# MOSFELLINGUR

5. tbl. 6. árg. miðvikudagur 4. apríl 2007. Dreift frítt inn á öll heimili og fyrirtæki í Mosfellsbæ, á Kjalarnesi og í Kjós







frá Bólivíu fást í Mosfellsbakaríi



mosfellingur@mosfellingur.is www.mosfellingur.is

Útgefandi: Mosfellingur ehf. Álafossvegi 18, sími: 694-6426 Ritstjóri og ábyrgðarmaður: Hilmar Gunnarsson Blaðamenn: Ágúst B. Linn og Ruth Örnólfsdóttir

Umbrot og hönnun: Mosfellingur Próförk: Hjördís Kvaran Einarsdóttir

Ljósmyndari: Magnús Már Haraldsson Prentun: Prentmet, 3500 eintök

Aðsendar greinar skulu ekki vera lengri en 500 orð.

Mosfellingur kemur út að jafnaði á þriggja vikna fresti.

Næsta blað kemur út 27. apríl

# Ostaskorinn Mosfellingur

Íþróttamiðstöðin í Lækjarhlíð hefur nú verið opnuð almenningi. Ég skellti mér í laugina í gær og hafði gaman að. Frábær aðstaða en öll íbróttamiðstöðin er í 5.000 fm

rými. Sundlaugin er okkur Mosfellingum mikil lyftistöng, enda opin allan daginn þótt svo skólasundið sé í gangi. Það er því af sem áður var þegar Varmárlaug vareinasundlaugin og lokuð bróðurpartinn

úr deginum vegna skólasunds. Í nýju lauginni er reyndar ætlast til þess að maður sé 10 sekúndur í sturtu og ansi breytt bak þegar komið er í rennibrautirnar sem líkari eru ostaskera en þægilegri salíbunu. En það er nú eitthvað sem lagast vonandi bráðlega. Aðstaðan er hins vegar flott og hlakka ég til þegar hlýna tekur og fólk fer að baða sig í laug sem og sól. Þá verður líf og fjör í Lækjarhlíðinni.

Útisundlaugin verður vígð formlega á sumardaginn fyrsta og þá verður nýtt nafn jafnframt tekið í

Gleðilega páska öll sömul.

Hilmar Gunnarsson, ritstjóri



Reykjavegi 36 Sími 566 6103

www.isfugl.is



### Í ÞÁ GÖMLU GÓÐU...

...þegar Esso bensínstöðin var miðpunktur Mosfellssveitar. Stöðin þótti sú nútímalegasta og allra flottasta á landinu. Þessi mynd er tekin í kringum árið 1966. Þá var stöðin með þeim fyrstu sem seldi veitingar í gegnum bílalúgu en það þótti alger bylting á sínum tíma. Eins og sést hefur stöðin verið stækkuð með tímanum en þetta fagra þak er horfið. Stöðin var rekin af Kaupfélagi Kjalarness. Bíllinn sem þarna stendur er af tegundinni Rambler American árgerð 1966. Í auglýsingu frá Kaupfélaginu sagði: Bílanesti, Mosfellssveit, hefir eitthvað fyrir alla ferðamenn. Komið við í Bílanesti.

Myndin er fengin úr bókinni Íslenska bílaöldin.











Aðalheiður Helgadóttir: "Ég var fermd bann 27. mars 1997 bannig að í ár á ég 10 ára fermingarafmæli, ef hægt er tala um slíkt. Séra Jón Þorsteinsson fermdi mig í Lágafellskirkju. Þegar ég fermdist voru kínakjólarnir í tísku. Mamma sá um að hanna

og sauma á mig fermingarkjólinn en ég fékk þó aðeins að

mamma var farin að tala um að fljúga til Akureyrar til að mæta þörfum táningsdótturinnar. Sem betur fer kom þó ekki til þess og við fundum loksins "réttu" skóna í búð í Reykjavík. Reyndar urðum við að fara heim til búðareigandans til að fá réttu stærðina í tæka tíð..."





