hefur áhrif – einkum við sjálf“ sem er samstarfsverkefni Lýðheilsustöðvar og Mosfellsbæjar. Eitt af hlutverkum hópsins er að auka þá þætti í umhverfinu sem stuðla að heilbrigðum lífsstíl bæjarbúa. Við gerum það m.a. með því að auka aðgengi og jöfnuð barna og fjölskyldna þeirra að hreyfingu og hollu mataræði.

LÝÐHEILSUHORNID

Hvar stendur Mosfellsbær? Samkvæmt mælingum Heilsugæslugæslustöðvar Reykjavíkur** eru börn í Mosfellsbæ með 3. hæsta BMI* stuðulinn sem þýðir að 23% allra grunnskólabarna í Mosfellsbæ eru yfir kjörþyngd.



Brynja Hlíf og Skarphéðinn

Ástæða ofþyngdar er yfirleitt mjög einföld formúla; við borðum meira en við brennum. Til að sporna gegn þessari þróun þurfa allir að vinna saman; bæjarfélagið, skólarnir, íþróttafélögin og síðast en ekki síst, fjölskyldurnar.

Foreldrar geta **hvaft** börn sín til að stunda daglega hreyfingu, t.d. með því að láta börnin ganga til og frá skóla/

vina og **leiðbeint** þeim með að velja það holla fram fyrir það óholla, það eru jú foreldrar sem sjá um innkaupin.

F.h. stýrihópsins; Halla Heimisdóttir, mastersnemi í Lýðheilsufræði.

SPARI:

- = 5 sykurmolar
- = 12 sykurmolar
- = 14 sykurmolar
- = 9 sykurmolar
- 1 diskur = 7 sykurmolar
- ½ L af Kók = 25 sykurmolar

VELJID FREKAR:

- AB-mjólk með niðurskornum ávextum
- = 0 sykurmolar
- = 0 sykurmolar
- 1 diskur = 1 sykurmoli
- vatn = 0 sykurmolar

Munið þó hinn gullna meðalveg. Varist boð og bönn og leitist frekar við að veita börnum ykkar stuðning. Sýnum samstöðu í verki ... Mosfellsbær í góðu formi :)

*BMI = kg/m²

** Heilsugæslan nær yfir 7 heilsugæslustöðvar í Reykjavík, 5 miðstöðvar á Heilsuverndarstöð Reykjavíkur. Einnig Mosfellsdæmi, Seltjarnarnes og Kópavog

ALLT HEFUR ÁHRIF - EINKUM VIÐ SJÁLF

Hvaðan kemur auður Orkuveitunnar?

Nú þegar deilur standa sem hæst um Orkuveitu Reykjavíkur og aðgang að auðlindum Íslands hvarflar hugurinn óhjákvæmilega til Mosfellsbæjar en þar hvílir í iðrum jarðar eitt stærsta lág-hitasvæði landsins.



gæta eiga auðlindarinnar í umboði almennings.

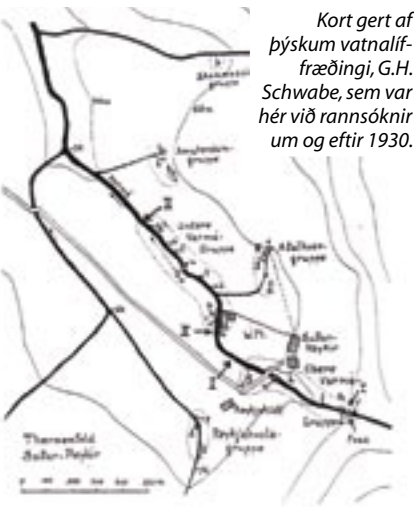
Það er kaldhæðnislegt að það sveitarfélag sem drýgstan skerf leggur til hitaveitu á Reykjavíkursvæðinu njóti þess í engu umfram önnur sveitarfélög. Þvert á móti situr það uppi með ókostina sem eru hitaveitaskúrar Orkuveitunnar með tilheyrandi ónáði fyrir íbúa, náttúrugersemar s.s. gróðurssæll heitur jarðvegur og hverir eru horfnir af yfirborði jarðar, Varmáin sem hægt var að baða sig í er orðin jafn köld og rigningin og til að kóróna allt hitt er skipulagsmálum stjórnað af bæjaryfirvöldum sem gleymt hafa jarðsögunni, atvinnusögunni og menningarsögunni sem öll á sér þó uppsprettu í heita vatninu. Dómur sögunnar virðist blasa við.

