

MOSFELLINGUR

10
ÁR
2002-2012

15. TBL. 11. ÁRG. FIMMTUDAGUR 29. NÓVEMBER 2012 DREIFT FRÍTT INN Á ÖLL HEIMILI OG FYRIRTÆKI Í MOSFELLSBÆ, Á KJALARNESI OG Í KJÓS



ÍÞRÓTTAMENN AFTURELDINGAR

Lára Kristín Pedersen og Wentzel Steinarr Ragnarsson Kamban

Mynd/RagnÓla

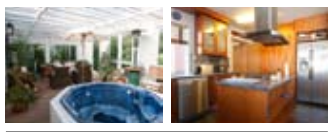
EIGN VIKUNNAR

www.fastmos.is



Ásholt - glæsilegt einbýlishús

Glæsilegt 321,8 einbýlishús á tveimur hæðum með fallegum garði. Aðkoma er að húsinu á efri hæð, sem skiptist í forstofu, hol, stóra stofu með arni, eldhúsi, þvottahúsi, þrjú svefnherbergi, baðherbergi og gestasalerni. Á neðri hæð er sér inngangur, forstofa með gutubáði og sturtu, 30 m² herbergi, stíggangur upp á efri hæð og tvö gluggalaus rými samtals ca. 60 m². 28 m² sólskáli með heitum potti. **V. 64,9 m.**



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

Fasteignasala Mosfellsbajar



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



MICHELIN GÆÐAVOTTÐ VERKSTÆÐI:
LANGITANGI 1A - MOSFELLSBÆ - SÍMI: 440 1378

N1

Meira í heimasíðu

Mosfellingurinn Sigrún Breiðfjörð Magnúsdóttir snyrtifræðingur

Breytt viðhorf til lífsins eftir móðurmissi

»22



Erum að undirbúa jólin

RÉTTINGAVERKSTÆÐI Jóns B. ehf

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

Þjónustuverkstæði
útvegum bílaleigubíla



Ný
CABAS
þjónaskoðun



MOSFELLINGUR

www.mosfellingur.is • mosfellingur@mosfellingur.is

Útgefandi: Mosfellingur ehf., Spóahúsið 26, sími: 694-6426
Ritstjóri og ábyrgðarmaður: Hilmar Gunnarsson
Ritstjórn: (bládamenn og ljósmyndarar)

Anna Ólöf Sveinbjörnsdóttir, annaola@mosfellingur.is
 Ragnar Þór Ólason, raggjola@mosfellingur.is
 Ruth Órnólfsdóttir, ruth@mosfellingur.is

Prentun: Landsprent. Úttag: 4.000 eintök

Dreifing: Íslandsþóstur.

Umbrot og hönnun: Mosfellingur ehf.

Prófkör: Ingibjörg Valsdóttir

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

Mosfellingur kemur út að jafnaði á þriggja vikna fresti.

Næsti Mosfellingur kemur út 20. desember



Hilmar Gunnarsson, ritstjóri Mosfellings

Höldum þjónustunni uppi

Hvað getum við lagt af mörkum til að þjónusta geti þrífist hér í bæ? Við getum t.d. farið í klippingu á hárgreiðslustofunum, getum skipt um dekk á dekkjaverkstæðinu, fengið okkur með kaffinu í Mosselsbakarí, prentað jólakortin í Artpro, náð okkur í fisk í Fiskibúðinni, keypt jólaþjónu í Basicplús, farið á jólahlaðborð í Hlégarði, keypt jólaþráttir í Bymos, fengið okkur pizzu á Rizzo, farið á jólaeikrit

í Bjarleikhúsinu, fundið jólagjafir í Handverkshúsinu, farið út að borða í Álafoskvos, farið í dekur á snyrtistofunum, keypt sælgtí í sjoppunum, fengið okkur drykk á Hvíta Riddarunum, verslað í Blómabúðinni, gert við bílinu í Flugumýri, náð okkur í lopa í Álafosbúðinni, nýtt okkur verktaki hér innanbæjar, sótt tónleika og viðburði sem eru í boði, stunda líkamsrækt, farið í sund og meira að segja keypt okkur hús og bíl. Hnú fyrir jólin. Ef við viljum að fyrirtæki og þjónusta geti þrífist í bjarfélaginu okkar þá er það undir okkur komið. Verslun í heimabyggð!



Kjöllli frá Ísflugli
 langflettastur

www.isflugli.is

Í ÞÁ GÖMLU GÓÐU...

Auður Sveinsdóttir Laxness. Fædd 30. júlí 1918. Látn 29. október 2012. Í minningu Auðar valdi ég brot úr kveðju Ólafs Ragnarssonar, bókauktgefanda og góvinnar, á 80 ára afmæli hennar.

Gestríni er Auði í blóð borin og er gesti ber að garði tófrar hún fram glæstar veitingar að því er virðist án fyrirhafnar. Þess bessa hef ég notið í ótöldum heimsóknum mínum til þeirra hjóna Halldórs og Auðar jafnt í Gljúfasteini sem í íbúð þeirri er þau áttu til skamms tíma að Fálkagötu 17 í Reykjavík. Þeir voru ekki fáir þjóðarleiðtogarnir og frammámennirnir út ýmsum heimshornum sem sóttu þau hjón heim á Gljúfastein á meðan mest var umleiks þar á bæ. En heimilið var líka opið sveitungum í Mosfellsveit, múgamönnum og menningarfrómuðum, innlendum og erlendum gestum af ýmsum stigum. Mannfagnaðir af margvislegu tagi voru þar daglegt brauð um árabil að ekki sé minnst á tónleika heimskunnra listamanna þar sem gestir gátu orðið á áttunda tug. En Auði varð ekki skotaskuld úr því að vera gestgjafi á heimsmeilivarða jafnframt því að annast veitingar og leysa allt af hendi með einstökum myndarbrag. Og gegnum þykkt og þunn hufur hún haldið fagaðri reisu sinni, einlægni og æðruleysi.

Mynd 1 Glásleg heimskona, hér á Nóbels hátíð í Stokkhólmi 1955.

Mynd 2 Á fyrstu búskaparárnum Auðar og Halldórs í Gljúfasteini sótti hún vinnu til Reykjavíkur. Hér er hún við við stýrð á Willisjeppanum, sem reyndist vel í baráttu við snýskafalana í Mosfellsdal.



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



HÉÐAN OG ÞAÐAN

Getur þú fundið Benjamín falinn í blaðinu?

KJÖTbúðin

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



VOTTORÐ FYRIR BURÐARVIRKISMÆLINGAR
 Flugumýri 20
 270 Mosfellsbæ
 Sími: 566 8200-566 8201
 Fax: 566 8202
 Netfang: nybil@centrum.is

CELETTE
 Fullkominu gjóðréttingar og meðfati sem völd er á hel á landi.
 Á vinnubúðunum vorum síst að selja ísmanna lífgun og nýja takka veita best Nýja Bílasmíðjan

BÍLAMÁLUN • RÉTTINGAR • BÍLAMÁLUN • RÉTTINGAR



**Einar Páll
Kjærnested**
Lögg. fasteignasali



**Svanþór
Einarsson**



**Egilína S.
Guðgeirsdóttir**



**Hildur
Ólafsdóttir**



**Þórhildur M.
Sandholt**
Lögg. fasteignasali



MIÐHOLT - 3-4RA HERBERGJA ENDAÍBÚÐ

94,8 m², 3-4ra herbergja endaiðbúð á 3. hæð í 3ja hæða fjölbýli við Miðholt í Mosfellsbæ. Íbúðin skiptist í forstofu, baðherbergi, eldhús, stofu, tvö rúmögð svefnherbergi og sjónvarpshol sem er auðvelt að breyta í svefnherbergi.

V. 20,9 m.



FÁLKAHÖFÐI

Björt 91 m² 3ja herbergja íbúð á 2. hæð í 3ja hæða fjölbýli ásamt 27,6 m² bílskúr við Fálkahöfða 2 í Mosfellsbæ. Fallæg íbúð með falllegu útsýni á vinsælum stað í Mosfellsbæ.

V. 26,5 m.



SVÖLUHÖFÐI

Fallett og vel skipulagt 209,1 m² einbýlishús með innbyggðum bílskúr við Svöluhöfða í Mosfellsbæ. Fimm rúmögð svefnherbergi. Fallegar innréttingar. Góðar timburverandir. Seljandi skoðar skipti á minna sérþýli.

V. 56,0 m.



BUGÐUTANGI

Tvilyft 201,6 m² raðhús með innbyggðum bílskúr við Bugðutanga 36 í Mosfellsbæ. Á efri hæðinni eru forstofa, tvö svefnherbergi, stór stofa, eldhús, baðherbergi og búr. Í kjallara er sjónvarpshol, tvö herbergi, geymsla, þvottahús, snyrting og bílskúr. Áhvilandi lán ca. 34,5 m.

V. 36,5 m.



ENGJAVEGUR

332,6 m² fohkelt einbýlishús á 1.043 m² lóð við Engjaveg 10 á fellestum stað rétt við Reykjálfund í Mosfellsbæ. Um er að ræða timburhús á steyptum kjallara. Húsið er upprunalega byggt um 1950, en árið 1997 og 2005 var húsið stækkað og byggður við húsið bílskúr - pessari framkvæmd er ólökið.

V. 34,0 m.



KLAPPARHLÍÐ

Mjög fallæg 90,9 m², 2ja herbergja íbúð með falllegu útsýni á 3. hæð í 4ra hæða lyftuhúsi fyrir 50 ára og eldri við Klapparhlíð 1 í Mosfellsbæ. Fallæg gólfefni og innréttingar.

V. 25,5 m.



LAUGABÓL

Um er ræða garðyrkjustöð með 215,1 einbýlishúsi, 55,8 m² bílskúr ásamt 6 gróðurhúsum, samtals ca. 2.100 m², á 23.420 m² skógivaxinni eignarlóð. Mikill trjágróður er á jörðinni. Hér er einstakt tækifæri fyrir aðila að eignast faglega jörð í Mosfellsdal.

V. 120 m.



KRÓKATJÖRN

Fallett sumarhús á 10.000 m² eignarlóð við Krókatjörn í Miðdalslandi í Mosfellsbæ. Þetta er fallett 51,8 m² sumarhús með millilofti, góð timburvernd með skjólgirningu, mikill gróður umhverfis húsið og eignarlóðin nær niður að Krókatjörn.

V. 22,5 m.



SÓLBAKKI

Glaesilegt 218,4 m² einbýlishús á 3.550 m² gróinni eignarlóð við Sólbakka. Um er að ræða fallæg 153,4 m² einbýlishús, ásamt 65 m² bílskúr sem skiptist í bílskúr og akaíbúð með stofu, eldhúskrók, svefnherbergi, svefnlofti og baðherbergi. Lóðin er sérlega fallæg með miklum trjágróðri, pöllum og grasflöt.

V. 56,5 m.

LAXATUNGA - EINBÝLISHÚS



Fallett 203,4 m² einbýlishús með innbyggðum bílskúr á stórrí lóð við Laxatunga 7 í Mosfellsbæ. Húsið er mjög smekklega hannað, mjög mikil lothæð sem gerir húsið mjög glaesilegt. Garður er þökulagður og með miklum trjágróðri.

V. 53,5 m.

REYKJAHVOLL

Til sölu 1.020,1 m² eignarlóð undir einbýlishúsi á göðum stað við Reykjahvoll 11 í Mosfellsbæ. Samþykktar byggingarnefndarteikningar af 256,2 m² einbýlishúsi eru á lóðinni. Teikningar eru að fullu greiddar. Gatnagerðargjöld er ógreidd af lóðinni.

V. 6,5 m.

VILTU SELJA?

Vegna mikillar sölu undanfarið þá vantar okkur hjá Fasteignasölu Mosfellsbæjar allar gerðir eigna á söluskrá.

- Barnakór Varmárrskóla syngur • Ljósín tendruð
- Jólasveinar koma í heimsókn
- Skólahljómsveit Mosfellsbæjar

Eftir að dansað hefur verið í kringum jólatréð verður haldið inn í Kjarna þar sem Kammerkór Mosfellsbæjar mun syngja nokkur lög og félagar úr knattspyrnudeild UMFA selja vöflur og kakó.



LJÓSÍN TENDRUÐ Á JÓLATRÉ MOSFELLSBÆJAR

Laugardaginn 1. desember kl. 16 á Miðbæjartorginu



Ragnheiður Ríkharðs náði takmarkinu

Ragnheiður Ríkharðsdóttir náði settu markmiði í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Suðvesturkjördæmi. Kosid var laugardaginn 10.

nóvember og alls voru greidd 5070 atkvæði.

Ragnheiður fékk flest atkvæði í 2. sæti listans eða 2153.

Ragnheiður fékk að auki flest heildaratkvæði allra frambyðenda eða alls 3823 atkvæði í eitthvert þeirra sjö sæta sem kosid var í.

Ragnheiður er að vonum alsæl með þessa afgerandi kosningu. „Ég er afar ánægð með þær jákvæðu undirtektir sem ég fékk og fann fyrir í prófkjörsbaráttunni. Einnig vil ég þakka samherjum mínum fyrir heilablega og jákvæða prófkjörsbaráttu. Þetta var ótrúlega gaman og við höldum áfram að láta gott af okkur leiða og undirbúum saman baráttuna sem framundan er í vor. Sjálfstæðismenn í kjördæminu hafa stíllt upp sterkum lista fyrir kosningarnar í vor og við ætlum að láta verkin tal“, segir Ragnheiður.



SUNNUKRIKI VIÐ VESTURLANDSVEG

Áskorun til uppbyggingar • Lóðir undir atvinnustarfsemi í Sunnukriki og Desjamýri

Mosfellsbær lækkar lóðaverð og býður fjármögnun

Þejarráð Mosfellsbæjar hefur samþykkt að nýja sér heimildir til að lækka gatnagerðargjöld og fella niður byggingarréttagildi á lóðum undir atvinnuhúsnæði. Með þessu vill Mosfellsbær hvetja fyrirtæki og atvinnurekendur til fjárfestinga og stuðla að því að bærinn verði fyrsti valkostur þeirra sem eru með uppbyggingu í huga. Bærinn mun einnig bjóða upp á fjármögnun vegna lóðanna og sanngjarna skilmála. Þetta er í fyrsta skipti sem Mosfellsbær býður upp á slík kjör.

„Það er von okkar að með því að koma á mótis við atvinnurekendur og fjárfesta með þessum hætti muni hjál atvinnulífsins fara að snúast og að áframhaldandi uppbygging í bœnum komi íbúum Mosfellsbæjar til góða“, segir Haraldur Sverrisson bæjarsjórnar.

Lóðirnar sem um ræðir eru annars vegar við Sunnukrika sem er nýtt svæði undir atvinnustarfsemi í hjarta Mosfellsbæjar og liggur við Vesturlandsveg. Hins vegar í iðn-



DESJAMÝRI VIÐ SKARHÓLABRAUT

aðarhverfi við Desjamýri í útjaðri bæjarins næst höfuðborginni.

Átta þúsund fermetrar – 2,5 milljarðar

Í Mosfellsbæ stendur nú þegar yfir mikil uppbygging. Fjórar stórar byggingarframkvæmdir eru nú í gangi. Þrjátíu rýma hjúkunarheimili er í byggingu við Langatanga og þar hefst starfsemi á næsta ári. Verið er að innrétta þjónustumöðstöð fyrir aldraða við Eirhamra og verður hún

einnig tekin í notkun á næsta ári. Bygging framhaldsskóla við Háholt er í fullum gangi og áætlað er að húsið verði tilbúið snemma á árinu 2014. Íþróttahúsið undir fimleika og bardagaþróttir á Þróttasvæðinu við Varmá er í útbefsferli og munu framkvæmdir hefjast af fullum krafti eftir áramótin.

Þessar framkvæmdir eru samtals ríflega 8 þúsund fermetrar og áætlað er að fjárfesting við þær nemi um 2,5 milljörðum króna.

Hafsteinn segir sig úr stjórn Eirar

Hafsteinn Pálsson, fulltrúi Mosfellsbæjar í stjórn Eirar, hefur sagt sig úr stjórninni. „Í ljósi þess að ég tel að rétt sé að endurnýja umboð stjórnar Eirar eins og ég hef itrekað komið á framfæri innan stjórnarinnar og ekki hefur náðst samkomulag um,

þá hef ég ákveðið að fara þá einu leið sem mér er fær til að leggja áherslu á þetta sjónarmið.“

Þá hefur Hafsteinn auk fulltrúa Vinstri grænna og fulltrúa Íbúahreyfingarinnar sem setti háfa í fulltrúaráði Eirar stigið til bíðar. Á bæjarsjórnarfundi á dögnum kom fram að Mosfellsbær harni að málefni Eirar séu í þeirri stöðu sem raun ber vitni.

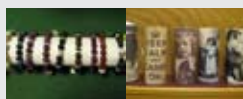


ELDRÍ BORGARAR



Basarvörur til sölu

Enn er til þó nokkuð af falllegum munum sem gerðir hafa verið í félagsstarfi aldraða. Sokkar, vettlingar, húfur, kerti, glervörur og margt fleira á mjög góðu verði. Minnum á að allur ágöðli fer til þeirra sem minna mega sína hér í Mosfellsbæ.



Jólahlaðborð

Minnum á jólahlaðborðið á morgun 30. desember á Hótel Loftleioðum. Mæting er kl. 11:30 í rútna frá Eirhömrum. Hlökkum til að sjá ykkur !)

Jólafrí í Félagsstarfi

Félagsstarf aldraða fer í jólafrí og lokar handverksstofa föstudaginn 14. des. Þann dag ætlum við að halda litlu jólin. Þeir sem vilja vera með í þeim taki með sér þakka að verðmæti 1000 krónur og skili til forstöðumanns fyrir 12. des., síðan verða þakkskipti. Allir velkomnir að vera með og gleðjast saman. Áætluðu opnun á nýjum stað er um miðjan janúar, nánar auglstý síðar.