#### www.fastmos.is Sími: 586 8080

Kjarna, Þverholti 2 Mosfellsbæ

EINAR PÁLL KJÆRNESTED Löggiltur fasteignasali



#### Tröllateigur 141-150 m2 íbúðir

\*ADEINS EIN EFTIR\* Til sölu ein 150 m2 íbúð í nýju fjórbýlishúsi í byggingu við Tröllateig 41 í Mosfellsbæ. Húsið er eitt síðustu húsa í nýju hverfi sem er að rísa við miðbæð Mosfellsbæjar. Stutt er í alla þjónustu, skóla og íþróttasvæði. Íbúðin er á efri hæð og afhendist fullbúin með innréttingum, en án gólfefna, þó verður baðherbergi og þvottahús flísalagt. Íbúðin verða afhentar í maí nk. Verð frá kr. 31,5 – 32,5 m.



#### Skeljatangi - 4ra herb.

\*NÝTT Á SKRÁ\* Vorum að fá fallega og rúmgóða 94,4 m2 fjögurra herbergja íbúð á jarðhæð í litlu fjórbýli við Skeljatanga í Mosfellsbæ. 3 rúmgóð svefnherbergi, baðherbergi með sturtu, stofa og eldhús. Sérgarður út frá stofu. Lítill barnaleikvöllur rétt við húsið og grunnskóli, leikskóli og ný sundlaug í göngufæri.

Verð kr. 22.4 m.



#### Urðarholt - 371 m2 atvinnuhúsnæði

306,1 m2 atvinnuhúsnæði ásamt 65,1 m2 millilofti í miðbæ Mosfellsbæjar. Í dag er Mosfellsbakarí með verslun og framleiðslusal í húsinu. Þetta er stórt atvinnuhúsnæði á góðum stað í vaxandi bæjarfélagi – hús sem vekur upp ýmsar spennandi hugmyndir. Verð kr. 53,5 m.



#### Esjugrund - 248,7 m2 einbýlishús

\*NÝTT Á SKRÁ\* 248,7 m2 einbýlishús á tveimur hæðum með miklu útsýni út á sundin, við Esjugrund 26 á Kjalarnesi/ Reykjavík norður. Efri hæðin skiptist í 4 góð svefnherbergi, stóra stofu og borðstofu með arni og svölum, baðherbergi, gesta WC, sér þvottahús og lokað eldhús. Á jarðhæð er tvöfaldur bílskúr með góðu vinnurými og salerni. Stór hornlóð og gott hellulagt bílaplar Verð kr. 44,9 m.



#### Urðarholt - 150 m2 atvinnuhúsnæði

Erum með 150 m2 atvinnuhúsnæði á jarðhæð í miðbæ Mosfellsbæjar. Gott verslunarpláss og inn af því hefur verið innréttuð íbúðaraðstaða. Gott gluggapláss er út á bílastæðið og gott aðgengi. Rýmið er til sölu eða leigu og getur verið laust til afhendingar fljótlega.



#### Barrholt - 225 m2 einbýlishús

Fallegt 224,7 m2 einbýlishús á einni hæð með bílskúr og vinnustofu við Barrholt í Mosfellsbæ. Um er að ræða "hefðbundið" 174 m2 einbýlishús í Mosfellbsæ, en á síðasta ári var byggt við húsið 50 m2 vinnustofa sem eftir er að fullklára. Hún gæti einnig vel nýst sem stór bílskúr, unglingaherbergi eða aukíbúðarrými. Frábær staðsetning, rétt við alla þjónustu og skóla. Verð kr. 49,5 m.



#### 9,7 ha land í Mosfellsdal

9,7 hektara land á fallegum stað í Mosfellsdalnum. Rammaskipulag á þessum stað í Mosfellsdalnum gerir ráð fyrir ca. 1 hektara lóðum undir einbýlishús ásamt hesthúsum/gróðurhúsum. Suðurá liggur meðfram landinu að austanverðu og Æsustaðafell er að sunnanverðu.



#### Lindarbyggð - Glæsilegt parhús

Til sölu mjög glæsilegt 177,1 m2 parhús á einni hæð á fallegum stað í lokuðum botnlanga í Lindarbyggð í Mosfellsbæ. Húsið er teiknað af Ingimundi Sveinssyni, arkitekt og mjög bjart og rúmgott. Stór stofa með góðri lofthæð og borðstofa við hlið eldhúss. 4 góð svefnherbergi, sjónvarpshol og glæsilegt baðherbergi. Bílskyli hefur verið lokað af og gæti vel nýst sem t.d. unglingaherbergi. Fallegur suðurgarður og hellulagt bílaplan. Verð kr. 41,8 m.