Uppspretta um 60% af heitu vatni sem Reykvíkingar nota er í Mosfellsbæ. Hitaveita Reykjavíkur keypti verðmætustu vatnsréttindi landeigenda um 1935 á verði sem borgarstjórn Reykjavíkur óx á sínum tíma í augum, þ.e. 150 þúsund kr. Fáir áttuðu sig þá á því verðmæti sem fólst í jarðhitinum. Í dag rennur auðlindin án viðkomu í bæjarsjóði Mosfellsbæjar um hitaveitulagnir Reykjavíkur.

Hitaveitan á sennilega stærstan þátt í velmegun höfuðborgarbúa og því sanngirnismál að leiðrétta hlut Mosfellsbæjar. Þetta óafturkræfa afsal á endurnýjanlegum auðlindum og sú staða sem Mosfellsbær er í núna, þ.e. að vera ekki einu sinni meðeigandi í Orkuveitu Reykjavíkur, ætti að vera þörf áminning þeim sem

hitaveitaskúrar Orkuveitunnar með tilheyrandi ónáði fyrir íbúa, náttúrugersemar s.s. gróðurssæll heitur jarðvegur og hverir eru horfnir af yfirborði jarðar, Varmáin sem hægt var að baða sig í er orðin jafn köld og rigningin og til að kóróna allt hitt er skipulagsmálum stjórnað af bæjaryfirvöldum sem gleymt hafa jarðsögunni, atvinnusögunni og menningarsögunni sem öll á sér þó uppsprettu í heita vatninu. Dómur sögunnar virðist blasa við.

Í sumar sóttu Varmársamtökin um styrk til Orkuveitu Reykjavíkur til að hefja jarðhitasögu sveitarfélagsins til vegs og virðingar með sýnilegum



Kort gert af þýskum vatnalíf-fræðingi, G.H. Schwabe, sem var hér við rannsóknir um og eftir 1930.

hætti á yfirborði jarðar. Umsókninni var hafnað. En burtséð frá því.

Sala á heitavatnsréttindum í Mosfellsbæ ætti að geta orðið öðrum sveitarfélögum á suðvesturhorninu sem víti til varnaðar.

Sigrún Pálsdóttir íbúi í Mosfellsbæ og stjórnarmaður í Varmársamtökunum

Mikilvægi samstillingar heilahvela fyrir börn

Hemi-Sync er hljóðtækni sem rannsókuð hefur verið í 47 ár af Monroe stofnuninni í Bandaríkjunum í samvinnu við marga virta háskóla, geðlækna, lækna, kennara, verkfræðinga og fleiri bæði innan og utan Bandaríkjanna. Hemi-Sync nýtist fólki og ekki síst börnum með



hverskyns námsörðugleika, ofvirkni, athyglisbrest, einhverfu, lesblindu og heilalömun (cerebral palsy).

Hemi-Sync samstillir heilann samtímis því að breyta bylgjulengd og mynstur. Athyglin verður einbeittari, minni eykst og fólk hvílir betur meðan það sefur en svefn er mjög mikilvægur þáttur í öllu námsferli.

Hemi-Sync hjálpar einhverfum börnum að ná samhæfingu skynsviða. Einhverf börn eiga í erfiðleikum með að vinna úr taugaboðum og upplýsingum frá einu heilahveli til annars. Árangursríkt námkrefstnotkun á báðum heilahvélum og sama

gildir um góð samskipti.

Til að ná árangri í stærðfræði þarf að bera kennsl á mynstur og rúm ásamt því að hafa gott minni og gott tak á notkun tákna. Sérhvert námsatriði sem vel tekst til við snertir bæði hægri og vinstri hluta heilans. Því er það svo mikilvægt að samstillja hann.

Áhrif beta tíðninnar á heila barna með athyglisbrest og/eða ofvirkni (ADD) eykur eftirtekt og minnkar á sama tíma hvatlyndi og ofvirkni þeirra. Hin samvirku áhrif skapa ýmiskonar örvun sem hefst í heilaberk og fer yfir í randkerfið þar sem tilfinningum okkar er hrundið af stað.

Metamúsik með Hemi-Sync myndar einnig hjálpað lesblindu fólki og þeim sem lesa hægt þar sem bæði atriðin tengjast villu í tíma-setningu milli heilahvelanna. Þegar við lesum eru flestir góðir lesendur með vinstra heilahvel virkt á tíðninni 13 rið og miðlungs mögnun.

Lesblindir á hinn bóginn hafa tilhneigingu til að vera með 10 riða tíðni sem er alfa tíðni og fremur háa mögnun þó sumir þeirra hafa óvenjulega lága mögnun.