Jólaskreytingar

Auður Svavarsdóttir blómaskreytir leiðbeinir við jólaskreytingar mánudaginn 3. des kl 13:00. Hægt verður að kaupa greni, slaufur og annað föndurefni sem þið viljið í jólaskreytingar. Hægt er að gera leiðisskreytingar, aðventukrans eða jólaskreytingar. Endilega komið með ykkar eigið efni (gamalt skraut eða annað sem nýttist) sem þið viljið nota til að búa til skreytingu og látt undir skreytinguna. Óþarfi er að kaupa allt nýtt þegar maður getur endurnýtt svo margt sem maður á. Munið svo að mæta með góða skapið í bókbandsstofuna en þar verður Auður með aðstoðu. Skráning hjá Elvu í handavinnustofu eða í síma 698-0090

Opíð hús/ menningarkvöld

Opíð hús/menningarkvöld verður 10. des. í Hlégarði og hefst dagskráin klukkan 20:00.

Dagskrá:

Vorboðarnir, kór eldri borgara í Mosfellsbæ syngur nokkur létt lög og jólaög undir stjórn Páls Helgasonar, bæjarlistamanns.

Boðið upp á hið rómaða kaffihlaðborð kaffinefndar FaMos og þegar það er komið vel af stað mun Bjarki Bjarnason fjalla um það hvernig bók verður til og lesa úr nýrri bók sinni.

Að lokur syngur Mosfellskórinn nokkur lög undir stjórn Vilbergs Viggósonar.





Jólasmjórið er komið

267 KR.

JÓLASMJÖR 500 GR 267 KR. STK

JÓLAKERTIÐ KOMIN
RAUÐ OG HVÍT 12 X 6 SM

259 KR. STK

8 METRA RULLA

298 KR. RL

JÓLAPPÍR

298 KR.

KOOP LIMBAND 5 RÖLLUR

498 KR.

HEIMA FERSKAR DÖÐLUR 600 GR NY UPSKERA

298 KR.

BÓNUS HVÍTT SÚKKULABI 200 GR.

BÓNUS

Gjöfakort Bónus er tilvalin jólagjöf

Nú er hægt að fá gjöfakortið okkar í öllum verslunum Bónus. Hafiðu samband við skrifstofuna og fáðu nánari upplýsingar.

GREIÐSLUMÖGULEIKAR
Þú leggur inn hjá okkur eða þú greiðir með simgreiðslu og sækir kortið í þá verslun sem þér hentar eða á skrifstofuna

Skrifstofa Bónus:
Opin alla virka daga
frá kl. 9-16 Skútuvogi 13 sími 527-9000

1598 KR.

NÓI SIRIUS
KONFEKT 650 GR
ALLIR BESTU MÖLARINR

279 KR.

GÓÐ KAUP SÚBUSÚKKULABI 300 GR

1798 KR.KG

2679 KR.KG

FRÁ K.JARNAFÆÐI
KOFAREYRT URBEINAD HANGIKJÖT

459 KR.

FROÐIN JARÐBER 1.2 KG POKI

998 KR.

BÓNUS KONFEKT 700 GR

898 KR. KG

FRÁ KAUPFÉL. SKAGFIRÐINGA. FROÐINN LAMBABÖGGUR

1279 KR. KG

BÓNUS: NYREYKTUR HAMBORGARHRYGGUR

179 KR.

APPALÓ LAKKRISKURL 150 GR

1198 KR. KG

FRÁ KAUPFÉL. SKAGFIRÐINGA. FROÐIÐ LAMBALÆRI

698 KR.KG.

FRÁ K.JARNAFÆÐI: REYKTUR GRÍ SABÖGGUR

300 ML

1899 KR. KG

FRÁ SÆTURFELAGINU: LETTREYKTUR LAMB AHRYGGUR

1298 KR. KG

FRERSKT NAUTGRIPAHAKK

4 dósir af Viking Hátíðarblöndu fylgja með kippu af Coke 6 x 1,5 litr.



Blíðyskursmælingar að kostnaðarlausu

Á morgun, föstudaginn 30. nóvember munu Lionsklúbbur Mosfellsbæjar og Lionsklúbburinn Úa taka höndum saman og bjóða Mosfellingum og nærsvitungum upp á blíðyskursmælingar. Mælingarnar fara fram milli kl. 17 og 19 í væslun Krónunnar Háholts. Lionsmenn og -konur taka vel á móti fólki ásamt hjúkrunarfræðingi og leski sem framkvæma mælingarnar og ræða við fólk. Mosfellingar eru hvattir til að líta við og þiggja þjónustuna sem er almenningi að kostnaðarlausu.



Guðjón nýr formaður Sjálfstæðisfélagsins

Ný stjórn var kjörin í Sjálfstæðisfélagi Mosfellsbæjar á aðalfundi félagsins sem haldinn var í vikunni. Hana skipa Guðjón Magnússon formaður, Herdís Sigurjónsdóttir meðstjórnandi, Sigurður Straumur Pálsson meðstjórnandi, Pálmi Steingrímsson meðstjórnandi, Örn Johnson gjaldkeri, Bylgja Bára Bragadóttir varaformaður og Hrafnhildur Jóhannsdóttir varaformaður. Fundurinn var fjölmennur og var formaður og stjórnin kosin einröma. Að lokinni kosningu tók nýkjörinn formaður til máls og sagði að stjórnin ætli sér ekkert minna en verða besta stjórnmalafélag og samfélagsfélag landsins. Nýir stjórnarmenn eru í breiðum aldurs- og skoðanahóp sem eru með brennandi áhuga og kraft til að drífa félagslífið áfram. Í Mosfellsbæ er frábær grunnur og samstætt fólk sem væri búið að gera góða hluti í mörg ár, en gott meitti lengi gera enn betra. Hann sagði jafnframt að í samfélagsfélagi eins og sjálfstæðisflokknum væri fólk af því að það léti sig samfélagið varða og vildi háfa áhrif á framtíð þess og velferð.



Jólamarkaður vinnustofa Skálatúns

Vinnustofur Skálatúns bjóða gestum að líta við og kaupa einstakar handverksvörur s.s. glerverk, púða, skart, lykklahús, prjónahulstur, slæður, vefnað, kort o.fl. Jólamarkaðurinn er haldinn fimmtudaginn 6. desember og er opið frá kl. 11:00-17:30. Heitt súkkulaði og piparkökur boði hússins.



HJALTI ÚRSU MED FITNESS-DROTTNINGUNUM INGRID ROMERO OG LARISSU REIS

Mikið um dýrðir á Expoinu að Varmá

Expo 2012 fór fram í fjórtaðhúsinu að Varmá helgina 10.-11. nóvember. Fjöldi gesta sótti sýninguna enda heimsfræg fitness-módel á staðnum auk fjölda Íslendinga. Mosfellingurinn Hjalti Úrsur stendur fyrir sýningunni sem fór fram í þriðja sinn og stærkar með hverju árinu.



ANNIE MIST LÆTUR TIL SÍN TAKA



RONNIE COLEMAN OG PALLI



BIRTA, GUNNI OG BRYNJLA M.ÉTT Á HÁTÍÐARHÓLDIN

Myndir:Þrág/Ola

Skötuhlæðborð í hádeginu á Þorláksmessu

Pantið borð tímanlega í síma 566 6195 eða 566 8215

Hlégarður

VEISLUGARÐUR VEISLUPJÓNUSTAN Hlégarði



Hlégarður, Háholts 2, 270 Mosfellsbæ, sími 566 6195 / 892 9411



jóla.is

SÉRPRENTUÐ JÓLAKORT

- YFIR 30 GERÐIR Í BOÐI
- HÁGÆÐA KORT MEÐ ÞINNI MYND
- TILBÚIN Á 24 KLST.
- ALLT AÐ 8 MYNDIR Í KORTI
- ÞINN TEXTI INNÍ
- AUÐVELT AÐ PANTA Á JOLA.IS



PERSÓNULEG JÓLAKORT ÞÍN MYND OG ÞINN TEXTI

ÖLL KORT MEÐ EINNI MYND:
VERÐ: 119 KRÓNUR STK.



KORT MEÐ MÖRGUM MYNDUM:
VERÐ: 144-189 KRÓNUR STK.

ÞÚ GETUR STYRKT GOTT MÁLEFNI MEÐ KAUPUM Á JÓLAKORTUM FRÁ JÓLA.IS



STYRKTARFÉLAG
KRINGVARNSSÍMULAGNA

BLINDRAFÉLAGIÐ
SÍMULAGNA



STYRKTARFÉLAG ÍSLENSKS

UN WOMEN
United Nations Entity for Gender Equality
and the Empowerment of Women

ÍSLENSK
LANDSNEFND

Með kaupum á þessu korti rann styrkur til:



Barnaheill
Save the Children's Island

Styrktu gögverðarmál og fæðu merki félagsins á bakhlöð jólakortsins. Veldu upphæð styrksins með því að setja eins marga hundraðkalla og þér hentar í körfuna! Styrkurinn rennur óskiptur til félagsins.

Með kaupum á þessu korti rann styrkur til:



STYRKTARFÉLAG

ARTPRO
LÍSTRÆN FAGMENNISKA
PRENTÞJÓNUSTA

AFGREIÐSLUSTAÐIR

- Póstlagning með Íslandspósti
- ARTPRO Prentþjónusta, Háholti 14 í Mosfellsbæ

ARTPRO Prentþjónusta | Háholti 14, 2. hæð | 270 Mosfellsbæ | Sími: 566 7765

jóla.is



KRAKKAR Á HLADHÖMURUM ÁSAMT SVEINBJÖRGU LEIKSKÓLASTJÓRA

Leikskólabörn ánægð með jólaglaðninginn frá Bymos

Bymos gefur 870 jólasveinahúfur

Byggingavörverslunin Bymos hefur fært öllum leikskólabörnum í Mosfellsbæ og á Kjalarnesi jólasveinahúfur að gjöf. Karl Björnsson eigandi Bymos hefur fengið mjög góð viðbrögð við þessu uppátæki sínu. „Það er gaman að geta glatt ungdóminn í bæjarfélaginu svona í aðdraganda jólaanna. Húfurnar fóru einnig til krakka á frístundasejlinum.“

Opíð alla daga fram til jóla

„Nú er biðin orðin stúfúll af jólavörum enda viðburðaríkur tími framundan. Við erum með jólaesírur, jólakort, merkimbá, jólapappír og allt það helsta sem fólk þarfnast fyrir jólin. Við bjóðum upp á góð verð á okkar vörum og stöndumst vel samkeppni.“ segir Karl en biðin er opin alla daga fram til jóla og eru Mosfellingar hvattir til að nýta sér þjónustuna og versla í heimabyggð. Bymos er til húsa í Háholti 14.

Aðventumarkaður í Kjósinni á laugardaginn

Laugardaginn 1. desember verður hinn árlegi aðfangamarkaður jóla í Félagsgarði og er opin frá kl. 13-17. Á boðstólum verða ýms konar handverk og matvæli, beint frá býli. Hægt er að byrja daginn snemma á því að ná sér í jólatré á skógræktarsvæðinu við Fossá, koma síðan við í Félagsgarði og fá sér heitt súkkulaði og heimabakað hjá kvenfélaginu, auk þess að skoða þær framleiðsluvörur og handverk sem þar verður á boðstólum.



SHAUN ROBERT HÓTELSTJÓRI OG ALBERT RÚTSSON EIGANDI

Fullbókað yfir jól og áramót • Norðurljósin trekkja að

Gistinóttum fjölgar á Hótel Laxnesi

„Sumarið kom mjög vel út hjá okkur og bókanir fyrir vetririnn eru langt komnar,“ segir Shaun Roberts hótelstjóri á Hótel Laxnesi. Gistinóttum hefur fjölgað á milli ára og virðast gestir hótelsins ánægðir með þjónustuna ef marka má ferðastíðuna vinsælu tripadvisor.com. Þar er Hótel Laxnesi á meðal elstu hótela á höfuðborgarsvæðinu hvað varðar einkunnagjöf og umsagnir. „Við höfum markaðssettið okkur vel á netinu og það skilar okkur þessum góða árangri,“ segir Shaun. Á hótellinu er einnig upplýsingamiðstöð um ferðamönnum sem heimsækja Mosfellsbæ. Þar er hægt að nálgast allar upplýsingar um afþreyingu í bæjarfélaginu. „Við erum dugleg að benda okkar gestum á veitingastaði og þá þjónustu sem hægt er

að nýta sér hér í nágrenninu. Í vor gaf Mosfellsbær út veglegan ferðamannaþæking sem hefur komið að sjá um vel fyrir alla þá gesti sem heimsækja Mosfellsbæ.

Norðurljós og heitur pottur

Nýlega var tekin í notkun heitur pottur við hótelið sem er mikið notaður. Gestir yfir vetrartímann koma allstíft til að sjá norðurljósin og potturinn kemur þar sterkur inn. Upplifunin er einstök, segir Shaun. Þá er búið að útbúa grillaðstöðu fyrir hópa sem tekin verður í notkun með vörinu.

Herbergin á hótellinu eru 26 og er boðið upp á morgunmat auk þess sem gestir geta nýtt sér aðstöðuna á pöbnum á kvöldin. Nánar um hótelið á www.hotelaxnesi.is

SÖNGSTUND Í SAFNAÐARHEIMILINU

Nýjung í safnaðarstarfi!
Komdu út er söngurinn kallar á þig!

Langar þig að koma og eiga notalega stund við söng og spjall?

Tvo föstudaga fram að jólum biðum við upp á samveru í safnaðarheimilinu fyrir þau sem finnst gaman að koma saman með öðru fólki og syngja. Við munum syngja einni röddu, hver með sínu nefi og alls konar söngva. Þína uppáhalds söngva?! Jólasöngva og sálma, dægursöngva og -perlu o.fl.. Arnhildur Valgarðsdóttir, organisti Lágafellssóknar situr við píanóið og leiðir sönginn og Sigríður Pétursdóttir, húsmóðir í safnaðarheimilinu tekur á móti fólki og sér um kaffi- og súpuveitingar.

Vertu hjartanlega velkomin/n að vera með!
Föstudagana 30. nóvember og 14. desember kl. 11-12.
Súpa og brauð í lok samverustundar.

f.h. Lágafellssóknar sóknarprestur

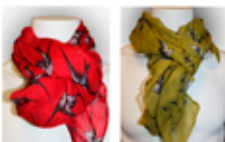


Jólagjöfin hennar fæst hjá okkur.

Basicplus

OPÍÐ

Virka daga kl. 12 - 18
Laugardaga kl. 12-15



Erum á facebook Basicplus Mosfellsbæ



Vistvæn brún egg
frá Teigi í Mosfellsbæ.

Bragðgóð, holl og
frábær í baksturinn.



*Kaupið
framleiðslu
úr heimabyggð*

BRÚNEGG ÞESSI Í GRÆNU BÖKKUNUM



Félagsútilega Mosverja

Það er nóg um að vera í skátafélaginu Mosverjum. Félagsútilegan var haldin helgina 16.-18. nóvember á Úlfjótavatni. Þar komu saman 70 skátar úr Mosfellsbæ og tóku þátt í skemmtilegri dagskrá saman. Félagskátar (10-12 ára) og drótskátar (13-15 ára) gistu báðar næturarnar og drótskátar (8-9 ára) komu í heimsókn á laugardaginum. Krakkarnir tóku þátt í skemmtilegri dagskrá, meðal annars var sigið niður úr klifurtúrni, bakað brauð yfir eldi, málað á boli og farið í óvissuferð. Eftir kvöldmat var haldin kvöldvaka og svo var farið í spennandi næturleik. Í lok ferðarinnar voru veittar viðurkenningar fyrir sigurvegara í stóruleik, skálakoðun og bestu hegðun í matsal. Útilegan tókst mjög vel og næturleikarnir sig með þrýði alla helgina.

Karlarór Kjalnesinga kominn í jólagírinn

Vetrarstarf Karlarórs Kjalnesinga hófst í byrjun september, 4 nýir félagar voru teknir inn og telur kórinn nú 56 söngmenn.

Kórinn hefur sungið við ýmis tilefni á haustmánuðum, í Digraneskirkju 14. október til styrktar Mæðrstyrksnefnd, 18. nóvember við messu í Árbærarkirkju og 20. nóvember í Hveragerðiskirkju. Eftirdagur var 10. nóvember í Tónlistarskólanum í Mosfellsbæ. Um kvöldið var skemmtikvöld í Kívanlíshúsinu þar sem kórmenntun spreyttu sig í karakóki og var skemmtanagliðið dráttret. Dættinn Hundur í óskilum skemmti þar einnig við mikinn fjöggu viðstadda.

28. nóvember söng kórinn svo ásamt Landsvirkjunarkórnum í Hlígarði á tónleikum sem helgaði voru Páli Helgasoni fyrrum stjórnanda kórsins. Þáttur um kórstarfið, Raddir verður sendur út á Rás 1 miðvikudaginn 5. desember kl 10.13.

Framundan eru aðventunóleikar í Fella- og Hólakirkju 6. og 8. desember. Í ár kemur Kristjana Stefánsdóttir söngkona til liðs við kórinn og er óhætt að lofa góðri og fjölbreyttri einfiskrá. Hljómveit skipa nokkrir af fremstu tónlistarmönnum landsins, Benedíki Brynlieffsson á trommur, Jón Elvar Hásteinnsson á gítar, Jón Rafnsson á bassa og Kjartan Valdimarsson á píano. Jóhannes Frey Baldursson tenór syngur einsöng og öllu stjórnar Örygur Atli Guðmundsson. Miðar fást á forslu-verði kr. 2500 hjá kórfelegum og á www.karlarok.is og við inganginn á kr. 3000

Eftir áramót verður stefnan sett á vortónleikana í Langhólskirkju 25. og 27. apríl en þar mun Egill Ólafsson verða gestur kórsins og rífa upp nokkur vel valin Stuðmannalög.

Hamskipti í Listasalnum

Í Listasal Mosfellsbæjar stendur yfir sýning á málverkum Önnu Gunnlaugsdóttur. Anna hefur starfað við myndlist síon í byrjun níunda áratugs síðustu aldar. Hinn margvíslegi svipir kvensálar og staða konunnar í samtímanum hefur verið hinn rauði þráður í listsköpun hennar.

Víðfangsefni sýningarinnar er um hamskipti og fjallar um þæfina fyrir að brjótast úr víðjum hlutverka skjúpunni af umhverfinu og okkur sjálfum. Tákmyndin um fuglinn í samruna við manneskjuna sem í listasögunni hefur í aldanna rás verið notað til tulkunar á umbrotum lífs og dauða og endurnýjng. Svanurinn er margslungið tákni sem getur merkt dauða samanager orðinu svanasöngur en líka táknad upprisu.

Verkin á sýningunni eru unnin bæði með akrýl og olíulit.



um, á striga og pappír, í söbastíðnum tveimur árum á Íslandi og í tveggja mánaða dvöl í Fella og í samvinnustofu Sími í Berlín. Sýningin stendur til 8. desember.



Dagsetningar

- 30. nóvember **UPPSÆLT**
- 1. desember **UPPSÆLT**
- 7. desember
- 8. desember **UPPSÆLT**
- 14. desember **UPPSÆLT**
- 15. desember



Jólaveisla Hlégarðs

Fyrir einstaklinga og hópa Fimm glæsileg jólaborð

Einstök matarupplifun í ævintýrlega skreyttu umhverfi

Danska borðið

Valdir síldarrettir, rauðrófussild með enjifer, karysild, hátíðarsild með dill karlóflum og rauðlauk. Bökuð lífrakæfa með heikoni og sveppum. Þjár tegundir af dönsku smurbrauði með: rauðsprettu, remúladi og steiktum lauk; reykttum ál og eggjakremi; nautatungu og piparótarjómja.

Hátíðar borðið

Kalkínasalat með trönuberjum, hnetum og mangó chillysósu. Heitreyktur lax með agúrksósu og ristíðum sesamfræjum. Villibráðarpaté með cumberlandsósu, pressaður skeljiskur innvafinn í parrmasöknu með balsamic rauðlauksultu. Norðlenskt hangikjöt eins og það gerist best með öllu tilheyrandi. Hreindýrabollur í graðostasósu. Reykt villgæsaþringa með ferski eplasultu, íslenskir jólaostar með blönduðum berjum.

Steikta borðið

Purusteik. Innbölluð nautalund Wellington. Drottningarskinka. Rístað rótargrænmeti; rauðkál með appelsinum og blöðbergji, eplasalat, karamelluhjúpaðar kartöflur, villisveppasósa, súrt, sætt, ferskt og fleira.

Hráa borðið

Hangikjötstartar á laufabrauði. Nauta carpaccio með tabonade. Sítrónumarineruð líða. Grafinn lax með sinnepssósu. Fjórar tegundir af sushi.



Mosfells kvöld
Tíhúð fyrir einstaklinga og fjölkoma í Mosfellsbæ
Föstudagskvöldin
30. nóvember og 7. desember
Söngkonan Þórunn Lárusdóttir syngur jólaþætur og Dættinn Hljómur leikur fram eftir kvöldi.



VEISLUGARÐUR
Veislubjónustan Hlégarði

Sendum einnig jólaveisluna heim fyrir hópa
Háholti 2, sími 566 6195 / 892 9411
veislugardur@veislugardur.is

Adventutónleikar

Diddiur og drengjanna

Sigrún Hjálmtýsdóttir ásamt bláasar sextett,
í daglegu tali Diddú og drengirnir,
halda sína árlegu adventutónleika í Mosfellskirkju
miðvikudaginn 11. desember, kl. 20:30.
Efnisskráin er með hefðbundnum hætti, klassískir tónar og jólalög.



Adventutónleikar Diddúar og drengjanna hafa verið sérstakur tónlistarviðurður í menningarlífi Mosfellsbæjar í hartænar tvo áratugi. Á tónleikunum hafa frá upphafi verið frumfluttar umskriftir á klassískum verkum fyrir bláasar sextett og sópran, en þetta er ekki algeng samsetning hljóðfæra og raddar.

Margir Mosfellingar auk annarra hafa árvisst sótt litlu sveitakirkjuna í Mosfellsdal heim að þessu tilefni, enda eru tónleikarnir í Mosfellskirkju á jólaföstu orðnir ómissandi hluti af undirbúningi fyrir helgihald jóla.

Hljóðfæraleikarar eru Sigurður Ingvi Snorrason og Kjartan Óskarsson, sem leika á klarinetturnar, Emil Friðfinnsson og Þorkell Jónsson sem leika á horn og á fagott leika Brjánn Ingason og Björn Árnason.

Miðasala verður á bæjarskrifstofu Mosfellsbæjar í þjónustuveri á fyrstu hæð.

Þar er hægt að kaupa miða í forsolu frá 3. desember, en einnig er hægt að greiða miðana simleíðis. Vinsamlega hafið samband við þjónustuver Mosfellsbæjar í síma 525-6700 þar sem miðasala fer fram og allar aðrar upplýsingar um miðasöluna eru veittar.



Félagstarf eldri borgara með basar

Árlegur basar á vegum félagsstarfs eldri borgara var haldinn í Kjarnanum á dög- unum. Fallegar handunnar vörur voru til sölu á góðu verði. Kór eldri borgara, Vor- boðarnir, sungu nokkur lög auk þess sem tréskurður var til sýnis. Enn er þónokkuð til af fallegum munum, sokkum, húfum, kertum, glervörum og fleiru sem hægt er að næla sér í fyrir jólin hjá félagsstarfinu á Hlaðhömrum.



Mynd: Ragny Ólaf

GALLERÍ KORPÚLFSSTAÐIR

MILLILÍDALAUS VERSLUN BEINT VIÐ LISTAMANN - THORSVEGI 1 - 112 REYKJAVÍK

FALLEGIR LISTMUNIR OG HEILLANDI HÖNNUN

ALLIR SEM KOMA Í GALLERÍÐ EIGA MÖGULEIKA Á GJAFABRÉFI AÐ VERÐMÆTI
 10.000 KR. DREGIÐ VERÐUR UM EITT GJAFABRÉF Á FIMMTUDÖGUM TIL JÓLA.
 NÖFN HINNA HEPPNU VERÐA BIRT Á www.facebook.com/gallerikorfulfsstadir

10.000 KR.
GJAFABRÉF

DREGIÐ VIKULEGA.
KOMDU OG
TAKTU ÞÁTT!

OPIÐ: FIMMTUDAGA KL. 14-21 FÖSTUDAGA KL. 14-18 LAUGARDAGA KL. 12-18 SUNNUDAGA KL. 12-18

JÓLASNJÓR

Adventutónleikar 2012

Karлакór Kjalnesinga & Kristjana Stefánsdóttir



Fella- og Hólakirkju

Fimmtudaginn 6. desember kl. 20.00

Laugardaginn 8. desember kl. 16.00

Hljómsveit skipa:

Benedikt Brynleifsson trommur

Jón Elvar Hafsteinsson gítar

Jón Rafnsson kontrabassi

Kjartan Valdimarsson píanó.

Jóhannes Freyr Baldursson einsöngur

Stjórnandi:

Örlygur Atli Guðmundsson

Miðaverð: 3.000 kr / 2.500 kr í forsölu
Miðar fást hjá kórfélögum og á www.karlakor.is



Eva Pengilsdóttir gefur út barnabók

Barnabókin „Gerðu eins og ég – Hvati og dýrin“ eftir Evu Pengilsdóttur, dóttur Pengils Oddssonar læknis og Steinunnar Guðmundsdóttur, kom út í byrjun nóvember hjá Máli og menningu. Bergtrún Íris Sævarsdóttir myndskreytir. Bókin, sem fengið hefur mjög góðar viðtökur, er hugsuð fyrir börn á aldrinum 0-6 ára. Sagan segir frá hvolpinum Hvata og ævintýrum hans þegar hann tynist í dýragarði. Í bókinni, sem ætlað er að ýta undir hreyfifroska og tengslamyndun barna, eru æfingar sem unnar eru í samræði við sjúkrahjálfara Æfingastöðvar SLF. Á myndinni má sjá Steinunni Evu Óladóttur glugga í bókina.



GRÚPRÚN ÞÓRARINSDÓTTIR OG MARGRÉT ÁSTA JÓNSDÓTTIR

Hönnun og myndlist er meðal þess sem er í boði

Opnar vinnustofur

Að Vóluteigi 8 verða opnar vinnustofur alla laugardaga fram að júlum milli kl. 13-17. Mosfellingur kirkja á staðinn þar sem ýmislegt spennandi var í boði.



SIGURBORG S. GUÐMUNDSDÓTTIR, ÁSLAUG K. ÁSGEIRSDÓTTIR OG INGIBJÖRG INGÓLFSDÓTTIR



KRISTÍN MARÍA INGIMARSDÓTTIR



STEINUNN BERGSTEINSDÓTTIR

Leiktu þér í form! með Kettlebells Iceland

Ketilbjöllur • Dekk • Kaðlar
Náttúran • Umhverfið

Grunnnámskeið
7.- 31. janúar

Dælustöðin, Mosfellsbæ

Skráning og upplýsingar á
kettlebells@kettlebells.is



Vinsæl villibráð

Þann 26. október var Úlfar Finnbjörnsson með villibráðarkvöld sem sló í gegn á Kaffihúsinu Álafossi. Uppsetingin á hlaðborðinu vakti mikla athygli þar sem íslenska birkið fékk að njóta sín með villibráðinni. Úlfar kom með birki til Gunnars Helgasonar sem vann úr því treplatta sem notaðir voru undir köldu réttina. Boðið var upp á 30

kalda rétti og sex heita rétti úr allri villibráð sem hægt er að veita á Íslandi. Skarfurinn fékk eina bestu dómana og var talinn standa upp úr ásamt villibráðarpaté sem Úlfar gerir af þvilkri smíld. Uppselt var á villibráðarkvöldið og komust færri að en vildu. Akveðið hefur verið að endurtaka þetta á ári.



Jólatílbod.

Lit og plök kr. 3500.-

Brazílískt vax (love wax) kr. 4200.-

Munúð gjafabréfin

erum áka á

Hálfóti 23 sími 566-8500 & 8491682 (Hjá Texture)

ÞÚ VELUR FJÁRHÆÐINA

– ÞIGGJANDINN VELUR GJÖFINA

Finnur þú ekki réttu gjöfina? Gjafakort Arion banka er hægt að nota við kaup á vöru og þjónustu hvar sem er. Einfeldara getur það ekki verið.

Gjafakortið fæst í öllum útibúum Arion banka



arionbank.is — 444 7000

 Arion banki

JÓLASTEIKINA / VILLIBRÁÐINA FÆRÐU HJÁ OKKUR

EKKI FARA Í JÓLAKÖTTINN

PANTAÐU TÍMANLEGA

HREINDÝR

fillet - lund - lærvöðvar - hakk - pate

VILLIBRÁÐ

*heil gæs - gæsabringa - grafin gæsabringa
- heitreykt gæsabringa - andabringa*

KALKÚNN

heill ferskur - bringur - fylltar bringur

NAUTAKJÖT

lundir - wellington - grafið naut - nautavöðvar

ANNAÐ

nautasoð - hreindýrasoð - sósur - eftirréttir

GJAFABRÉF OG GJAFAKÖRFUR
TILVALIÐ FYRIR JÓLIN

LAMBAKJÖT

*læri - úrbeinuð fyllt -
hryggir - filet - lundir
- hangikjöt - tvíreykt læri*

GRÍSAKJÖT

*hamborgarhryggur -
purusteik*

HLAÐBORÐ

Tökum að okkur
að sjá um jóla- og
villibráðarhlaðborð
fyrir stóra sem
smáa hópa.
Hafðu samband

KJÖTbúðin

Grensásvegi 48 - Sími 571 5511

OPIÐ: MÁN-FÖS 10-18:30, LAU 11-16, SUN LOKAÐ



Krilasálmur sungnir í Lágafellskirkju

Í Lágafellskirkju eru sungnir krilasálmur þessa dagana. Krilasálmur eru námskeið fyrir foreldra og ungabörn 3-12 mánaða. Námskeiðið er skemmtileg upplifun þar sem söngur, tónlist, dans og hljóðfærasláttur er notað til að auka tengsl við ungabörn og örva þannig þroska þeirra. Í kennslunni eru einukom notabir sálmur og tónlist kirkjunnar en einnig þekktar vísur, hrymleikir og þulur. Umsjón hefur Berglind Björgvinsdóttir söfkona og barnakörstjóri. Krilasálmahópurinn tekur þátt í messu í Lágafellskirkju, sunnudaginn 2. desember kl. 11.



Jólamarkaður á handverksstaðinu

Handverksstaðið Ásgarði í Álafossvos heldur sinn árlega jólamarkað á laugardaginn. Markaðurinn er kl. 12-17 og verða allar leikfangalínur Ásgarðs til sýnis og sölu, einnig verða kaffi/stikkulaði og kákur til sölu gegn vægja gjaldi. Síðan jólastemming fylgir því að heimtækja listamennina í Ásgarði í aðdraganda jólananna.



Helga lætur af störfum hjá Ísfugli

Helga Lára Hólm hefur látið af störfum hjá Ísfugli eftir að hafa sinnt starfi framkvæmdastjóra síðustu 12 árin. Helga varð sjötug á dögunum en þau hjónin Helga og Logi Jónsson hafa rekið fyrirtækið í 22 ár. Nýr framkvæmdastjóri, Björn Jónsson, hefur hafid störf en fyrirtækið er nú alfaritíð í Reykjavísi. Á myndinni má sjá samstarfsfélaga kveðja Helgu með þökkum.

Keli er mættur aftur til leiks

Ingibjörg Kr. Ferdinandsdóttir hefur gefið frá sér sína aðra barnabók, Leyndarmál Kela. Fyrir ári kom út fyrsta bók hennar, Keli minn sem hvarf, sem fékk mjög góðar viðtökur hjá börnum og fullorðnum. Sú bók hefur til að mynda verið notuð í lífsleikinnsku á yngsta stigi í fjölmörgum grunnskólum landsins.

Áballeiður Vigfusdóttir myndskreytti báðar bækurnar. Ingibjörg Kr. Ferdinandsdóttir rithöfundur er menntunarföringur og kennari. Hún er þrjúgjafa barna móðir og einnig meðeigandi kattanna Knáa Kela Kaka og Mónu Lísu.



„Einn góðan veðurdag réttist svo ósk kisa þegar drengurinn, mamma hans og gömlu hjónin hófu komist í samband hvert við annað og fundið í sameiningu leiðina til Kela. Þá urðu fagnaraufdrifur eins og í ævintýrunum. Ævintýri geta nefnilega líka gerst í venjulegu lífi, lífi eins og mínu og þínu. Það var ekki nóg með að lífsfyrndi kinsinn veri þú inni að upplifa ævintýri heilar þærðist innra með honum leyndarmál sem enginn vissi af, það var leyndarmál Kela. Sonnleikur og leyndardómur sem hann einn vissi þá og enginn annar. Þú mund hins vegar fá að heyra leyndarmálið áður en langt um líður.“
Kelaþekurnar vekja börn og foreldra til umhugsunar um lífan sína, upplifnir og tilfinningar- sem er öllum holti er haft eftir Hrefnu Þengilsdóttur barnalækni og móður.



Fjörleg aðventa á Kaffihúsinu Álafossi

Meningarkvöldin sem haldin hafa verið mánaðarlega á Kaffihúsinu Álafossi síðan í september hafa verið vel sótt og skemmtileg. Ekki er annað að sjá en að unndur ljóða og sagna hafi virkilega notið þess að hlusta á höfundana lesa úr verkum sínum. Nú á aðventunni ætla Kaffihúsið að bjóða upp á ýmsa viðburði, jafnt fyrir unga sem aldna. Sunnudaginn 2. desember kl. 15:30 ætla Hildur Margrétardóttir að lesa upp úr bók sinni „Blendingurinn“ barna og unglingsaga sem gerist í Mosfellsbæ. Fimmtudaginn 6. desember kl. 19:00 verða „Söngtónleikar“ nemenda Listaskólans í Mosfellsbæ. Miðvikudaginn 12. desember kl. 20:00 verður haldið „Menningarkvöld“ þar sem ýmsir höfundar lesa úr verkum sínum. Sunnudaginn 16. desember kl. 15:30 mun Guðrún Vr Jóhannesdóttir leika jóla- og klassísk lög á föllu. Þósdaginn 21. desember mun Gústi og Óddi skemmta frá kl. 21:00. Skatan verður á sínum stað á Þorláknessu. Um helgar á aðventunni ætla Gunnar að steikja möndlur, fá jólaaliminn í loftið og búa til jólaglög „Glühwein“. Svo er aldre að vita nema jólasveinn álpið einhverna daginn til okkar í Álafossvosina

MOSFELLINGUR
KEMUR NÆST
20. DESEMBER

TAKTU ÞÁTT Í JÓLARÚLLULEIK PAPCO

Með því að kaupa WC pappír og eldhúsrúllur frá Papco fyrir jólna áttu möguleika á að vinna glæsilegan vinning í jólarúlluleiknum. Fjöldi frábera vinnna, snjóbretti, bindingar og skór frá Mohawks, úlþur frá Citamami, Hamax-sleði, árskort í Hlíðarfjall og margt, margt fleira!

STYRKJUM GOTT MÁLEFNI!
EIN RÚLLA AF HVERRI SELDRI ÞAKKNINGU RENNUR TIL MEÐRA-STYRKJUNEFDAR

papco
WWW.PAPCO.IS

KOMIÐ OG SKOÐIÐ NÝJAN OG GJÖRBREYTTAN JEEP GRAND CHEROKEE

Nýtt útlit innan sem utan - Ný fjórdrur - Ný sparnettyn vél - Hann er orðinn lengri, breiðari og með lengra hjólfar en Toyota Landcruiser 150

ISOBAND.IS
BILINNPLUTNINGUR

Íslensk-Bandaríska ehf. • Þverholt 6 • s. 534 4433 • www.isband.is



JÓLIN ERU KOMIN Í NÝBLÓM

~ Úrval gjafavöru og skreytinga ~

Fallegu
kertin frá
Jöklaljósum
eru komin



*Leitið ekki langt
yfir skammt*

*Verslum í
heimabyggð*

Galleríj
Nýblóm

Háholt 13 - Sími: 564 1129

Hvíti Riddarinn
Restaurant - Bar - Sportbar



STÓNS

ROLLING STONES

TRIBUTE

Á HVÍTA RIDDARANUM

LAUGARDAGINN 15. DESEMBER

FORSALA 1500KR

HURD 2000KR

facebook Fylgstu með okkur á facebook...facebook.com/hvitriddarinn



EINAR KÁRASON
LES ÚR BÓK SINNI



EINVALIÐ RÍTHÖFUNDA
LAS ÚR VERKUM SÍNUM



BÓKMENNTAHLAÐBORD Á BÓKASAFNINU



KERTALJÓS OG KAKÓ
Í KJARNANUM



STARFSFÖLKID
Á BÓKASAFNINU



Menningarstund á Hvirfli - 1. desember 2012



Gallerí Hvirfill

Nýjar bækur á
afsláttarverði.