Litli-heili þeirra sem eru lesblindir hefur enn ekki lært samhæfingu og tímasetningu sem tengist innra jafnvægi líkamans. Svo virðist sem samhæf blanda tónsmíða með yfirtónum á beta-tíðni og Hemi-Sync ívafi auðveldi nauðsynlega samstillingu heilans fyrir einbeitta athygli. Tónlistarumhverfi hjálpar til við að læra af röggsemi fremur en af erfiðismunum. Hemi-Sync hjóðdiskar eru nú loks fáanlegir hér á landi í vefversluninni www.puls.is. En þar er einnig að finna aðrar heilsutengdar vörur.

Þýtt og endursagt úr grein eftir Carmen Montoto, leiðbeinenda frá Monroe stofnuninni

Lilja Petra Ásgeirsdóttir

ORÐIÐ ER LAUST...

Hér gefst lesendum kostur á að láta skoðanir sínar í ljós í stuttu máli. mosfellingur@mosfellingur.is



Of hátt bensínverð

Það verður að segjast eins og er að bensínverðið er orðið allt of hátt. Það er skammarlegt hve hátt það er orðið og nú er kominn tími til að ríkið hugsi sinn gang hvað sinn hlut í bensínverðinu varðar og eins hvort enn þrífist samráð meðal bensíninnflytjendanna. Ennfremur vantar alla samkeppni í Mosó. Það er ótrúlegt að bensínverðið í Borgarnesi og á Selfossi sé lægra en hér í Mosó. Hvað er eiginlega í gangi?

Björk



Katta og hundahald

Það er ekkert hægt að ekki séu skýrari reglur um katta- og hundahald hér í bænum. Það er skýrt að hundar eigi að vera í bandi en hvað með kettina? Af hverju er ekki tekið almenninga á því að eigendur katta fari með þá út að ganga í bandi eins og hudaðeigendur er ætlað? Hvar er sanngirnin í þessu máli? Hefur bærinn myndað einhverja ákveðna stefnu um þessi máli? Það þyrfti að koma upp álíka sektarkerfi vegna vanrækslu katta og hundaeigendur þurfa að sæta.

Jóhannes



Herbalife - frábær næring!

Viltu léttast? Viltu þyngjast? Fá meiri orku? Pantaðu frían sýnishornapakka. Skin Activator snyrtivörur og fleira.

Guðbjörn Sigvaldason

Sjálfstæður Herbalife dreifingaraðili Sími 692 3878 - 566 7738

Pantaðu á Netinu → www.heilsufrettir.is/bjossi

Vilt þú gefa persónulega jólagjöf í ár?

Er með silkidamask rúmföt og ef þú vilt gera þau enn fállegri láttu þá setja upphafsstafina, einnig merkt handklæði, fliðhúfur og derhúfur.

Flottar gjafir fyrir öll telfni. Merki flest allan fatnað.

Þróttafólk þar sem allir eru í eins galla - afhverju ekki að setja nafnið í gallann? Endilega hafið samband við mig eftir kl. 17 á daginn í síma 5579315 eða á ragnaros@simnet.is



Fyrsti áfangi byggingarhæfur

Allar lóðir í fyrsta áfanga Helgafellslands eru nú orðnar byggingarhæfar og framkvæmdir við fyrstu fjölbýlishúsin hafnar. Mosfellingar munu því fljótlega verða varir við miklar breytingar þegar horft er upp til Helgafells.

Vinna við deiliskipulag fjórða áfanga Helgafells er í gangi og er gert ráð fyrir að henni ljúki öðru hvoru megin við áramót. Helgafellsbyggingar sem standa að uppbyggingunni, segja sölu lóða hafa gengið hraðar en áætlad var og nú séu þrjár af hverjum fjórum lóðum seldar.

Mosfellsbær sýknaður

Héraðsdómur Reykjavíkur hefur sýknað Mosfellsbæ af kröfu fyrrum starfsmanns um vangreidd laun. Einu og hálfu ári eftir að starfsmanninum var sagt upp störfum gerði hann kröfu um vangreidd laun. Starfsmanninum var sagt upp störfum þegar hann mætti ekki til vinnu eftir veikindahlé og sinnti ekki tilmælum um að framvísa að nýju læknisvottorði.



HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

SENDU OKKUR LÍNU...