Gamlar bækur
á gjafvirði.

Léttar
veitingar
og lifandi
tónlist.

Gallerí Hvirfill
og Óðinsaugla



Bjarki Bjarnason



Huginn Grétarsson



Þóra Sigurþórsdóttir

Dagskrá

15:00-18:00. *Opið hús*. Sýning á verkum leirlistarkonunnar Þóru Sigurþórsdóttur.

15:15. *Bókmenntadagskrá*. Bjarki Bjarnason les upp sigilt ævintýri sem hann þýddi og birtist í bókinni Fjársjóðskistan II. Huginn Þór Grétarsson kynnir nýtt þjóðlegt ævintýri sem ber nafnið Myrkjælna tröllid. Lesið verður upp úr bók Helga Ingólfssonar Frjálsar hendur - kennarahandbók.

Staðsetning: Gallerí Hvirfill í Mosfellsdal.



Jólatréssala

Jólatréssala til styrktarmeistaraflokks kvenna í handbolta, Aftureldingu

Á PLANINU HJÁ BÍLASÖLUNNI 100 BÍLAR

OPIÐ HELGAR fram að jólum 15.16. 22. og 23.des frá kl. 12:00 - 21:00

VIRKA DAGA (17. des - 21. des) frá kl. 17:00 - 22:00.

VERSLUM Í HEIMABYGGÐ OG STYRKJUM STELPUNAR OKKAR

DÝRALÆKNIRINN MOSFELLSBÆ

Pverholti 2 - Sími: 566 5066 - Opið virka daga kl. 9-18

TILBOÐ

20% AFSLÁTTUR

AF STÓRUM POKUM AF SCIENCE PLAN HUNDA- OG KATTAFÓÐRI

20% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM STÆRÐUM AF SCIENCE PLAN HVOLPA- OG KETTLINGAFÓÐRI



Tilboðið gildir í desember



Rizzo Pizzeria

☎ 577 7000

GRÍPTU MEÐ ÞÉR GÓMSÆTA

ELDBAKAÐA

PIZZU

BÆJARLIND • HRAUNBÆ • GRENSÁSVEGI • MOSFELLSBÆ

**TVENNU
TILBOÐ**

SÓTT

Þú kaupir eina pizzu af matsæðli og brauðstangir og færð aðra pizzu sömu stærðar að auki.

**ELDHEIT MEÐ
TVEIMUR**

SÓTT

Stærri pizza með tveimur áleggstegundum.

1.590 kr.

Sigrún Breiðfjörð Magnúsdóttir snýrtífræðingur missti móður sína úr krabbameini árið 2007. Frá þeim tíma hefur viðhorf hennar til lífsins breyst mikið.

Hugsa til hennar daglega

Maður jafnar sig aldrei eftir svona missi en maður lærir að lífa með sorginni", segir Sigrún er ég spyr hana út í móðurmissinn en móðir hennar, Þórdís Þórisdóttir lést langt um aldur fram úr krabbameini.

Sigrún vakti athygli í sumar er hún hljóp í fyrsta sinn tuttu og einn kílómetra í Reykjavíkmarathoninu og tileinkaði móður sinni hvert skref sem hún tók.

„Ég og Kristín Björg æskuvinkona mín bröllobum margt saman á okkar yngri árum. Við áttum til að mynda alltaf eins fót og skóládótt og margir áttu það til að rugla okkur saman, enda vorum við oft spurðar að því hvort við værum tvíbúar. Við fórum ófár ferðirnar um bænum okkar og enduð- um oft á því að koma við í Kaupfélagssjópp- unni til að kaupa bland í poka.“

Við unnum aldrei neitt

„Við Kristín tókum einnig reglulega þátt í Freestyle keppninni í Tónabæ og fórum um landið til að keppa í dansi en merkleigt nokk, við unnum aldrei neitt og ég bara skil það ekki, segir Sigrún skellihljáendri er hún rífar þetta upp.“

Við vestrartímann fórum við á skófi og tókum rútna hverja einustu helgi upp í Skálafell. Mæður okkur voru mjög góðar vinkonur og þær og gott til þess að hugsa þegar maður litur til þaka hvað þetta var yndislegur tími.“

Sigrún er fædd í Reykjavík 6. ágúst 1976. Foreldrar hennar eru þau Þórdís Þórisdóttir sjúkraliði og Magnús Kristjánsson sölumaður. Sigrún á einn bróður, Kristján en hann er fæddur árið 1971 og er einn af eigendum Fiskbúðarinnar í Mosfellsbæ. Foreldrar þeirra fluttu í Mosfellsbæinn árið 1980, nánar tiltekið í Reykjavíggöðina þar sem þau systkinin ólust upp.

Lærdi snýrtífræði

„Ég kláraði Gagnfræðaskóla Mosfells- bæjar árið 1992. Þaðan lá leið mín í lön- skólann í Reykjavík þar sem ég fór að læra hárgreislöu en ég hætti eftir eitt ár og fór út á vinnuarkaðinn. Ég kláraði einn Menntaskólann í Kópavogi árið 2003 og



Kjartan og Sigrún á góðri stundu.



» **Ég man það eins og það hefði gerst í gær þegar ég fékk það staðfest að móðir mín ætti ekki langt eftir, ég fór til afa og ömmu og sagði þeim fréttirnar. Það er án efa það erfiðasta sem ég hef gert.**

Snýrtíbraut í Fjölbrautaskólunum í Breið- holti árið 2009. Eftir það fór ég í NTV skól- ann í Grafiska hönnun og útskrifaðist þaðan árið 2010 og gæti alveg hugsað mér að læra meira í henni í framtíðinni.“

Hugsa vel um heilsuna

„Ég hef starfað lengst af í bankageiranum en í dag starfa ég sem salsljófi hjá Bernd- sen & Co ehf. Ég hef mikinn áhuga á öllu sem við kemur tísku og heilsu- samlegu mataræði og er algjör alreta á allt lesefni sem heitir lífrænt og náttúrulegt. Ég hugsa vel um heilsuna og þá sérstaklega hvað maður ber á húðina. Ég er samt ekki að segja að ég borði aldrei neitt óhótt, það er nauðsynlegt að leyfa sér af og til eitthvað sætt og gott“, segir Sigrún og brosir.“

Erum mikið úti á velli

„Ég keypti mína fyrstu íbúð í Mosfells- bænum árið 2003 ásamt unnum mínum, Kjartani þó Reinholdssni viðskiptafræð- ingsi en við höfum verið saman frá árinu 2002. Ég á son með Stefáni Arnalds sem heitir Aron Daniel Arnalds og er fæddur árið 2000. Aron er mikill orkubolti og hefur æft knattspýnu frá því að hann var þriggja ára. Við spýjum hann í boltanum og erum mikið með honum úti á velli.“

Greindist með sortuæxli

„Ég missti móður mína og bestu vinkonu úr krabbameini 7. júlí árið 2007. Hún var einungis 54 ára er hún lést og því tekin frá okkur allt of snemma. Hún var yndisleg kona, góðhjúrtu og fallett.“

Hún starfaði lengi vel á Reykjalund en starfaði í Víðinesni er hún lést. Móðir mín greindist með sortuæxli árið 2004. Það var tekin af henni fæðingartelur og í honum fundust frumþreytingar. Meinið dreifði sér síðan í eitlana svo það var í raun aldrei aftur snúið.

Ég man það eins og það hefði gerst í gær þegar ég fékk það staðfest að móðir mín ætti ekki langan eftir, ég fór til afa og ömmu og sagði þeim fréttirnar. Það er án efa það erfiðasta sem ég hef gert.“



ARON DANIEL MEÐ ÞÓRÐÍSI ÖMMU



SYSTKININ SIGRÚN OG KRISTJÁN



SIGRÚN Á FERMINGARDAGINN

Breytt viðhorf til lífsins

„Þegar ég kom heim frá líknardeildinni þar sem móðir mín lést var eins og það hefði myndast stór gjá í lífi mínu og það kom svakalegur tömleiki. Það er alveg ljóst að eftir svona missi þá breystist viðhorf manns til lífsins mikið.“

Maður verður að taka einn dag í einu og lífa með sorginni, vera þakklátur fyrir það sem maður á og þakka fyrir hvern dag sem maður fær“, segir Sigrún alvarleg á svip. Ég ætla að vera þakklátur fyrir hverju hrukku sem ég fæ því hún spannar lífsgögu mína og það sem ég hef upplifað í gegnum ævina.“

Gott að hafa hana til staðar

„Móðir var yndisgóð þegar sonur minn kom í heiminn og það er ólýsanlegt hvað það var gott að hafa hana til staðar þegar ég fetaði mín fyrstu spor sem móðir sjálf. Mamma tók sér nokkur vikna fri og við dunduðum okkur saman við að horfa á þetta yndislega kraftaver sem var allt í einu komið inn í líf okkar.“

Hún var yndisleg amma og Aron Daniel talar ennþá með það hvað hún var hly og góð. Hún átti tvö barnabörn er hún lést, Aron Daniel og Audi Dís en svo bættist Kristján þó í hópinum árið 2008.“

HIN HLIÐJÓN

Hvað myndi ævisaga þin heita?

You'll Never Walk Alone.

Fallegasti staður í Mosfellsbæ?

Uppi á Helgafelli og horft yfir bænn.

Hvert er besta ráð sem þú hefur nýgt þér?

Sætning sem mamma mín sagði við mig áður en hún dó „vertu sterk“

Upphaldsþjalag?

Baggalatur svikur engan.

Ertu A eða B manneskja?

A en samt gott að sofa stundum út.

Hver er upphaldsýghliuturinn þinn?

Úrið mitt og Hildur Halstein armbandinn.

Besta ilmvatnið?

Burberry Brit.

Hvert er helsta takmark þitt í lífinu?

Að lífa lífinu lífandi með skemmtilegu fökli.

Hvaða þrjú orð lýsa þér best? Læst

réttleikskemnd, gláðynd og dugleg.

hannaðu þitt eigið heima
auðveldara en þú heldur á

merkt.is



Sérmerktar vörur á merkt.is

bollar frá 3.035 kr.

handklæði með nafni 3.850.

handklæði með nafni og mynd 4.675 kr

púsl frá 2.930 kr.

bolir frá 2.868 kr.

ferðabollar kr. 3.927.

svuntur frá 4.588 kr.

kokkahúfur frá 3.759 kr.

koddaver frá 3.097 kr.

... og margt, margt, margt fleira



merkt - Faxafeni 12 - s. 577 1960 - merkt@merkt.is

DÓMNEFND
SÖNGKEPPINNAR



SIGGA MAJA SIGURVEGARI
SÖNGKEPPNI BÓLSINS



Stíll, söngkeppni og árs hátíð á dagskrá í nóvember Margt um að vera í Bólinu

Undankeppni Stíls fór fram 9. nóvember og heppnaðist mjög vel. Sigurvegarar voru Auður Linda Sonjudóttir, Karen Vignisdóttir og Steinunn Halldóra Axelsdóttir sem var einnig módel liðsins. Þær voru fulltrúar Bólsins í aðalkeppni Stíls sem fór fram í Hörpu um helgina.

Sigga Maja sigraði söngkeppnina
Söngkeppni Bólsins var haldin hátíðleg þann 14. nóvember og voru fjölmargir keppendur sem tóku þátt. Troðfullt var útúr dyrum. Dómnefndin var ekki af verri endanum en hún skartaði þeim Matta Matt, Gretu Salóme og henni Elísu Sverrisdóttur

sem var sigurvegari söngkeppni Bólsins í fyrra. Sigríður María Hilmarsdóttir stóð uppi sem sigurvegari og mun keppa fyrir hönd Bólsins á undankeppni samtís eftir áramót.

Ari Eldjárn leynigestur
Árshátíð Bólsins fór fram þann 21. nóvember í Hlégarði. Fjölmargir mættu í sínu fínasta dressi enda var þemað að þessu sinni Hollywood. Dj. Svali sá um það að halda stemmingsinni í blússandi botni langt fram eftir kvöldi og leynigestur kvöldsins var Ari Eldjárn. Myndir frá árshátíðinni verða birtar í næsta blaði.



UNDIRBÚNINGUR
FYRIR STÍL 2012

MOSFELLINGUR

KRAKKA KROSSGÁTA

Leystu krossgátuna með því að finna nöfnin á jólasveinum.

Sendið inn lausnarorð fyrir 14. desember.

Á netfangið krossgata@mosfellingur.is eða með pósti í Spóahöfða 26.

Fimm vinningshafar fá allar þessar veglegu bækur í verðlaun:

STUÐLABERGS OLUKERTI

Upplagt sem skreyting
á aðventunni, í garðinn
eða sem lýsing á leiði.

Til í ýmsum stærðum
Mosfells hönnun

Verð frá kr. 18.000

Upplýsingar í síma 694 7300



Gerð fráber kaup!

Jólamarkaður

LAGERSALA

Fáðu jólagjöfna hjá okkur
á hagstæðu verði!

Tölvutöskur, neophrene flöskupokar,
flöskutappar, slökunardiskar, klútar,
hattar og húfur, allskyns lampar
og ýmislegt fleira.

Opnunartími alla virka daga frá
29.11 til jóla kl: 15:30 – 18:30

HP
Heldverstun

ERUM Í HÁHOLTI 14 VIÐ HLIÐINA Á PÓSTNUM ;)

Eirhamrar -þjónustumiðstöð

Fjölskyldusvið Mosfellsbæjar óskar eftir:

Hárgreiðslumeistara til að sjá um rekstur hárgreiðslustofu og fótaaðgerðafræðingi til að sjá um rekstur fótaaðgerðastofu í húsnæði Eirhamra, Hlaðhömrum 2.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Tilskilin menntun ásamt reynslu af þjónustu við eldra fólk.
- Ríkuleg þjónustulípurð og virðing fyrir fólk.
- Áhersla er lögð á að þjónusta hárgreiðslumeistara sé veitt á eftirmiðdögum miðvikudaga til og með föstudaga og að morgni til eftir þörfum.
- Gert er ráð fyrir aðstöðu snyrtifræðings í annarri hverri aðstöðunni.

Umsóknir ásamt upplýsingum um menntun og starfsreynslu sendist á netfangið mos@mos.is fyrir 11. desember 2012. Nánari upplýsingar veita Unnur V. Ingólfssdóttir, framkvæmdastjóri fjölskyldusviðs Mosfellsbæjar, uvi@mos.is, og Birna Svavarsdóttir, hjúkrunarforstjóri Eirar, birna@eir.is.

Á Eirhömrum er þjónustumiðstöð fyrir eldra fólk í Mosfellsbæ og 53 öryggis-íbúðir. Endurbætur standa yfir á þjónustumiðstöð Eirhamra og í lok árs verður opnuð þar ný hárgreiðslustofa og fótaaðgerðastofa, ásamt nýrri aðstöðu fyrir dagdvöl, félags- og tómstundastarf. Á vordögum 2013 verður tekið í notkun 30 rýma hjúkrunarheimili, sem er samtegt íbúðunum. Þá verða íbúar Eirhamra um 100 talsins.



VIRÐING JÁKVÆDNI FRAMSÆKNI UMHYGGJA

MOSFELLSBÆR

Það liggur í loftinu ...

Í síðasta pistli fjallaði ég um samspil umhverfis og heilsu og hvað sé í raun okkar helsta umhverfi: inni-loftslag á okkar eigin heimili.

Nú mun ég fjalla betur um þá þætti sem helst hafa áhrif á inni-loftslagið. Fyrst ber að nefna loftið utandyra, loftið innandyra kemur jú upprunalega að utan. Sem betur fer búum við svo vel hér á Íslandi að loftmengun utandyra hefur sjaldan verið áhyggjuefni. Á þurrum köldum vetrardögum getur svifryk, þá helst vegna umferðar, oftast en ekki farið yfir svokölluð hættumörk. Þá er horft til mælinga á Grensás og í Húsdýragarðinum en útúr frá þeim eru t.d. birtar á www.reykjavik.is og á vef Umhverfisstofnunar: www.loftgaedi.is (2 aðrar mælingar fara fram á höfuðborgarsvæðinu, í Kópavogi og á Hvaleyrarholti í Hafnarfirði, en þær niðurstöður eru ekki jafn aðgengilegar). Einnig má sjá styrk nitrooxíðs en það má einnig rekja til umferðar. Á slíkum dögum er fólk ráðlagt að hafa glugga lokaða yfir daginn. En hversu mikið segja mælingar í kulda og stillu á Grensás um svifryks- eða nitrooxíðsmengun í Mosfellsbæ? Stærstur hluti Reykjavíkur er staðsetur innan við 5 km frá mælingunum en Mosfellsbær er um 9 km í burtu. Umferðarþunginn í Mosfellsbæ er einnig mikið minni en við Grensás. Mælingarnar segja því líklega ekki mjög mikið um rauverulegt ástand úti lofts í Mosfellsbæ og í þessu tillit er því óhætt að segja að loftmengun utandyra sé ekki mikið áhyggjuefni hér í bæ.

Eini gallinn sem ég hef séð við það að búa í Mosfellsbæ er brennisteinsfynkurinn sem stundum leggur yfir bæinn. En við Grensás er einnig mældur styrkur brennisteinsvetnis



þó að ekki sé hægt að nálgast þær niðurstöður á „opinbera“ vefnum www.loftgaedi.is, af einhverjum ástæðum. Þær mælingar má hins vegar nálgast á www.loft.ust.is. Á „opinbera“ vefnum eru birtar mælingar frá Hafnarfirði. Séu mælingarnar bornar saman

má sjá nokkur líkindi en samt sem áður mjög ólíka toppa og á hvaða tíma sólarhringsins aukning eða minnkun verður á styrk brennisteinsvetnis.

Það útskýrist augljóslega af því hvort t.d. verið sé að bora holur, láta þær blása eða þess háttar en jafnframt af breytilegum vindáttum. Í NA-átt fýkur brennisteinsgufan frá Helliheiti og Nesjavöllum nær Hafnarfirði en fer nánast alveg fram hjá mælingum við Grensás, og framhjá Mosfellsbæ; í A-átt er dreifingin mikið jafnari, þó fer líklega mest á Grensás og Hafnaförö og eitthvað yfir Mosfellsbæ; í S- og SA-átt fer allt brennisteinsvetnið yfir Mosfellsbæ og ólíklegt er að mælingar í Hafnarfirði eða annars staðar verði þess áskynja. Í norð- og vestlægari áttum verða hins vegar Hvergerðingur og Sellyssingar fyrir barðinu á öfögnunum. Ráðlegt er að loka gluggum og halda sig innandyra eða koma sér af svæðinu þegar brennisteinsfynkurinn er í loftinu. Brennisteinsvetni (hydrogen sulfide) er nefnilega baneitruð loftgædding í miklu magni og getur leitt til ýmissa kvilla og óþæginda til lengri tíma þó hún mælist ekki nema í litlu magni. Í næsta pistli mun ég fjalla um heimilis-, hreinlætis- og aðrar neysluvarnir sem geta verið trúfullar af óheilnæmum efnum.

*Kær kveðja í Most!
Benedikt Þorri Stjórjónsson,
framkvæmdastjóri hjá WHO European Centre for Environment and Health, Bonn.*

HEILSUÁR Í MOSFELLSBÆ 2012 HEILSUVIN Í MOSFELLSBÆ



Nýir
Mosfellingar

mosfellingur@mosfellingur.is

Aðalfundur Vinstri Grænna í Mosfellsbæ



VINSTRIHREYFINGIN
grænt framboð

Fundurinn verður haldinn á annarri hæð í Hlégarði þriðjudaginn 4. desember kl. 18.

Dagskrá:

1. Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt lögum félagsins.
2. Önnur mál.

Hvetjum alla félagsmenn til að mæta.

Stjórnin

TEXTURE

Hár-, snyrti og naglastofa

Krakkadagur

9. desember verðum við með krakkadag milli 11:00 og 14:00 þar sem jólasveinninn kemur í heimsókn, syngur og gefur glaðning.

Um leið og við þökkum viðskiptin á árinu óskum við ykkur gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.

Minum á tímabantanir fyrir jólin.

LCN gelneglur Tilboð í desember

Neglur og ein lagfæring 8.990 kr.
Neglur 4.800 kr.



Jólakveðja,
Hulda, Hrefna, Íris, Bárá og Steinunn

*Lanza, Paul Mitchell
og Tigi hárvörur
Tilvaldar í jólapakkann*



Háholt 23 ~ Mosfellsbæ ~ S: 566-8500.

Opnunartími virka daga 9 - 18, Lau. 9 -14

ÞÚ FÆRÐ ALVÖRU HAMBORGARA HJÁ OKKUR



**BEINT
Í BÍLINN**



**120
GR**

**MUNÐ EFTIR OKKAR SÍVINSÆLA
FJÖLSKYLDÚTILBOÐI**



**HEITUST
Á GRILLINU
SVÖLUST
Í ÍSNUM**



HÁHOLT 24 - S. 566-7273

ATH.

**BREYTTUR
OPNUNARTÍMI
Í VETUR**

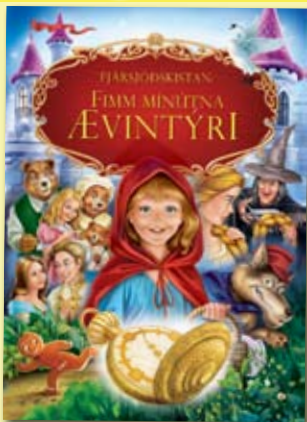
SUN 11:00-21:30

MÁN-FIM 10:00-21:30

FÖS OG LAU 10:00-22:30

18 sígild ævintýri

- Bjarki Bjarnason og
Huginn Þór Grétarsson þýddu.



Fjársjóðskistan: Fimm mínútna ævintýri.

Glæsileg bók með 18 sígildum ævintýrum. Ævintýrin eru hæfilega löng til að lesa fyrir háttinn. Vönduð myndskreyting gerir þetta sagnasafn að eigulegri gjöf.

Tryggið ykkur þessa frábæru bók í jólapakkana.



Bjarki Bjarnason er afkastamikill rithöfundur og hefur sent frá sér sagnfræðirit, ljóðabók, barnabækur og skáldsögu. Hann er annar höfundur að sögu *Mosfellsbæjar* og *Aftureldingar*. Bjarki vann að þýðingu þessara sígildu sagna sem birtast í nýju Fjársjóðskistunni. Hann býr í Mosfellsdal.

LEYNDARMÁL KELA

- Ingbjörg Kr. Ferdinandsdóttir



Ingbjörg Kr. Ferdinandsdóttir er barnabókahöfundur og kennari hjá Mími símenntun. *Leyndarmál Kela* er sjálfstætt framhald af fyrri bók hennar *Keli minn sem hvarf* sem kom út í nóvember 2011. Sú bók fékk frábæra dóma og er notuð í lífsleiknikennslu í mörgum grunnskólum landsins. Ingbjörg hefur búið í Mosfellsbæ síðan 2005.

Vætanleg í desember.



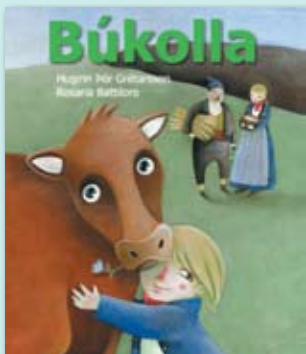
Keli Kaka er aftur mættur til leiks í þessari frábæru sögu. Í bókinni er Keli numinn á brott og við fylgjumst með aðrífum hans. Þegar hann kemur loks aftur heim til fjölskyldu sinnar er komið babb í bátinn - nýr kisi í bælið hans! En Keli á sér ótrúlegt leyndarmál sem gæti breytt öllu.

ÞJÓÐLEG ÆVINTÝRI

- Huginn Þór Grétarsson



Myrkfælna tröllid hjálpur litlum börnum og tröllum að sigrast á myrkfælninni. Vætanleg í desember.



Búkolla aðlöguð að nútíma málfari með nýrri glæsilegri myndskreytingu. Vætanleg í desember.



Huginn Þór Grétarsson er í hópi fremstu barnabókahöfunda landsins. Hann hefur skrifað vel yfir tuttugu bækur sem taka á fjölbreyttu viðfangsefni. Hann skrifaði bókina *Myrkfælna tröllid* og aðlagði söguna um Búkolla að nútíma málfari.





STJÓRN ÚU, SIGNÝ SIGTRYGGSDÓTTIR RITARI,
BRYNDÍS JÓHANNSDÓTTIR GJALDKERI OG
HAFDÍS RÚT RUDÓLFSDÓTTIR FORMADUR



ÚUKUNURNAR INGA HRÖNN,
HELGA, ÞÓRHILDUR OG SVANHVIT MÆÐ
VEISLUSTJÓRANUM ARNDÍSI LINN

Lionsklúbburinn Úa hélt sitt árlega vinkvennakvöld í Hlégarði • Láta gott af sér leiða og safna fyrir Reykjadal

Suðrænt og seiðandi vinkvennakvöld

Híð árlega vinkvennakvöld Lionsklúbbsins Úu var haldið í Hlégarði 9. nóvember. Hópur kvenna mætti og skemmti sér konunglega en þema kvöldsins var suðrænt og seiðandi. Veislustjóri kvöldsins var Arndís Linn og fór hún á kostum. Mikíð var af skemmtilegum uppkomum. Ungar og efnilegar söngkonur þær Nína Halda Leifsdóttir og Agnes Þóra Þéursdóttir sungu auk þess sem Ragnheiður Erla Björnsdóttir söng við undirleik Hafdísar Pálsdóttur á píano. Anna Sigurðar kom og kenna skemmtilega danssveiflu við góðar undirtekjur úr salnum og einnig var happdrætti með glæsilegum vinningum. DJ Garðar spilaði síðan fyrir dansi.



ANNA Í DANSSSVEIFLU

Láta gott af sér leiða

Lionsklúbburinn Úa var stofnaður 10. desember 2007 og starfar að líknarmálum. Kjörorð þeirra er að láta gott af sér leiða. Að sögn formanns Úu, Hafdísar Rutar Rudólfsdóttur, rann ágóði kvöldsins í líknarsjóð klúbbsins og að þessu sinni verður peningagjöfni varið til Dvalahemilis lamaðra og fatlaðra í Reykjadal. Félagskonur vilja koma á framfæri þökkum til allra þeirra sem studdu við bakíð á þeim með happdrættisvinningum og einnig öllum þeim sem gerðu kvöldið eftirminnlegt í alla staði.



STUÐ Í HLEGARÐI



ÞÓRHILDUR OG BERGLIND
SKEMMTU SÉR VEL



SENJÓRÍTURNAR
GUDNÝ OG DAGNÝ

Jólatrjáasala í Hamrahlíð



Skógræktarfélag Mosfellsbæjar verður með jólatrjáasölu í Hamrahlíð við Vesturlandsveg nú í desember.

Opið verður frá 8. desember

Kl. 12-16 virka daga

Kl. 10-16 um helgar

Tekið er á móti hópum á öðrum tímum ef óskað er.

Hafið samband í síma 867-2516 / 897-9585 eða skogmos@internet.is



HAGSTÆTT VERÐ Í HEIMABYGGÐ

VELJUM ÍSLENSKT

Jólasveinar verða í skóginum
15. des, 16. des og 22. des kl. 11:30

Hægt er að fara í skóginum og saga sjálfur tré en einnig verða til sögu tré á staðnum.

Til sölu eru:

- lifandi tré í pottum (1/2-1 m), greni og fura
- höggvin tré í öllum stærðum, greni og fura
- furutoppar
- útlitssjóliu tré (veggtré)
- gjafabréf



GLÁÐAR OG GEISLANDI



FLOTTUR VINKVENNAHÓPUR

Jólin koma

Inga Elín verður með
opið hús á vinnustofu sinni,
Svöluhöfða 12, um helgina.

Opið kl. 11-15

laugardaginn 1. desember
og sunnudaginn 2. desember.

Allir hjartanlega velkomnir og
léttar veitingar að hætti jóllanna.



JÓLAMARKAÐUR Í BYMOS

Úti og inni jólaseríur, skrautseríur,
jólakort, pappír og merkisþjöld,
jólasveinabúningar og margt fleira

ALLT Á GÓÐU VERÐI

**OPIÐ ALLA DAGA
TIL JÓLA**

HÁHOLTI 14 - SÍMI 586 1210





BESTU ÍDKENDUR Í HVERRI DEILD

UPPSKERUHÁTÍÐ



JÓN JÓNSSON
TÓK Í GÍTARINN

Uppskeruhátíð Aftureldingar var haldin laugardaginn 17. nóvember að Varmá að víðstöðu fjölmenni. Fjölmargar víðurkenningar voru veittar til íökenda í öllum deildum auk þess sem valið var íþróttafólk deilda og ýmsar aðrar víðurkenningar veittar.

Víðurkenningar deilda hlutu sem hér segir: **Badmintondeild:** Arna Karen Jóhannsdóttir og Guðmundur Ágúst Thorodsson. **Fimleikadeild:** Móey Pála Ríharsdóttir og Alexander Sigurðsson. **Friðlsþróttadeild:** Tamar Lipka Pornarsdóttir og Friðrik Karl Karlsson. **Handknattleiksdeild:** Sara Kristjánsdóttir og Davíð Hlíðberg Svansson. **Karatedeild:** Telma Rut Frimannsdóttir. **Blakdeild:** Zaharina Filipova Filipova. **Knattspyrnu deild:** Lára Kristín Pedersen og Wentzel Steinar Kamban. **Taekwondodeild:** Herdis Þórðardóttir og Viktor Ingi Ágústsson. **Sunddeild:** Þjarkey Jóhannsdóttir og Davíð Fannar Ragnarsson. Á myndinni má sjá þessa einstaklinga eða fulltrúa deilda.

Íþróttakar og kona Aftureldingar voru bæði valin í ár í röðum knattspyrnuman- en það eru þau Lára Kristín og Wentzel Steinar eins og sjá má á forsiðu Mosfellings að þessu sinni.

ÍÞRÓTTAMENN AFTURELDINGAR



1975	Lárus Halldórsson	handknattleiksmábur
1976	Jón Þ. Sveinsson	friðlsþróttamaður
1977	Þorvaldur Hreirosen	knattspyrnumábur
1978	Inga Ólafsdóttir	friðlsþróttakona
1979	Emil B. Karlsson	handknattleiksmábur
1980	Sigrún Guðný Markósd.	friðlsþróttakona
1981	Sigurjón Erikkson	handknattleiksmábur
1982	Steinar Tómasson	handknattleiksmábur
1987	Helga Björg Bjarnadóttir	friðlsþróttakona
1988	Friða Rún Þórðardóttir	friðlsþróttakona
1989	Friða Rún Þórðardóttir	friðlsþróttakona
1991	Hrafnhildur Jóhannsdóttir	sundkona
1992	Friða Rún Þórðardóttir	friðlsþróttakona
1993	Róbert Sigfátsson	handknattleiksmábur
1994	Friða Rún Þórðardóttir	friðlsþróttakona
1995	Síla Rún Ágústsdóttir	knattspyrma-kona
1996	Gunnar Steinþjersson	sundmaður
1997	Rafn Arnason	friðlsþróttamaður
1998	Rafn Arnason	friðlsþróttamaður
1999	Eggríki Sigurbsson	handknattleiksmábur
2000	Giltirast Svavýnast	handknattleiksmábur
2001	Geir Rúnar Birgisson	knattspyrnumábur
2002	Sigurjón Jóhannsson	badmintonmaður
2003	Emil Ingi Hreirosen	handknattleiksmábur
2004	Halldór Lárusson	friðlsþróttamaður
2005	Halldór Lárusson	friðlsþróttamaður
2006	Halldór Lárusson	friðlsþróttamaður
2007	Brjanna Fimisdóttir	friðlsþróttakona
2007	Hilmir Stefánsson	handknattleiksmábur
2008	María Ramnveig Guðmundsd.	knattspyrma-kona
2008	Paul Ólafsson	knattspyrnumábur
2008	Telma Rut Frimannsdóttir	karatekona
2009	Kristján Helgi Carrasco	karatekona
2009	Telma Rut Frimannsdóttir	karatekona
2009	Kristján Helgi Carrasco	karatekona
2009	Sigurður Þóra Birgisdóttir	knattspyrma-kona
2011	Telma Rut Frimannsdóttir	karatekona
2011	Sigurjón Thorodsson	friðlsþróttamaður
2011	Lára Kristín Pedersen	knattspyrma-kona
2012	Wentzel Steinar Ragnarsson	knattspyrnumábur

Nýjar stjórnur bættast við

Laugardaginn 17. nóvember sóttu 30 keppendur úr Frjáls-íþróttadeild Aftureldingar Silfurleika ÍR. Breidd okkar keppenda var mikil og náðum við fjórum gullum þremur, silfrum og fimm bronsum. Þetta var mjög fjölmenn samt en þarna voru vel á sjöunda hundrað keppendur skráðir til leiks og öll keppni mjög hörð. Á myndinni má sjá keppendur frá Aftureldingu sem eru tíu ára og yngri með sýnum líðsstjóra. Þau kepptu í þrautabraut sem líð og stóðu sig frábærlega fyrir hönd Aftureldingar, en keppendur í þessum aldersflokkum voru tvö hundruð og sjötíu.



Glæsilegur árangur taekwondodeildar

Um síðstu helgi, 24. og 25. nóvember, fór fram fyrsta bikarmót vetrarinnar í taekwondo. Aldrei í sögu greinarinnar á Íslandi hefur verið haldið jafnfjölmenn mót, alls voru um 400 keppendur skráðir til leiks í bæði fornum og bardaga. Afturelding sendi að venju öflugan hóp á mótinu sem stóð sig með einendum vel, alls voru 26 keppendur skráðir til leiks og unnu þeir samtals til 38 verðlauna. Á laugardaginum kepptu yngri íökendur og skipti engum togum að krakkarir úr Mosé náðu 11 gullverðlaunum, 9 silfurverðlaunum og 7 bronsverðlaunum, þar af vakti árangur Víktors Sobczynski, Snorra Eskiels Jóhannssonar og Vígdísar Helgu Eyjólfsdóttur mikla athygli en þau unnu til gullverðlauna bæði í bardaga og fornum, nokkuð sem ekki er algengt að leikið sé eftir í greininni. Á sunnudeginum kepptu eldri íökendur og vann Aftureldingarfólk til 12 verðlauna þann daginn, þriggja gullverðlauna, fimm silfurverðlauna og fjögurra bronsverðlauna.



VIKTOR OG ÁSTHILDUR

basic

Sími 571-5671
Háholi 13 - 15 / 270 Mosfellsbæ

Hvildarstólar í úrvali Basicplús Mosfellsbæ

OPÍÐ
Virka dagra kl. 12-18
Laugardaga kl. 12-15

Virkið aðeins kr. 79.000,-

Erum á facebook Basicplús Mosfellsbæ

AFTURELDING

Treyjur, æfingagallar, íþróttatöskur,
gervigrasbuxur, húfur, handklæði, sængurver o. fl.
Jólagjöfina færðu hjá okkur.

Hestar og Sport
Kjarnanum í Mosfellsbæ

Framtíðarreikningur vex með barninu

Framtíðarreikningur Íslandsbanka er verðmæt gjöf sem vex með barninu. Hann er bundinn þar til barnið verður 18 ára og ber hæstu vexti almennra verðtryggðra innlánsreikninga bankans hverju sinni.