MOSFELLINGUR

mosfellingur@mosfellingur.is



Stóðréttir á Reykjum

Það viðraði vel á hesta og menn í árlegum stóðréttum á Reykjum. Réttirnar eru alltaf haldar á haustdögum í minningu Ragnars Björnssonar. Eins og endranær ríkti góður andi á meðal allra sem á staðnum voru og er þessi árlegi haustviðburður þeirra Reykjabænda iðulega vel sóttur. Riðið var frá Reykjum og upp á Reykjafell og máttu smalar hafa sig alla við að þessu sinni við að koma öllum hrossum af fjalli.



Það var ekki hægt að kvarta yfir útsýninni af toppi Reykjafells.



Bræðurnir og mamma. Jónði, Bingi, Ásta og Jóhann Óskar.



Réttar stúlkur



Kristinn, Einar, Silli, Gunnar, Jónas og Helgi létu sig ekki vanta í réttirnar á Reykjum.



Stelpurnar í sólskinsskapi á réttardegi

OKTÓBER

Kafbátur mánaðarins

BMT

...með öllu því grænmeti sem við höfum upp á að bjóða

SUBWAY

6 tommu bátur

kr. 299

Gildir í okt. 2007
Gildir ekki með öðrum tilboðum
Gildir ekki í Stjórnunáli



Hreyfing, hollusta og hamingja í Lágafellsskóla

Heilsuáttak í skólanum

Heilsuáttak stóð yfir í Lágafellsskóla í vikunni sem Vigdís Steinþórsdóttir skólahjúkrunarfræðingur stóð fyrir og kynnti nemendum, foreldrum og starfsfólki skólans.

Áttakinu var vel tekið og kepptust nemendur við að standa sig vel. Það felst í þremur þáttum, hreyfingu, hollustu og hamingju. Með því að hjóla eða ganga í skólann auka nemendur hreyfingu sína, að borða hollt og gott nesti sem inniheldur meira af grænmeti og ávöxtum efla þeir heilsuna og að hvílast nægjanlega mikið miðað við aldur eykst vellíðan og úthald.

Nemendur og starfsfólk hafa verið dugleg við að taka þátt í heilsuáttakinu. Bekkir skrá niðurstöður á degi hverjum, t.d. hvernig þeir komu í skólann, hvað þeir komu með í nesti og hversu mikinn svefn þeir fengu. Í lok áttaksins verður síðan skoðað hvaða bekkur stóð sig best í þessum þáttum. Nemendur vinna síðan úr niðurstöðum sínum í tölvutímum og setja upp í töflur.

Markmiðið með áttakinu er að hreyfing, hollusta og hamingja verði að lífstíl okkar allra.

EJ



MOSFELLINGUR

KEMUR NÆST ÚT 9. NÓV

WWW.MOSFELLINGUR.IS - MOSFELLINGUR@MOSFELLINGUR.IS

World Class í Mosfellsbæ



Nýtt 8 vikna áttaksnámskeið hefst miðvikudaginn 31. október

Lokaðir hóptímar þriðjudaga og fimmtudaga kl. 6:20 og laugardaga kl. 9:00

Mikið aðhald, góð fræðsla og stuðningur



Nánari upplýsingar í síma 566 7888

World Class Laugum, Spöng, Í húsi Orkuveitunnar og í Mosfellsbæ

www.worldclass.is

Heyrst hefur...



...að Kalli Tómm sé að selja húsið sitt í Álafoskvosinni.

...að Lilla sé orðinn fjárbóndi, með um 20 kindur í Helgadal.

...að Chelsea aðdandi númer eitt á Íslandi, Palli „kjúklingur“ Ásmunds sé farinn að halda með Arsenal.

...að búið sé að segja upp starfsfólkinu í þvottahúsinu á Reykjalundi ásamt nokkrum vaktmönnum. Fólk sem hefur unnið þarna í heilu áratuginu.

...að Hilmar Harðar hafi farið holi í höggi á 1. braut Hlíðarvallar fyrir nokkrum dögum.

...að Þóra í Atlanta sé að byggja sér villu í Skálahlíð

...að Jói Ben verði þritugur á morgun. Hann tekur við heillaóskaskeytum í síma 698-8683.

...að bráðum verði tekið í notkun nudd og spa í Lágafellslaug.

...að mexíkanski matsölustaðurinn Taco Bell sé væntanlegur á Kentucky sem viðbót við KFC staðinn sem fyrir er.

...að fyrrum feegurðardrottningin Unnur Steins sé búin að kaupa lóð í Leirvogstungu.

...að Maggi 270 hafi eldað ofaní Yoko

...að bloggðólgurinn Valdi Sturlaugz fari mikinn á netinu

...að KK og Ellen syngi í messu í Lágafellskirkju þann 4. nóv

...að Toppform opni í Lækjarhlíð í byrjun desember.

...að Magga Vald og Ormar séu að fara að gifta sig þann 27. okt í Lágafellskirkju.

...að Gunni á hjólinu sé farinn að vinna í Krónunni.

...að það sé hættulegt að hjóla undir áhrifum áfengis.

...að María í leikfélaginu sé að slá í gegn í Næturvaktinni. Eigum við að ræða það eitthvað?

...að það séu 24 stundir í einum sólarhring

...að Bingi og Lotta ætli að gifta sig næsta sumar

...að verðlaunin Gylfinn séu skirð í hausinn á hinum eina sanna ökukennara Gylfa Guðjóns.



Lárus tekur við rausnarlegri gjöf Kiwanismanna.

Lárus Jónsson styrktur til helgarferðar til London

Gamall draumur rætist

Lárus Jónsson hefur lengi barist við MS-sjúkdóminn og er bundinn hjólastóli. Lárus er þrátt fyrir það alltaf léttur í lundu og stutt hjá honum í grínið. Lengi hefur staðið til hjá honum að fara til London og sjá knattspyrnu-leik. Á dögnum fékk hann veglegan styrk frá Kiwanisklúbbum Geysi ásamt því að fleiri hafa lagt honum lið. Lárus fer ásamt góðum félögum til Bretlandseyja þann 9. nóvember að sjá leik Manchester United og Blackburn. Það er hægara sagt en gert að ferðast milli landa í hjólstól en nú loks ætlar hann að láta slag standa.

Lárus vill koma á framfæri þakklæti til þeirra sem hafa lagt honum lið og vonast til að ferðin verði hin ánægjulegasta. Fyrir þá sem vilja styrkja Lárus til ferðarinnar er bent á reikning 0549-14-602755 og kt. 311255-5849. Á myndinni tekur Lárus við 100.000 kr. ávísun úr höndum Jóns Eiríkssonar forseta Geysis. Með á myndinni er bróðir Lárusar og ferðafélagi Ríkharður Jónsson.

Í eldhúsinu

HJÁ BJÖRK

Suðrænn fiskiréttur

„Þetta er frábær fiskiréttur og einfaldur, hann er alltaf annaðslagið í matinn hjá okkur og þykir alltaf jafn góður.“

4 meðalstór ýsuflök
2 bollar hrísgrjón
1 bakki sveppir
1 stór dós ananasbitar
8 msk majones eða léttmajones
3 tsk karrý
salt og pipar
2-2,5 dl ananassafi
1 poki rifinn ostur

Hrísgrjónin soðin, ýsuflökin roðflett og skorin í hæfilega bita, krydduð með salti og pipar og léttsteikt á pönnu uppúr olíu. Smyrjið hæfilega stór eldfast mót með smjöri eða olíu, setjið hrísgrjónin í botninn og raðið steiktum fiskinum þar ofan á. Skerið sveppina í sneiðar og raðið þeim og ananasbitunum ofaná fiskinn.

Sósan:

Majones og karrý hrært saman og ananassafi ca 2,5 dl settur út í smá

Stöku sinnum

Mosfellingi barst þetta skemmtilega kvæði úr ljóðakveri sem von er á fyrir jólin.

Generalt er gott design gulli betra en analisering. Ekkert er á við góða bæn einn ég tek mig til og syng.

Akademían simetrísk röt er ekki vandans. Það dugar ekki að nota písk Björninn er maður andans.

Gunnar Helgason

FEDGAR

SKYLDLEIKADÁLKURINN



Guðjón Haraldsson
Vinnuvælastjóri



Leifur Guðjónsson
Gröfukarl



skömmum og hrært saman þar til úr verður þunn sósa hellið sósunni yfir réttinn og loks er rifinn ostur settur yfir allt saman. Bakað í 175°C heitum ofni í 20-30 mín. Meðlæti: ferskt salat



NUTRITIVE fyrir veturinn!!!

Hvort sem hárið er frá náttúrunnar hendi heilbriggt, þurrt eða mjög þurrt, verður það alltaf fyrir skaðlegum áhrifum s.s. frá sól, hárburkum, mikilli hárburstun, veðri og vindum. En rétt eins og húðin þá þarf hárið að fá jafnt næringu og vörn gegn utanaðkomandi áreyti. NUTRITIVE línan býður upp á sjampó, næringu og mótunarlinu fyrir eðlilegt, þurrt og mjög þurrt hár sem næra og vernda hárið.

Verið velkominn á Pílus og fáði ráðleggingar við val á vöru þér sem hentar.

Ragnhildur, Sesselja, Lucí, Erna, Ingibjörg, Carmen, Eyrún og Katrín.