Með því að stofna Framtíðarreikning í nafni barns safna ástvinir fyrir það í sjóð sem getur seinna meir orðið ómetanlegt veganesi út í lífið.

Fá finnur sérfræðinga í sparnaði í þínu útibú.



Jólaþakpaull!

Óhug og þun
Framtíðarreikningur og
innlánsreikningur yfir 2.000 kr.
þyngja þóttur eða gjófaþak.

* Málfr. Tíðindi 2014

Við bjóðum
góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000


Íslandsbanki

STRÁKARNIR STYÐJA AFTURELDINGU

STYÐUR ÞÚ STRÁKANA?



Fiskbúðin Mos

HÁHOLT 13-15 • SÍMI 578 6699

**KRYDD OG SÓSUR
Í ÚRVALI!**
Útbúið af Fiskbúðunni



OPIÐ:
MÁN-FÖS
KL. 10-18:30



Telma Rut Íslandsmeistari í þriðja sinn

Íslandsmeistararnir fullorönnu í kumite frá laugardaginn 17. nóvember. Telma Rut Frimannsdóttir, frá karatedeild Aftureldingar, keppti í opnum flokki en hún vann öruggan sigur í þeim flokki þriðja árið í röð. Árin 2010 og 2011 vann hún bæði í sínum þyngdaraflökki og opnum flokki en í ár var hennar þyngdaraflökki felldur niður vegna ónógrar þátttöku.

Karate skiptist í tveir keppnisgreinar, kata og kumite, en í kumite mestast tveir keppendur í líkamlegri keppni en í kata er keppt við myndaðan andstæðing.



Elding komin út

Þessa dagana eru sjálfbæðiliðar í knattspyrnu deild að bera út árlegt haust tímarit knattspyrnu deilda, Elding. Fyrir þá sem ekki geta beðið eftir blaðinu, má nálgast eintak í íþróttamiðstöðinni á Varmá. Blaðið er vandaðra og glæsilegra en nokkru sinni fyrr og kann knattspyrnu deild öllum þeim sem lögðu hönd á plög við útgáfunna bestu þakki. Leið mistök voru þó gerð, en aftan á blaðinu er fyrir fyrir þá sem hafa tekið þátt í landsliðsverkefnum á vegum KSÍ á árinu. Þar vantar eitt nafn. Arnór Gauti Ragnarsson tók þátt í verkefnum með U16 ára landsliðinu á árinu.



Jólamót Aspar haldið í Lágafellslaug

Jólamót Aspar verður haldið í Lágafellslaug föstudaginn 7. desember kl. 17. Þá munu allir keppendur Aspar mæta og verður því margt um manninn. Öspín er íþróttafélag fatlaðra og þroskahamaðra og eru æfingar reglulega í Lágafellslaug á mánudögum kl. 16 og föstudögum kl. 17. Friðrik sunndjálfafrar heldur uppi fjörunu og gerir æfingarnar að skemmtilegum leik.

Góður árangur á unglíngamóti í badminton

Um síðastiðna helgi hélt Badmintondeild Aftureldingar sitt árlega unglíngamót í íþróttahúsinu að Varmá. Þar voru samankominir 122 keppendur frá 10 félögum. Keppendur Aftureldingar stóðu sig vel í sínum flokkum og fóru heim með tveimur gull og tveimur silfurverðlaunum. Anna Karen Jóhannsdóttir og Margrét Dís Stefánsdóttir unnu til gullverðlauna í tvíliðaleik telna í U-17 ára. Margrét Dís Stefánsdóttir ásamt Andra Árnasyni úr TBR vann til gullverðlauna í tvendardleik U-15. Sýlvía Sara Sigurðardóttir og Þórunn Anný Ingimundardóttir unnu til silfurverðlauna í tvíliðaleik meylla U-15 ára. Margrét Dís Stefánsdóttir vann til silfurverðlauna í einliðaflokki meylla U-15 ára og Davíð Hafsteinsson vann til silfurverðlauna í aukaflokki pílta U-19 ára.

Deildin varð þrítug í september og mun fagna því með opinni afmælisæfingu sem verður auglýst þegar nær dregur.



Telma Þrastardóttir og Rósa Hauksdóttir munu leika með Aftureldingu í Pepsi-deildinni

Styrkja liðið fyrir tímabilið

Sóknarmaðurinn Telma Þrastardóttir er gengin til liðs við Aftureldingu frá Val. Hún lék áður með Stabæk í Noregi, en þangað fór hún frá Aftureldingu sem er hennar uppeldisfélag. Telma er aðeins 17 ára gömul en hún er mikill markaskorari og á eftir að styrkja lið Aftureldingar mikið. Hún þykir einn efnilegasti framherji landsins.

Þá er Rósa Hauksdóttir gengin til liðs við Aftureldingu. Hún er 24 ára miðjumaður sem uppallir er í Val. Hún hefur spilað með 1. deildar liði Fram undanfarin tvö ár og var markahæsti leikmaður liðsins síðastliðið tímabil með 9 mörk, þegar liðið vann riðillinn sinn í 1. deild, en tapaði í úrslitum um sæti í Pepsi-deildinni gegn Þrótti.



RÓSA OG JOHN ÞJÁLFARI



TELMA OG JOHN ÞJÁLFARI



Strákarnir endurnýja samning við Aftureldingu

Þeir Steinar Jéigisson, Sigurbjartur Sigurjónsson og Arnór Snær Guðmundsson hafa skrifað aðir áframhaldandi samning við knattspyrnu deild Aftureldingar. Allir eru þeir uppaldir Mosfellingar og hafa æft með Aftureldingu frá blautu barnsbeini.



**Fasteignasala
Mosfellsbæjar**

Örugg
og góð
þjónusta

Sími: 586 8080

www.fastmos.is

Gleðilegt jóla og Gleðilegt nýtt ár



SteinTeppi.is

www.steinteppi.is • steinteppi@steinteppi.is • Sími: 864 6600



Valdimar Leó Friðriksson formaður UMSK og hjónin Hlynur Guðmundsson og Hafalís Óskasdóttir.

Hlynur fær gullmerki UMSK

Í kaffisamseti sem haldið var í tilefni 90 ára afmælis UMSK fékk Hlynur Guðmundsson þjálfari hjá Aftureldingu afhent gullmerki UMSK. Aðeins 18 einstaklingar hafa fengið gullmerki UMSK frá upphafi. Hlynur hóf störf sem þjálfari Frjálsíþróttadeildar Aftureldingar árið 1992 og hefur starfað samfleytt síðan, fyrst sem þjálfari og síðan sem yfirþjálfari.

Hlynur var formaður Frjálsíþróttadeildarinnar frá árinu 1998 til ársins 2010. Goggi galvaski er eitt stærsta frjálsíþróttmót barna

á landinu og hefur Hlynur komið að því frá byrjun eða í 22 ár, og síðustu 16 árin sem mótsjóri. Árið 2000 endurvakti Hlynur hið sögulega Álafosshlaup sem fór fyrst fram árið 1921 í Mosfellsbæ.

Hlynur hefur ætíð lagt mikla áherslu á, að hjá ungunum börnum sé ekki einblínt á það að vera bestur eða fyrstur, heldur að vera með og hafa gaman af. Honum hefur líka tekið að komið inn í leik barnanna, aldagamalli íþrótt, glimunni.



OPIÐ HÚS

hjá körfuknattleikseild Aftureldingar í íþróttasal Lágafellslaugar laugardaginn 1. desember kl. 13:00-14:00

Þjálfarar á staðnum Priggja stiga keppni – verlaun í boði

Skráningarblíð verða á staðnum



LAUGARDAGUR 1. DESEMBER KL. 15.00



Næsti heimaleikur að Varmá
AFTURELDING - AKUREYRI
Bikarkeppni karla í handknattleik



Jólasýning Fimleikadeildar

Jólasýning Fimleikadeildar verður haldin að Varmá sunnudaginn 2. desember kl. 11:00. Á sýningunni verða frábærir fimleikataktar og börnin sýna brot af því besta. Allur ágóði rennur til kaupa á áhöldum í nýja fimleikahúsið.



ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA

HANDVERKSHÚS MOSFELLSBÆJAR

Háholthi 14
270 Mosfellsbær
www.handmos.com
gsm 694-9494
gsm 847-7405

Facebook:Handverkshús Mosfellsbæjar



Glæsileg kennslubifreið

Ökukennsla Gylfa Guðjónssonar Sími: 696 0042

Subaru XV 4WD - árg. 2012
Þrágileg og háþróað kennslubifreið
Aktursmat og endurtökuþróf

Mosfellsbær - heilsa og vellíðan

Ég á mér draum - um allhliða heilsusamfélag í Mosfellsbæ sem bæði ég og mín fjölskylda, ásamt öðrum bæjarbúum og gestum, getum notið frábærrar þjónustu á öllum sviðum heilsu. Þá á ég við margvíslega þætti einn og þjónustu á sviði vellíðunar, fjölbreyttu heilsusamlegu veitingu auk alls annars sem tengist heilsu - fyrir yngu jafnt sem alda. Til að gera þennan draum að veruleika hef ég tekið þátt í uppbyggingu heilsuskuldas Heilsuvínjar hér í Mosfellsbæ.



vennum og á fjölmörgum kynningum. Þeir aðilar sem standa að klasanum eru að byrja að finna árangurinn af samstarfinu. Og nú er að bæstast við verkefni Heilsufelldandi samfélags sem allir íbúar í Mosfellsbæ munu geta notið góðs af á komandi árum. Þar skipti aðkoma Heilsuvínjar enn og aftur miklu máli til að vinna því verkefni brautargengi.

Heilsutenging, stóriða

Það hefur verið reiknað út að fjöldi starfa í Mosfellsbæ sem tengjast heilsutengdri starfsemi séu um 450 eða um fjórðungur allra starfa í bæjarfélaginu. Það má því segja að þessi atvinnugrein sé okkar stóriða - með jákvæðum forerkmum. Aðilar að heilsuskuldanum eru nú þegar um 50 og þar má finna fyrirtæki, stofnanir og einstaklinga að ógleymdum sveitarfélaginu Mosfellsbæ.

Þaú teku yfirleitt 3-5 ár að byggja upp árangursríka samstarfsklasa. Miðað við þann árangur sem þegar hefur náðst, lofar framtíðin góðu vaxandi framhald. Það byggir þó enn og áttur á samstarfi allra sem á einn og annan hátt koma að heilsutengdri starfsemi í bæjarfélaginu og ekki hvað síst sveitarfélaginu Mosfellsbæ.

Samstarf sem skilar árangri

Heilsuvinnur er félag sem allir faga- og áhugaaðilar um eflingu heilsutengdri þjónustu, lýðheilsu og heilsueflingu í Mosfellsbæ geta tekið þátt í. Með samstarfi getum við komið ótrúlega miklu til leiðar á þessum vettvangi sem síðan skilar sér í auknum lífsgeðum til okkar allra.

Vertu með í að byggja upp þróttmikla heilsusamfélag í Mosfellsbæ - vertu með í Heilsuvinnu!

Sævar Kristínsson,
Rekstraráðgjafi og áhugaaðilar
um heilsueflingu í Mosfellsbæ

Áherslur Heilsuvínjar

Framtíðarsýn Heilsuvínjar er að Mosfellsbær verði þekktur sem mibstöð heilsueflingar á Íslandi með margvíslega starfsemi á sviði lýðheilsu, heilsueflingar, endurhæfingar og heilsuferðþjónustu.

Meðal áherslna í starfi Heilsuvínjar er að fjölga störfum og styrkja atvinnulíf og innvið í Mosfellsbæ á sviði heilsutengdri þjónustu. Má þar nefna lítt eins og:

- heilsueflingu, sjúkrajálfun og nudd
- endurhæfingu
- heilsuferðþjónustu
- ráðstefnur og fundi um heilsutengd málefni
- heilsusamlegar veitingar og matvefi
- forvarnir og fræðsla.

Árangur af starfinu

Heilsuvinnur hefur nú starfað í rúmt ár og hefur þegar náð verulegum árangri. Má þá fyrst nefna til sögunnar Landsmót 50+ sem haldið var með frábærum árangri í Mosfellsbæ sí. Sumar. Þar skipti aðkoma Heilsuvínjar miklu máli til að laða þann viðburð til þessarinn. Jafnframt hefur víða verið vitnað í málþingjó sem klasinn stóð fyrir á meðan á landsmótinu stóð. Einnig hafa aðilar klasans staðið fyrir kynningum á þeirri heilsutengdu þjónustu sem býst í sveitarfélaginu með útgáfu bæklinga, á

HUNDAEFTIRLITIÐ Í MOSFELLSBÆ

ÞAÐ ER ALVEG SAMA HVAD HUNDURINN PINN ER GÓÐUR - ÖKUNNGUÐ FÖLK VEIT ÞAÐ EKKI



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

Mosfellsbær í forystu í fræðslumálum

Fjölbreytt og gróskumikið skólastarf hefur tengið einu Mosfellsbæ og er sjálfstæði skólanna einn af hornsteinum þess. Með sjálfstæði skóla er átt við faglegt, fjárhagslegt og stjórnumanarlegt sjálfstæði skóla til að útfæra þá stefnu sem mörkuð hefur verið af trúka, sveitarfélaginu og með kjarasamningum.

Skólinn mótir sjálfur faglegt starf sitt og sérstöðu innan ramma hana, reglugerða, aðalnámskrár og stefnumótunar sveitarfélagsins. Á hverju ári móta stjórnumanar skólanna sér metnaðarfulla stefnu og forgangsraða því sem þeir telja mikilvægast hverju sinni. Skólarnir taka þátt í ýmsum þróunarverkefnum sem mjög áhugavert er að fjalla um.

Mikilvægi læsis

Kennari frá Bandaríkjunum, Kristen L. McMaster er kom til Mosfellsbæjar í september 2009. Í kjölfarið sóttu leik- og grunnskólakennarar ásamt skólafulltrúa og kennsluáðgjafa 3ja dagda námskeið í aðferðafraeði við lestrarænnu sem nefnist PALS. Aðferðafraeðin byggir á því að þör vinnu saman í lestrarænnu. Í kjölfarið var ákveðið að innleiða aðferðina í leik- og grunnskóla Mosfellsbæjar og hefur það tekið mjög vel. Markmið þess er að fagfólki leik- og grunnskóla Mosfellsbæjar verði meðvitðara um mikilvægi læsis í sinni viðustu mynd.

Vilji er til þess að nota aðferðafraeðina áfram í bæði leik- og grunnskólum. Mosfellsbær hefur tekið forystu í innleiðingu PALS á Íslandi og eru kynningar fyrir aðra skóla að hefjast. Markmið er að innleiða PALS í leik- og grunnskólum í kennslu barna frá 4 ára til 16 ára.

Öndvegisskóli

Að undanförmu hefur Varmáskóli stefnt að mötum skóla sem ber heitið Öndvegisskóli í raunvinnu og tækni. Fékk skólinn til þess styrk frá menntamálaráðuneytinu upp á 1,5 milljónir króna. Markmið Öndvegisskólanna er að styrkja nemendur úr Varmáskóla til að ná framúrskarandi árangri í raungreinum. Skólaskrifstofa hefur frá upphafi



þessa verkefnis stutt við Öndvegisskólalugmynd skólans og það sem ekki fæst af fjármagni til tækjakaupa í gegnum öndvegisverkefni rúmast innan fjárheimilda skólans, bæði 2012 og 2013.



Áherslan hefur áhrif á þarfir skólans til tölvukaupa en samtals vora lagðar 7,3 milljónir króna í tölvukaup árið 2011 og er áætlað að komu einn frekar til móts við þarfir hans á þessu ári og hinu næsta. Það sama á við um Lágafellsskóla og er stefnt að því að grunnskól geti haldið áfram endurnýjun gamalla tölva. Lögð verður áhersla á að gerð verði samræmt úttekt á tölvumálum grunnskóla og stefna um tölvunotkun mörkuð.

Breyting á sérfræðisþjónustu

Síðastliðuð sumar voru kynntar breytingar á sérfræðisþjónustu hjá Mosfellsbæ. Grunnskólur Mosfellsbæjar hafa á að skipa margvíslegu og fjölbreyttum stöðungr fyrir nemendur sína allt eftir þörftum hverju sinni. Í sumar komu fram tillögur um umbætur á þjónustu við börn með sérþarfir og lagði vinnuhópur til að stofnara yrðu sérleiðir við Lágafellsskóla og Varmáskóla. Höpurinn lagði til að fest verði í sessi Þjónusta- og þekkingarsetur við Skólaskrifstofuna um börn með ADHD greiningu og langveig börn og við Krikaskóla verði staðsett þekkingarsetur um mál og læsi.

Varmáskóli lítur svo á að starfslutfall vinnaleiða falli undir námarsögðif og því sé samantlagt 150% starfslutfall til að sinna verkefnum af þessu tagi. Fræðslunefnd lagði til við bæjarstjórn að tillögum vinnuhópsins verði hrint í framkvæmd og fól Skólaskrifstofu að vinna að því á samráði við leik- og grunnskóla. Gerðar hafa verið ráðstafanir í fjárhagsáætlun í samræmi við tillögur hópsins næstu 3 árin og vonumst við til þess að með því verði veitt enn betri þjónusta en áður.

Eva Magnúsdóttir, formaður Fræðslunefndar.
Halsteinn Pálsson, fr. formaður Fræðslunefndar.

Sjúkrajálfun og Sjúkranudd
HEILSUEFLING MOSFELLSBÆJAR

Urðarholt 4 Mosfellsbær Sími 578 5080

Snyrtistofan Alexía
HÁHOLTI 13-15
Erum í jolaskápi :)
Tryggjó ykkur tíma í síma 517 6677

„HEILSULINDI Í HEIMABÆ“
HEILSU OG HAMINGJULINDIN
ÍÞRÓTTAMIBSTÖÐIN LÁGAFELL
WWW.HAMINGJULINDIN.IS

ENGLAJÓL 2012

Heklaíslandi



...englaraddir óma, yfir freðna jörð

servíttur - kerti - súkkulaði - gjafapokar - jólapappír - merkimiðar - jólakort - eldspýstokkar - löber - servíttur - kerti - súkkulaði - löber

laugardaginn
1. DES
kl. 12-17

Altefossvegur 76-78
270, Mosfellsbæjar

Hásgarður 18

Fjárhagsáætlun Mosfellsbæjar

BÓN og MÖSSUN EHF.