PÍLUSRÁÐ

fyrirspurnir sendist á pilusehf@simnet.is

KÉRASTASE
P A R I S

Opið: mánudaga, þriðjudaga,
miðvikudaga og föstudaga 9-18,
fimmtudaga 9-19 og laugardaga 9-14



Pílus
Hársnyrtistofa

Tímapantanir
í síma 566 60 90

Pílus hársnyrtistofa - Kjarna - Þverholti 2 - Sími 566 6090

30% AFSLÁTTUR

AF SÓTTUM PIZZUM

	9"	-30%	12"	-30%	16"	-30%	18"	-30%
1. MARGARITA Pízzusósa, ostur, oregano	730	511	1090	763	1390	973	1500	1050
2. BÆJARINS BESTA Pízzusósa, ostur, pepperone, laukur, hvítlaukur, grænir pipar, grænir ólífur, parrmessanostrur, ananas	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
3. KJÖTVEISLA Pízzusósa, ostur, nautahakk, skinka, pepperone	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
4. MILANO Pízzusósa, ostur, pepperone, sveppir	1050	735	1590	1113	1990	1393	2200	1540
5. SUPRIME Pízzusósa, ostur, nautahakk, skinka, pepperone, sveppir, paprika, laukur, ananas	1530	1071	2340	1638	2890	2023	3250	2275
6. SALVA Pízzusósa, ostur, skinka, pepperone, sveppir, laukur, grábaostur	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
7. HAWAII Pízzusósa, ostur, skinka, ananas	1050	735	1590	1113	1990	1393	2200	1540
8. PEPPERONE Pízzusósa, ostur, pepperone, laukur, ananas	1050	735	1590	1113	1990	1393	2200	1540
9. PIZZA GRÆN Pízzusósa, ostur, sveppir, þistilljörta, hvítlaukur, paprika, tómatar, grænir ólífur	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
10. OSTAVEISLA Pízzusósa, ostur, piparostur, grábaostur, camembert (þerjasúttu fylgir með)	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
11. PIZZA HAFSINS Pízzusósa, ostur, sveppir, túnfiskur, krækisgúr, reikjur, hvítlaukur	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
12. PISA Pízzusósa, ostur, pepperone, sveppir, piparostur	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
13. AMERICANA Pízzusósa, ostur, nautahakk, sveppir, paprika	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
14. EXTRA PEPPERONE Pízzusósa, ostur, hvítlaukur skammtur af pepperone, auka ostur	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
15. MEXICO Pízzusósa, ostur, nautahakk, gular baunir, jalapeno, paprika, laukur	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
16. GRÆNMETISPIZZA Pízzusósa, ostur, sveppir, laukur, paprika, tómatar, gular baunir	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
17. NAPOLI Pízzusósa, ostur, skinka, sveppir, paprika, hvítlaukur	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
18. 270 Pízzusósa, ostur, skinka, sveppir, aspás, piparostur	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
19. ETNA Pízzusósa, ostur, pepperone, sveppir, laukur, ferskur chili, jalapeno, svartur pipar	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
20. ROMA Pízzusósa, ostur, skinka, ananas, beikon	1210	847	1840	1288	2290	1603	2550	1785
21. PSR Pízzusósa, ostur, pepperone, sveppir, rjómaostur, sv. ólífur, sv. pipar	1370	959	2090	1463	2590	1813	2900	2030
22. KRYDDPIZZA (kryddbrauð) Ólífuolía, ostur, kryddblanda	730	511	1090	763	1390	973	1500	1050
23. HVÍTLAUKSPIZZA Ólífuolía, ostur, hvítlaukur, hvítlaukskrydd	730	511	1090	763	1390	973	1500	1050



Meistaradeildin
og enski boltinn
í beinni



SPURNING TIL BÆJARBUA

Hvað finnst þér um
bensínverð í Mosó?



SIGRÚN ÞÓRARINS:
Ekki búin að kynna mér það.



KRISTINN:
127.2 er of mikið!!!



KRISTÍN:
Allt of dýrt.



MAGNÚS ÞÓR:
Það er þolanlegt.



GVENDUR Á HVIRFLI:
Þjóðarskömm og meðí.



HERMANN:
Bara fínt.



Þríamígós



Fannar og Fjóla



Hress í Krónunni



Allir hressir?



Zooolander



Bent á Bránd



Gísli, Eiríkur og Helgi



Hola



Skari Purple og strákarnir

HVERJIR VORU HVAR?