Tek að mér að massa bíla, djúphreina og bóna. Hreinsa ryðsvarf eftir bremsur og málningaröð af bílum. Hreinsa ryk úr lakki á nýsprautubómum. Slípa ljós og plastgler sem er rispað á bílum, móturum og sleðum.

Hringdu í síma 895-1718 (Smáþing) til að panta tíma. Egu skóða bílinn og gerir veritölból. Eg vinn á bílasprautuverksæði og hef margra ára reynslu í starfi.



FLÓTT hönnun

lampar úr íslensku fjöbrugrjöti

TILVALIN TÆKIFÆRISGJÖF

erum á facebook

AR hönnun

Hafðu samband s: 4724005 ANNA ÓLÓF



Lopi 32

Sjá sölustaði á www.istex.is



Fjárhagsáætlun Mosfellsbæjar fyrir árið 2013 og þriggja ára áætlun til ársins 2016 var afgreidd á fundi bæjarstjórnar þann 21. nóvember s.l. Við afgreiðslu áætlunarinnar voru teknar til meðferðar tillögur S-lista Samfylkingar um breytingar á áætluninni sem og tillögur um nánni vinnu skólabarnanna þáttar er varða rekstur bæjarfélagsins.



verði að ráðstafa til annarrar starfsemi. Tillagan er flutt í ljósi mikilvægrar þessa þáttar í starfsemi skólanna og rétt sé að sjáanlegt sé með gagnsæmum hætti þær fjárveitingar sem bæjarýrðing veita í þetta starf í samræmi við tillögur skólafélagsins. Einnig er ekki sé til þess aðstæðu að fjármunir séu færðir úr þessum þætti skólastarfsins til úbessa annarra sem þarf sé þörf sem þurfi að meta. Í slíkum tilvikum þurfi þá að leita aukfjárfæitingar.

Samfylkingin og lúbaufreyfinginn fluttu saman tillögu um að grunnfjárhæð fjárhagsáætlunarinnar fjárhagsáætlunin verði sú sama og fjárhæð atvinnuleysisbóta hverju sinni. Með því yrðu þjór þeirra er við alla lökustu kjörin búa bætt nokkuð.

Tillagan var felld af meirihluta sjálfstæðismanna og VG.

Samfylkingin flutti tillögu um að frístundaávisningar barna og ungmenna yrðu hækkaðar í 25.000,-. Frístundaávisningar höfðu áður verið lækkaðar úr 18.000,- í 15.000,-, sem Samfylkingin gerði tillögu um á sínum tíma að yrði ekki gert, en fjárhagsáætlunin nú gerði ráð fyrir að hækkja ávisningar afur í 18.000,-. Ráksúðningurinn með tillögunni var sá að ástæða væri til að leggja frekari áherslu á að bæjarfélagið stuðli að því að þáttaka barna og ungmenna í frístundastarfi sé ekki háð efnahag heimilanna sem og að feta í fótspor þeirra sveitarfélaga sem best gæra í þessum efnunum.

Tillagan var felld af meirihluta sjálfstæðismanna og VG.

Samfylkingin flutti tillögu um að reglur Mosfellsbæjar um sérstakar húsaleigubætur verði endurskoðaðar með þeim hætti að sé ekki fyrir hendi laust félaglegt leiguhúsnæði og fyrir liggur umsköpun sem uppfyllir skilyrði um rétt í þeim efnunum skuli þá leitað eftir leiguhúsnæði á almennum markaði af hálfu sveitarfélagsins.

Með þeim hætti ætlu allir sem uppfylla skilyrðin í sama rétt og að bæjarfélagið þarf ekki að byggja eða kaupa íbúðir til auka við leigubúðir í eigu bæjarins.

Tillagan var felld af meirihluta sjálfstæðismanna og VG.

Samfylkingin flutti tillögu um að gert yrði ráð fyrir a.m.k 12 fundum í hverri fastanefnd bæjarins sem og nefndunum væri gert að gera starfsáætlun um stórf nefndarinnar fyrir árið. Markmið tillögunar var að auka faglega umfjöllun þeirra nefnda sem sjáaldnast fundu um máleflokki nefndanna sem og að gera starf þeirra markvissara.

Fyrri efnisliður tillögunar var felldur af meirihluta sjálfstæðismanna og VG en seinni hluti hennar samþykktur.

Samfylkingin flutti tillögu um að fjárveitingar til stuðnings- og stöðþjónustu skólanna verði á sér bókhaldslykli í reikningshaldi þeirra, sem óheimilt

Samfylkingin flutti tillögu um að bæjarráði verði falið að standa fyrir endurskoðun á rekstri og framkvæmdum sveitarfélagsins með tilliti til áhersla á einstaka líði og málefnaflokka í rekstri og þjónustu bæjarins og þá einkum með það í huga að efla fjárveitingar til skólastofnanna. Þessu verkefni verði lokið vorið 2013 og leggi bæjarráð þá fyrir bæjarstjórn tillögu að viðbæta við fjárhagsáætlun ársins 2013.

Tillagan var felld af meirihluta sjálfstæðismanna og VG.

Samfylkingin og lúbaufreyfinginn endurfurttu tillögu minnihlutans í umhverfisnefnd um að fjárfreim til viðhalds útivistaraðstöðu og aukendameril náttúrugeða á Varmársvæðinu verði einnig og að bæjarráði verði falið útfærsla þess. Jafnframt að falið verði frá fjárfreum framkvæmdum við Tunguveg.

Tillögunar voru felldar af meirihluta sjálfstæðismanna og VG.

Bókun S-lista Samfylkingar vegna fjárhagsáætlunar 2013

Við afgreiðslu fjárhagsáætlunarinnar gerði Samfylkingin eftirfarandi bókun:

Fjárhagsáætlun Mosfellsbæjar fyrir árið 2013 ásamt þriggja ára áætlun lýsir sýn meirihluta sjálfstæðismanna og VG á áherslur í rekstri og framkvæmdum sveitarfélagsins. Einkenni áætlunarinnar er skortur á vilja til að takast á við þann vanda sem blasir við skólastofnunum bæjarins, vilja til að bæta hag þeirra sem verst standa fjárhagslega sem og að stuðla að því að þáttaka barna og ungmenna í frístundastarfi sé ekki háð efnahag heimilanna. Jafnframt staðfestir áætlunin steinuleysi meirihlutans í uppbyggingu á aðstöðu fyrir skólastofnarnar bæjarins, aðstöðu til frístadstarfs og framkvæmdir í umhverfismálum. Áfram skal haldið við skynskrávarðanir hvað slíkar framvæðing í áhræðri á stórkvæmssrar stefnumörkun til lengri tíma.

Jónas Sigurðsson
Bæjarfulltrúi Samfylkingar

Hvað er heilsueflandi samfélag?

Verkefnið *Heilsueflandi samfélag* byggir á þeirri stefnu að nálgast heilsuelfingu og forvarnir út frá viðtöku og jákvæðu sjónarhorni með það að markmiði að stuðla að heilbrigði, vellíðan og auknum lífsgeðum allra í samfélaginu.

Samfélagið sem vinna markvíst að heilsuelfingu undir formerkjum „Healthy Cities“ má finna á öllum svæðum Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar (WHO) í meira en þúsund borgum um allan heim. Markmiðin eru alls staðar hin sömu, þ.e. að efla heilbrigði, vellíðan og auka lífsgeði með því að stuðla að samfélagsgerð og umhverfi sem hvetur fólk til heilsusamlegra ákvarðana og að gera fólk meðvitund um ábyrgð á eigin heilsku. Innleiðing verkefnisins og áherslur eru mismunandi milli borga en allar fylgja þær þó þeirri grunnáferðaræði að virkja sem flesta íbúa, alla hagsmunaaðila og ráðamenn viðkomandi sveitarfélags til að ná sem mestri þátttöku og skilvirni.

Heilsuþerinn Mosfellsbær verður fyrsta sveitarfélagið á Íslandi til að taka þátt í verkefni sem þessu og hefur verið undirritaður samningur við heilskulassann Heilvinn þess efnis að fagfólk innan klasans fari með verkstöfn þessa mikilvæga langtímaverkefnis. Verkefnið verður unnið í nánni samvinnu við Embætti landlæknis og alla þá sem hagsmunna hafa að geta þegar heilbrigði, vellíðan



og lífsgeður eru annars vegar. Nú er að hefjast umfangsmikill vinna sem miðar að því greina hver staðan er í Mosfellsbæ m.t.t. heilsuefingar og forvarna og hvaða áherslur skuli leggja í framhaldinu.

Gaman er að geta þess að nú þegar eru í gangi, í samvinnu við Embætti landlæknis, verkefnið *Heilsueflandi framhaldsskóli* og *Heilsueflandi grunnskóli* sem framhaldsskólinn okkar og Varmárskóli eru aðilar að. Auk þess er Lágafellsskóli þátttakandi í norrænu heilsuefingarverkefni „Vitund, virkni, vellíðan“ sem styrkt er af Norðþýtu í samvinnu við Skóla ehf. og tvo erlenda skóla. Þessi verkefni eru góð dæmi um þætti sem falla innan heilsueflandi samfélags og þann ávinning sem íbúar sveitarfélagsins okkar munnu hafa af verkefnið *Heilsueflandi samfélag*.

Heilvinn er mikill heildur að fá að taka þátt í þessum viðamikla og þarfa samfélagsverkefni sem *Heilsueflandi samfélag* er. Er það einlægur um okkar að bæjarbúar taki höndum saman um að byggja hér upp öflugt heilsueflandi samfélag með því að taka virkan þátt í verkefniinu. Þannig getum við með sannri kallað bærin okkar „Heilsuþerinn Mosfellsbær“.

Ólaf Kristín Svörtens
Lýðheilsuforðingur og stjórnaðarúðir í Heilvinn

Stöðuupptæslur
in your face

Pórdís Magnúsdóttir
Fóstudagsgöbverkið: Gerbið heimsforeldri... það verður einhver að peppa þessi afrikubetis! :) 16. nóv

Óskar Ingi Þorgrímsson
Stólið af facbook. Ætlaði að stunda kynlífi í gær kvöldi en féll niður vegna ídeglra mættinga. Hehe 23. nóv

Magnea Steinnur Ingundardóttir
Yndislegar konur! Ápótlekni í Mosó - þurfi að ná þar í lyf og þær hefna við þokana mismunandi orðsendingar og þessa fékk ég með minni Takk stelpur!
Halta áfram þó ekki sé allt skemmtilegt í augnablikinu. Fyrirstaðan er bara smásteinn á langri leið. Óft má ná langt með því að muna að smásteinn á veginum er engin hindrun á löngu ferli. 23. nóv

Vala Mörk
„Tannstönglar á línuna, svo hirðum við afganginn“ heyrðist í guttunum þegar þeir fengu jólagjafastyrkin sinn afhentann fyrir þessi jól...! 24. nóv

Rúnar Bragi Guðlaugsson
Heimasigur hjá Aftur-eldingu í kvöld í 2. deild í körfu...
Held að það sé fyrsti sigur Aftur-eldingar í meistaraflökki í körfu í meira en 100 ára sögu félagsins :) gaman af því :) Til hamingju strákar 25. nóv

Bráundur Gústason Roth
Hvað væri fitness ef að það væri ekki fyrir fésbókina? 26. nóv

Gerður Pálsdóttir
Sít hér klökk og held áfram að lesa pepp og þésta frá ykkur öllum. Fékk meira að segja skemmtilegt samtál og áskorun frá tannlækninum mínum sem verður gaman að takast á við :) 21. nóv

MOSFELLINGUR
KEMUR NÆST
20. DESEMBER

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGU

Tek að mér alla krana- og krabbavinnu
Útvega allt jarðefni

VÖRUBÍLL P.B.
Klapparhlíð 10
Porsteinur 822-7142



VERSLUM Í HEIMABYGGÐ

RAUÐAKROSSHÚSIÐ ÞVERHOLTÍ 7

Opíð þriðjudaga og fimmtudaga kl. 10-15 og miðvikudaga kl. 13-16.

Fjölfreytt dagskrár, órnámskeið, kynningar, skiptifatamarkaður, aðstoð við atvinnuleit og fleira.

Alltaf heitt á könnunni. Allir velkomin. Atvinnuleitendur sérstaklega hvattir til að koma.

Upplýsingar á www.raudikrossinn.is/moso og í síma 564 6035



ARI ODDSSON EHF
BYGGINGAVERKTAKI

MÚRVERK - FLISALAGNIR - ALMENN VÍÐHALDSVINNA
FAGMENNSKA Í FYRIRRÚMI

Ari Oddsson ehf • Háholti 14 • 270 Mosfellsbæ
Símar: 895-0383 / 867-7704 / 564-4070 • arioehf@simnet.is

GÓÐIR MENN EHF

Rafverktakar
GSM: 820-5900

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

Löggiltur rafverktaki



ÁLAFOSS
Verslun, Álafossvegi 23
WWW.ALAFOSS.IS



Snyrti-, nudd og fóttaáðgerðastofan

Líkami og sál

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

verði hjartanlega velkomin!

OPNUNARTÍMI SUNDLAUGA
Lágafellslaug
Virkir dagar: 06.30 - 21.30
Helgar: 08.00 - 19.00
Varmárlaug
Mán.-fös.: kl. 06.30-08.00 og 16.00-21.00.
Lau.: kl. 09.00 - 17.00. Sun.: kl. 09.00-16.00

HUNDAEFTIRLITIÐ Í MOSFELLSBÆ
Lausaganga hunda er bönnuð
Handsómunargjald fyrir hund í lausagöngu er 23.500 kr.
Hundaeftirlitið í Mosfellsbæ hundaeftirlitid.moso.is
Þjónustustöð s. 566 8450

SALUR TIL ÚTLEIGU
fyrir fundi og mannfagnaði
Pantánir hjá Berglindi í síma 697-5328 eða á kiwanishus.moso@gmail.com
Kíwanishúsið í Mosfellsbæ geysir.kiwanis.is

Sjúkraþjálfun Mosfellsbæjar Skeljatanga 20 5668520

Öll hefðbundin sjúkraþjálfun í boði

Finnur þú fyrir þreytu?

Ástæðan gæti verið of lítil svefn. Ef við missum eina til eina og hálfra stundu á nóttu til dæmis í viku þá þyðir það u.p.b einn ótt á viku. Einbeiting verður verri, kvíði, þirringur og spennan eykst. Farið vel með ykkar svefn, betri einbeiting, meiri orka, meiri gleði.
Talið við okkur um breyttan lífstíl!

Sonja Riedmann, sjúkraþjálfari

ÖKUKENNSLA LÁRUSAR
GSM 777-5200 - AKAMOS@TALNET.IS

Kenni á bil, bifreið eða skellinóðru!
Er með motorhjólahermi, frábært fyrir byrjendur
Féð tilbúið, kenni allan daginn
Annast einnig útkumat og upprifun fyrir eldri borgara
Lárus Wöhler
Löggiltur ökukenntari

HEYRST HEFUR...

...að Mossfellsbær keppti við Reykjanesbæ í Útsvarinu á morgun, föstudag.

...að Anna Sigurðri hafi endað í 8. sæti í forvali Samfylkingarinnar í Kraganum.

...að Björgunarsveitin Kyndill sé búin að fá styrk fyrir klifurveg.

...að Sveinn Óskar fyrrum formaður Sjálfstæðisfélagsins hafi sagt af sér með látum á dögumunum.

...að kjafullft hafi verið á balli með Helga Björns og reidmönnum vindanna í Hlégarði.

...að bók um Alla Rúts sé í undibúningi.

...að Stefania Svavars muni syngja lag í forkeppni Eurovision.

...að Herakvöld Aftureldingar verði haldið í Hraunhúsum 15. desember.

...að Ásgeir Sverris formaður golfklúbbsins Kjalar ætli ekki að halda áfram setu í stjórn.

...að Bylgja Péturs sé orðin mamma.

...að Dúettinn Hljómur verði á Hvíta Ríddaranum á laugardaginn.

...að Carlar Skarp verði fimmtugur um helgina.

...að Herdis Sigurjóns ætli að hætta í bæjarstjórninni um áramótin.

...að Biggi Haralds sé að slá í gegn með besta rokksöngurum þjóðarinnar á Skonekkt tónleikum víðsvegar um landið.

...að fyrsti sigur meistaraflokks í körfubolta hafi unnist á dögumunum með flautukörfu.

...að jólamarkaður Ásgarðs verði haldinn í Álafoskvösinni á laugardaginn.

...að Inga Elin bæjarlistamaður sé að fara að flytja í 101 Reykjavík.

...að Gunni Guðjóns og Brynja eigi von á barni.

...að Sigurpál sé að gefa frá sér sína fyrstu sólóplötu.

...að Afturelding hafi dregist gegn Akureyri í bikarum og fer leikurinn fram að Varmá laugardaginn kl. 15.

...að Gisti Einar verði ræðumaður á aðventukvöldi Lágafelsskirkju sunnudaginn 9. des.

...að Guðjón formaður hestamannfélagsins ætli ekki að gefa kost á sér áfram á næsta aðalfundi félagsins.

...að Stálmúsin eigi afmæli á dag.

...að Mossfellingarnir Bjarni og Bjóssi í Minus mæti með Stones-bandíð sitt á Hvíta Ríddaranum 15. des.

...að hin árlega jólasýning verði í íþróttahúsinu á sunnudaginn.

...að Úlfur Finnþjórn og Kaffihúsið Álafossi ætli að bjóða upp á salkerakvöld á nýju ári þar sem þau fá til sín þekktu gestakokka.

MOSEFLLINGUR@MOSEFLLINGUR.IS

Nýir Mossfellingar

Sendið okkur myndir af nýjum Mossfellingum ásamt helstu upplýsingum á netfangið mossfellingur@mosefllingur.is



Tinna Katrín varð stóra systir þann 2. apríl 2012. Litill bróður kom í heiminn og fékk hann nafnið Darri Steinn. Hann fæddist kl. 1:57 og vág 4204 gr og var 52 cm langur. Foreldrar hann eru Ingibjörg Ólafsdóttir og Ólafur Örn Bragason.