Allar myndir eru vel þegnar - mosfellingur@mosfellingur.is



Fræknar frænkur



Daði búinn að finna hattinn



Flott í tauinu



Sparibrosið



Svart og hvítt



Allt í guddí



Harðir í horn að taka



Mundinn og Guðfríður



KR hvað?



Dúndurstuð



Stjáni svekkaldur



Löggan mætt á pleisið



Watzzzzup



Daddara....



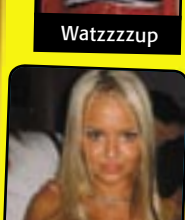
Hilmir hönk



varalitur.is



Koparinn



Nýjasta tíska



88 gengi

JÚMBOYS



STJÖRNULIÐ Í BOLTANUM

GAMLAR HANDBOLTAKEMPUR MÆTTAR AFTUR

TVÍFARAR



SÆVAR SÍKÁTI



ÞESSI GAUR

SECRET

Ég fór að velta því fyrir mér, þar sem ég er nú þekkt fyrir að vera djúp sem Þingvallavatn, hvað maðurinn virkar sérkennilega.

Svo að þú fylgir mér eftir, kærri lesandi, ætla ég hér að staldra við og taka dæmi. Fyrr á þessu ári herjaði allsherjar alheimsvakning, vítsmuna-sprengja! Og að sjálfsgöðu þegar ég tala um alheiminn er ég að tala um nafla veraldar, sweet America.

Oprah lokkaði okkur að skjánum og vildi þar með umturna lífi okkar svo stórkostlega að ekkert biði okkar minna en eilífðar hamingja og vellystingar. Jú, mikið rétt, það hafði uppgötvast - THE SECRET!

Litla afsprengi fyrirheitna landsins, lille Island, lét flytja inn leyndarmálið í skipsförum og eyddum við hér fúlgum fjár í að fræðast meira um þennan NÝJA og spennandi hlut. Þar var ég engin undantekning, forseti leynifélagsins EKÁ. (Félag sem samanstendur af trúgjörnum og einföldum unglingsstelpum sem bera nöfnin Erla, Kara og Ásta.)

Þar hittumst við stúlkurnar yfir kaffibolla, svo spenntar yfir nýju bókinni okkar að hún fylgdi okkur hvert fót, eins og púddelhundur í Prada-veski. Staðráðnar í að nú yrði allt sem hugar okkar girtust, okkar! Strákurinn skal verða minn! (Því að sjálfsgöðu beindust flestar okkar langanir að hinu apakyninu);)

EKKERT FÉKK MIG STOPPAÐ!

Það var þá, sem hjartgóður stórvinnur minn tók málin í sínar hendur, hristi mig til óbóta og opnaði augu mín fyrir stöðu mála: Þetta er allt það nákvæmlega sama og okkur hefur verið kennt frá blautu barnsbeini!

Bókin sem ekki þarf að flytja inn með tollaálagningu Eimskipa og liggur svo hentuglega í náttskúfunni þinni (takið eftir að ég bý á Árbæjarsafni) ber nákvæmlega sama boðskap: Þú uppskerð eins og þú sáir.

Þetta fékk mig óneitanlega til þess að hugsa hvort selja meg okkur hvað sem er svo lengi sem réttu umbúðirnar prýða pakkann?

Spurning hvort ég hringi í Opruh vinkonu mína og fái hana til að selja þessa uppvakningu mína til heimsbyggðarinnar og bjóða ykkur svo öllum til veislu fyrir ágóðann? ;)

Kara Hergils

SMÁAUGLÝSINGAR

FRÍTT FYRIR EINSTAKLINGA

Lítill leiguíbúð óskast

Reyklaust þar með barn óskar eftir lítilli íbúð á góðu verði. Skilvísunum greiðslum heitið. Upplýsingar í síma 690-0402 Ingibjörg

Vantar íbúð til leigu

Óska eftir tveggja herbergja eða stúdíóíbúð til leigu, má gjarnan vera á Kjalarnesi eða í Mosfellsdal. Reykleysi, reglusemi og skilvísni heitið. Upplýsingar í síma: 868-6829

Hef hafið störf í World Class Mosfellsbæ. Einkatímar og hópatímar. Tímapantanir í s. 821 7255.



Herbert Pedersen, ACE einkapjálfi.

VEISLUGARÐUR

Hlégarði

s. 566 - 6195

Fyrirtæki sem auglýsa í Mosfellingi stuðla að því að þú fáið blaðið frítt inn um lúguna.