Sigurpáll gefur út plötu

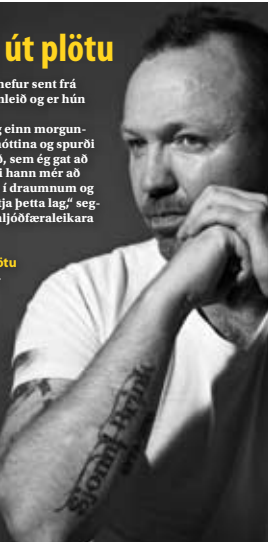
Mossfellingurinn Sigurpáll Hólmur hefur sent frá sína fyrstu plötu. Platan heitir Heimleió og er hún með kántrýfva.

„Þámi Sigurþjartar hringdi í mig ein morguninn og sagði hafa dröymt lag um nóttina og spurði hvort ég væri ekki til í að syngja það, sem ég gat að sjálfstöðu ekki neitað. Seinna sagði hann mér að Sjönni Brink félagi okkar hafi verið í draumunum og hafi sagt við Pálma að ég ætti að flytja þetta lag“, segir Sigurpáll sem er með einvalalið hljóðfæraleikara með sér á plötunni.

Lengi verið draumur að gefa út plötu

„Að gefa út plötu hefur verið ævlangur draumur hjá mér og eftir að minn besti vinur Sjönni Brink hvaddi þennan heim þá ákvað ég að láta slag standa því maður veit nú aldrei hvenær þetta endar allt saman.“

Platan inniheldur 10 lög. Flest gömul en einhver ný. Tilfllag plötunnar er eftir gítarleikarann Gumma Jóns úr Sáltnni en hann er Sigurpáll innan handar við hljóðfæraleik á plötunni. Hægt er að ná sér í plötuna í Bónus í Kjarnanum eða setja sig í samband við Sigurpál á netfangið sigurpallholmar@gmail.com.



Í eldhúsinu



Japanskur kjúklingaréttur

Hildur Ólafsdóttir á Fasteignasölu Mossfellsbæjar hlépti okkur inn í nýja eldhúsið sitt í Skálahlíðinni. „Þessi japanski kjúklingaréttur er upphald fjölskyldunnar. Lettur og góður svona rétt fyrir jól.“

Fyrir 6-8

- 8 kjúklingabringur
- 2 vei þroskuð mangó
- 1 stór rauðlaukur
- 1 stór poki af spinati
- 2 poka afnyðdar möndlur
- 3 poka af kjúklinganömbulum
- Sesamfræ
- 1 stór krukka af Uncle Bens súsarseti sösu
- 1 litli flaska sweetchilli sösa.

Spinatið er sett í stórt form. Mangóið eru skorin í bita og rauðlaukurinn er saxaður og þessi síðan dreift yfir spinatið.



Nöðurnar, möndlurnar og sesamfræin er létt ristud á þönnu og síðan dreift yfir spinatið, mangóið og rauðlaukinn.

Kjúklingabringurnar eru skorar í bita og steiktar á þönnu, súsarseti sösunni og sweetchilli sösunni heilt yfir og látid malla í smá stund.

Þessu er síðan hellt yfir allt hitt ... og rétturinn er tilbúinn.

Best að bera fram með hrisgrönum og heitu brauði.

Verði ykkur að góðu

Hildur skorar á Önnu Hlíf Svavarsdóttur að deila með okkur uppskrift í næsta bláði

BYLTINGIN

Ég hef lengi haft mikinn áhuga á tónlist, þá sérstaklega mikinn áhuga á íslenskrí tónlist og nú er sá tími sem mikið er að gerast í útgáfu fyrir jólin. Það hefur nú reyndar breyst mikið undanfarnin ár að gefa út plötur eingöngu fyrir jólin, heldur eru menn jafnvel farnir að voga sér að senda út emfi fyrri part árs. Það verður að vðurkennast að ég er örölin mykri með árunum ekki þá bara í útlit heldur er tónlistarvalið heldur búið að mýkjast. Eg er farnin æ oftar að gleðja hlusturnar með Sigur Rós en ég set Slaver sjaldnar á tóninn. Þetta er vissulega skýr merki um hækkandi elli og Mugison hefur tekið við af Rage against the Machine og Hjalmar teknir við af Cypress Hill. Já kallinn er tekinn að mýkjast.

Mér finnst íslensk tónlist sjaldan hafa verið betri en það sem hefur komið út undanfarnin ár og ég er með kenningu um það. Það eru miklu fleiri lærbir tónlistarmenn að spila en oft áður, ekki misskilja mig ég er mjög svagur fyrir hráu bílskursrokki enþá. Það eru fleiri bönd að notast við alla flöruna af hljóðfærum ekki bara bassi, tromma, gítar heldur allskyns blásturshljóðfæri og fjödur mættar. Það er meira að segja kórstjóri í Skálamöld. Það þykir ekki mikið mál að hafa í átta manna sveit fagott og trúbleikara.

Tími lúðrasveitanörðnara er löks kominn og sem betur fer. Við erum að sjá miklu meiri breidd í tónlistinni nú en oft áður, ekki taka þessu þannig að tónlistin hafi verið eitthvað óspennandi eða leiðinleg, síður en svo. Nú munu lúðrasveitanörðarnir (meina þetta orð á jákvæðan hátt, engin hata mail takk) taka yfir, lopapeysurnar inn fyrir leðrið, rakað í hlöðnum inn fyrir síða þungarokkara háríð og tölvuár á handlegginn í stað leðurbanda. Lengi lífi byltingin.



HÖGNI SNÆR

Piparkökuhúsin komin

MOSEFLLINGUR BAKARI

SMÁ AUGLÝSINGAR

Ibúð óskast

Við erum 5 í fjölskyldunni og óskum eftir rað/par eða einbýlishúsi á langtímaleigu. Leyfi til gæluðyrarahalds er skilyrði. Góð meðmæli og atbráðs umgengni er heitið. Björk 8694789. Jún 6974877.

Tapað

Eitt blátt barnateppi og annað grænt. Teppin eru þrjónuð, einlit með munstri og týndust nálagt tungunni í lok sumars. Ef einhver hefur fundið þau, vinsamlegast hafið samband í 692-6222.

Til sölu

Hillusamstæða með gleri í hurðum og hillum og lýsingu, mjög vel með farin. Kr. 40.000.-. Tvær ljósar bókahlutur, önnur með skáp að neðan. Sér ekki á þeim. Kr. 20.000.-.

Spórskjútuga glerborð/ söfaborð, með krómfötum. Kr. 10.000.-. Ferkantað glerborð/söfaborð. Kr. 5.000.-. Beykлина úr Rúm-fatalagernum: bókahlilla m/4 hillum, kommóða m/4 skúffum, náttborð m/2 skúffum. Saman kr. 10.000.-. Tvö náttborð, máluð dokkrún með einni skúffu og hillu. Furunnáttborð m/2 skúffum. Kr. 1.000.- stykkið. Sony Wega, 28" sjónvarp og sjónvarpsskápur. Saman kr. 10.000.-. Krómaðar glerhillur, 4 hillur. Kr. 10.000.-. Upplýsingar í síma 867-4860 eða 867-7966.

Smáauglýsingarnar eru friar fyrir einstaklinga
mostellingur@mostellingur.is

Hótel Laxnes óskar eftir bílskrú fyrir geysmlu undir fornbíl. Upplýsingar gefur Albert í síma 866-6684.

**SKÝJA
LUKTIRNAR
FÁST Í
BYMOS**

ÞJÓNUSTA VIÐ MOSFELLINGA



Bílapartar ehf

Notaðir **TOYOTA** varahlutir
Sími: 587 7659

Grænunýri 3 | 270 Mosfellsbæ
www.bilapartar.is

Kaffihúsið



Álafossi

Álafossvegur 27
sími 566 8030

Súpur, salöt, kvöldverður, kaffi, kökur, nýsmurt brauð og úrval smáréttir

**Eðal íslenskt
hunang fæst
há okkur**

RENTA EHF - ÖKUKENNSLA

Ökukennsla - Akstursmat - Endurtökupróf - Bíll - Mótörhjól



Eiríkur Hans Sigurðsson, lögilltur ökukennari, sími.: 895 8125
renta@renta.is - www.renta.is

Fagverk verktakar

www.malbika.is - sími 864-1220



ROYAL CANIN

Mikið úrval af sérvöru á góðu verði fyrir hunda og ketti.
Gerid vörðsamanburð.

Hundaheimur - Háholt 18 - Sími 551-3040
Opíð alla virka daga á milli 12:00 til 18:00

ÞAD
SEM
TIL
ÞARF

VGH

MOSFELLSBÆ
Verktaki - Vélaleiga

GSM: 896 6279 / 896 9443 / 896 2279

VERSLUM Í HEIMABYGGÐ



Hestarog Sport

Mustad akefur, spónn, spónarköggjar, fótur, fóturbætur o.fl.
Stúky Seat reitbuxur

Icelandic Shield hlífur-Hrímniðsmakkar
Margt til jógaleifa
Við erum í Kjarmanum í Mosfellabæ



Dýralæknamiðstöðin
Grafarholti

GÆLUDÝRASPÍTALI

GÓÐ OG FAGLEG ÞJÓNUSTA

TÖKUM VEL Á MÓTI YKKUR!

Jónsgaissa 95 / sími 544 4544 / www.dyrin.is



FÓTAADGERÐASTOFA MOSFELLSBÆJAR

Þverholti 3 - Sími: 566-6612



Elvíra Snyrtistofa

25% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM
GJAFABRÉFUM Í DESEMBER.

Sími : 845-1759
Þverholti 3
270 Mosfellsbæ

(Hanna stöð íg Fóta-Ágerðastofa Mosfellsbæjar)

elvira.snyrtistofa@gmail.com



JÓLAKVEÐJUR FRÁ STELPUNUM Á ARISTÓ

Við bjóðum ykkur velkomin að setjast hér í stólinn og gerum ykkur vöðu fin svo koma megi jólin



ARISTÓ

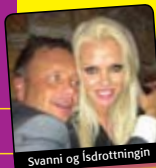
hárstofa

Háholt 14

S: 566 8989

SPURNING TIL BÆJARBÚA

Hver er draumjólágjöfin í ár?



Svanni og Isdrottningin



Stebbi hangover



Hvar er draumurinn?



Reynir að safna fyrir jólin



Divurnar



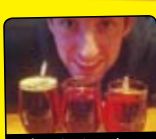
DORFINNUR:
Specialist Mc'bike götu hjól.



Lopabandið



Pub Quiz bræðurnir



Íslenski vikingurinn



Óli sole mio

HVERJIR VORU HVAR ?

Sendið okkur endilega myndir - mosfellingur@mosfellingur.is



HALLDÓRA:
Mig langar í Playstation 3.



H-karlarirnir á Hvíta

Hverjir voru hvar er í boði...



Kagsáfest er best



Fit and fun



MARÍA:
Án efa iPad.



Systur tvær



Einn, tveir og Geir

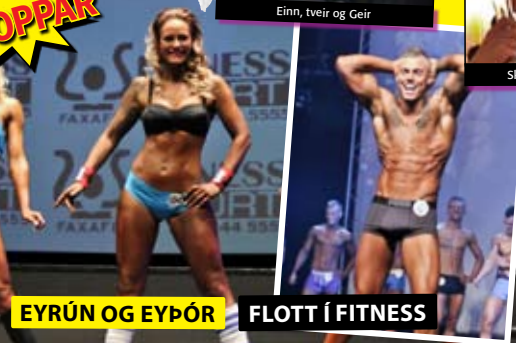


Alltaf stuð í Hlégaröðnum

KROPPAR



JOHN:
Ferð til Hawaií.



EYRÚN OG EYÞÓR

FLOTT Í FITNESS

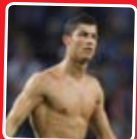


Skál fyrir jóla

TVÍFARAR



BIGGI JR.



RONALDO



HÖRÐUR:
Leyf mér að hugsa þetta aðeins.



ANNA LILJA:
Barkalaus þurrkari.

HERRAKVÖLD AFTURELDINGAR LAUGARDAGINN 15. DESEMBER Í HRAUNHÚSUM



18:30 HÚSIÐ OPNAR

19:30 HIN GEYSIVINSÆLA ROTH SÚPA VERÐUR BORIN
FRAM OG FANNAR SÚKKULAÐIKAKA Í EFTIRRÉTT

21:00 SKEMMTIATRÍÐI

22:00 UPPBOÐ

23:30 HÚSIÐ OPNAR FYRIR BALLGESTI OG TIMBURMENN
HALDA FJÓRINU UPPI TIL 03:00



TIL STYRKAR MFL KK HANDBOLTA



Inga María Ottósdóttir
Lögg. fast.sali / leigumiðlari
Viðsk.fr.



Ottó Þorvaldsson
Lögg. leigumiðlari
Byggingameistari



Sigríður Unnur
Sigurðardóttir
Ritari

Sími **469 4040**

www.LokalEignir.is

ÓSKUM EFTIR!!

Öllum gerðum eigna á skrá!
Bjóðum sanngjarna þóknun!



Klapparhlíð 18, Mosó

Falleg og björt 112,4 ferm. fimm herbergja endalbúð á jarðhæð með sér inngangi og sér verönd. Frábær staðsetning, stutt í skóla, leikskóla, sund og World Class. Mjög barnvænn staður.



Klapparhlíð 18, Mosó

Mjög notaleg 59 fm. 2ja herb. íbúð á annarri hæð í fallegu húsi. Sér inngangur, opið stígað. Frábær staðsetning, stutt í skóla, leikskóla, sund og World Class. Auðveld kaup. **LÆKKAD VERÐ!**



Mosarími 49, Grafarvogi

Fallegt einnar hæðar 160 fm. endaraðhús. Þrjú svefnherbergi, möguleiki á einu til viðbótar. Mikill loft-hæð í húsinu. Stór sólpallur. Helтур pottur. Stutt í skóla og leikskóla. Góingufæri við Spöngina.



Bjargartangi 6, Mosó

Fallegt tveggja hæða einbýlishús. Eignin er samtals 245 fm. auk ca. 30 fm. óskræðs milli-lofts. Fimm svefnherbergi. Möguleiki á séríbúð á neðri hæð. Vel staðsett miðsvæðis. Skipti möguleg á minni eign.

DÚETTINN HLJÓMUR
1. DESEMBER



HVÍTI RIDDARINN ER Í JÓLASKAPI

JÓLABJÓR Á TILBOÐI

FRÍTT INN

HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ SEM FLESTA

JÓLASVEINAHÚFUR FÁ FRÍTT SKOT

Hvíti Riddarinn

Restaurant - Bar - Sportbar

FJÖR Á FRUMSÝNINGU

Sunnudaginn 18. nóvember var leikritið Hamagangur í halli mínum frumsýnt hjá Leikfélagi Mosfellsveitar. Þetta er nýtt íslenskt jólaleikrit fyrir alla fjálskylduna eftir Maríu Guðmundsdóttur. Leikstjórar eru Ólaf Þórðardóttir og Eva Björg Harðardóttir. Viðtökur áhorfenda hafa verið mjög góðar og hefur verið uppselt á fyrstu sýningarnar. Sýnt er á sunnudagum kl. 16 og er hægt að panta miða í síma 566-7788.



www.rethhjaoa.is

Rétt hjá
JOA

Réttingar og sprautun

Flugumýri 16d
s. 577-1377
896-9497

www.rethhjaoa.is



**MIKIL SALA
VANTAR
EIGNIR
SKODUM STRAX
VERÐMETUM**



*Djónusta við
Mosfellinga í 22 ár*

Pétur Þórunsson
lögilltur
fasteignasali
897-0047



**Daniel G.
Björnsson**
lögilltur
leigumátlari

Háholt 14, 2. hæð

588 55 30



Blesabakki

Mjög vandað og vel staðsett 70 fm. 10 hesta hús á flottum stað í Mostellsbæ. Allt nýlega endurnýjað og gott gerði. Eign fyrir vandáta. VERÐ. Tilboð.



Aspartaugur

Afar glæsilegt 223 fm. parhús á tveimur hæðum við Aspartaug. Vönduð gólfefni og innréttingar. 3 stór herbergi, flott eldhúsi og tvö baðherbergi. Innangengt í rúmgóðan bílskúr. Skipti á öðryrri 25-30 millj. kemur vel til greina. V. 49,5



Engjavegur

Tveggja hæða parhús. Mjög mikið endurnýjað á smekkleigan hátt. Samtals 270 fm. Eignarlóð, 765 fm. Glæsileg eign á flottum stað í sveitaselunni.



Reykjahvöll

Glæsilegt 252 fm. einbýli á einum fallegasta útsýnisstað í Mostellsbæ. Fluttur frágangur og allt fyrsta flokks í innréttingum. Sólþálar, heitur pottur, arin og gott skipulag. Tvöfaldir bílskúr 4 svefnherbergi. Sjón er sögu ríkari.



Háholt - til leigu

Vel staðsett, 770 fm. atvinnuhúsnæði á einni hæð við Háholt í Mostellsbæ. Hentar vel fyrir ýmsa starfsemi. Góð vinnuástanda og nag bilastæði með góðri aðkomu. Laust fljótlega.



Hlíðartún

Glæsilegt vel við haldið tveggja hæða einbýlishús með auka íbúð og tvöföldum bílskúr á fallgri 1880 fm. eignarlóð. Byggingarlóð 889 fm. við hlíð eignarinnar fyrir.



Skeljatangi

Falleg 85 fm. íbúð á efri hæð í góðu fjölbýli við Skeljatangi í Mostellsbæ. Snyrtileg eign. Fallegur garður.



Sumarhús við Sog

Glæsilegt 98 fm. sumarhús á glæsilegum stað austanmegin við Sogið. Góðar innréttingar. Upptekin loft. Fyrsta flokks frágangur. Stórir sólþálar umhverfis hús. Harðvörð gólfplötubúningur í pöllum. Heitur pottur og hitaveita. Kjarnvaxið land.