ÍSHAMAR

Alhliða trésmíði

Álafossvegur 27 - s. 586 8356 (verkstæði) - fax 586 8357 s. 894 0006 (Gunnar) - ishamar@ishamar.is



BLÓM GLEÐJA

Hlin Blómahús

Mosatorgi, Mosfellsbæ - S. 566 8700



Kaffi- og veitingahús - Háholti 12 - S. 586 8040



Viltu betri heilsu? Leitaðu til ráðgjafa með reynslu

Ragnheiður Jóhannsdóttir
Hertalífe ráðgjafi í Mosfellsbæ
Sími: 889 9913
betriheilsa.is/ragga, raggasj@gmail.com



BOLTINN Í BEINNI



ÍSKALDUR AF KRANA



OPIÐ ÖLL KVÖLD



**Bestu pizzurnar
í bænum**

PVERHOLT 2 - KJARNI

MOSFELLINGUR

GK
Snyrtistofa

Kjarna
Pverholti 2
Sími: 534 3424

Lúðrasveit á landsmóti



Landsmót skólalúðrasveita var haldið á dögum og tóku 34 hljóðfæraleikarar þátt fyrir hönd Skólahljómsveitar Mosfellsbæjar. Krakkarnir í B-sveit lögðu land undir fót og fóru í skemmtilega ferð á Höfn í Hornafirði. Skólahljómsveitin heldur sína árlegu hausttónleika á morgun, laugardaginn 20. október kl. 14 að Varmá.

Mynd/Daði bór

aðeins eitt hús eftir



Litlikriki - raðhús

Glæsilegt og vel skipulagt 280 fm raðhús á tveimur hæðum og frábæru útsýni. Húsið afhendist fullbúið að utan en fókelt að innan. Afhending í nóv. 2007
Mótandi ehf. Traustur Byggingaraðili
V. 36,2 m.



Háholt

Glæsilegar 85-94 fm. íbúðir í nýju fullfrágengnu fjölbýli við Háholt í Mosfellsbæ. Húsið er klætt steinflisum að utan og mjög vandaðar hellulagnir og frágangur á lóð. Íbúðir skilast með vönduðum innréttingum. Frágangur góður.



Klapparhlíð

Ný á skrá. Falleg 91 fm. íbúð á 3. hæð í glænýju fjölbýli fyrir 50 ára og eldri. Sér inngangur og vönduð gólfefni auk innréttinga. Stórar svalir í suður. Opið í eldhús úr stofu. Eitt rúmgótt svefnherbergi. Lyfta. Topp frágangur.
V. 26,9 m.



Suður-Reykir

Vel staðsett 253 fm. einbýli inn við Reyki í Mosfellsbæ. Mjög stór 2800 fm. lóð. Húsið hannað af arkitekt. Sólfallur og mjög stór bílskur. Fjögur góð svefnherbergi. Tvö baðherbergi. Arinn. Björt stofa. Stórt eldhús. **Tilboð í eignina óskast.**



Litlikriki

Fjögur raðhús á einni hæð með mikilli lofthæð á frábærum stað efst í hlíðum Litlakrika. Húsin eru 207 fm og afhendast tæplega tilbúin til innréttinga auk timburverandar.

Verð frá 41 millj.



588 55 30

Pétur Pétursson
löggiltur
fasteignasali
897-0047

Grétar J. Stephensen
löggiltur
fasteignasali
861-1639



Akraland

Mjög mikið endurnýjað 214 fm 2ja hæða einbýli í landi Akra í Mosfellsbæ. Í húsinu eru vandaðar innréttingar og tæki. Húsið er á fallegum stað inn við Reyki fyrir botni dalsins. Stutt í óspillta og ósnortna náttúru. Stór 1700 fm. eignarlóð.



Pverholt - á tveimur hæðum

Mjög rúmgóð 160 fm. íbúð á tveimur hæðum við Pverholt í Mosfellsbæ. Fimm svefnherbergi. Eldhús með nýrri innréttingu frá HTH og nýjum eldhústækjum. Góð stofa og baðherbergi.



Stórikriki ein/tvibýli

Glæsilegt 340 fm einbýlishús með samþykktir aukaíbúð á frábærum stað efst í Stórakrika. Húsið skiptist í 280 fm aðalíbúð á tveimur hæðum auk 60 fm íbúðar (2ja herb.) með sér inngangi. Húsið skilast fullbúið að utan og fókelt að innan.



Byggðarholt hagstætt verð

Vel skipulögð og innréttað 159 fm íbúð í 2ja hæða raðhúsi. Íbúðin skiptist í þrjú svefnh, fallegt baðherbergi m/hornbaðkari, rúmgott eldhús og sólfall með skjólveggjum. Falleg íbúð.

V. 31,5 m.