#### Smábýli 5 – Kjalarnesi

Erum með ca. 5,8 hektara lóð undir einbýlishús á fallegum útsýnisstað í jaðri Esjunnar. Þetta er frábært tækifæri fyrir þá sem vilja hafa rúmt í kringum sig, en þó í aðeins 10 mínútna fjarlægð frá allri þjónustu. Verð kr. 27,0 m.



#### Einbýlishús við Varmá

Erum með fallegt einbýlishús í sölu á einstökum stað við Varmána, rétt við Reykjalund. Um er að ræða 166,7 m2 einbýlishús í byggingu með bílskúr. Húsið, sem er tilbúið til innréttinga, er tvilyft timburhús, klætt að utan með aluzink bjárujárni. Einstök 1.500 m2, skógivaxin eignarlóð, með lækjarniðinn á lóðarmörkum. Þetta er eign sem vert er að gefa gaum. Verð kr. 48,5 m.



#### Hlíðarás – 408 m2 tækifæri

Til sölu eitt stærsta einbýlishús í Mosfellsbæ. Húsið er samtals 408 m2 á tveimur hæðum, með tvöföldum bílskúr. Húsið býður upp á mikla möguleika, m.a. væri hægt að innrétta 2-3 íbúðarrými (ósamþykkt) á neðri hæð, og halda eftir stórri efri sérhæð með bílskúr. Húsið stendur neðst í Ásahverfinu með miklu útsýni til suðvesturs, út á Leirvoginn og að Esjunni. Verð 139.700 kr. pr. m2.



#### Litlikriki - Raðhús í byggingu

4ra íbúða raðhúsalengja til sölu við Litlakrika 16-22 í Mosfellsbæ. Húsin eru á einni hæð og verða 154 m2 -164 m2 að stærð með bílskúr. Húsin afhendast rúmlega fokheld, þ.e. auk fokheldis, verða útveggir einangraðir og tilbúnir undir sandspartl og þak verður einangrað og rakavarið.

Verð kr. 30,5 – 32,5 m.



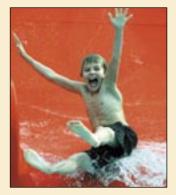
#### Byggingarlóðir í Mosfellsbæ

\*Eigum til sölu nokkrar einbýlishúsalóðir á svæði 3b\* Parhús og raðhúsalóðir til sölu á svæði 5 og 3b. – TILBOÐUM VERÐUR ÞÁ SVARAÐ INNAN 24 KLST. Þetta er eitt af fallegustu byggingarlöndum á höfuðborgarsvæðinu, með Leirvogsá og Köldukvísl á sitt hvora hönd. Á svæðinu verða eingöngu byggð einbýlsi-, rað- og parhús. Kynntu þér málið á www.leirvogstunga.is eða hafðu samband við okkur á Fasteignasölu Mosfellsbæjar.



# Nýr áfangi hafinn í Leirvogstungu

Mikill eftirspurn hefur verið eftir lóðum í Leirvogstungu. Einbýlishúsalóðir eru nú uppseldar og aðeins lítið eftir af raðhúsalóðum. Til þess að mæta þessum góðu viðbrögðum hefur uppbyggingarferlinu verið flýtt sem kostur er og nú er búið að opna fyrir tilboð í nýjar lóðir. Um er að ræða nítján einbýlishúsalóðir, þrettán íbúðir í raðhúsum og fjórar í parhúsum. Það er sem fyrr Einar Páll hjá Fasteignasölu Mosfellsbæjar sem sér um sölu lóðanna.



# Nýja sundlaugin opin almenningi

Nýja sundlaugin við Lækjarhlíð var opnuð almenningi þann 30. mars. Ófá börnin hafa þegar rennt sér í rennibrautum laugarinnar og gleðin skín úr hverju andliti. Formleg opnun laugarinnar og nafngift verður á sumardaginn fyrsta, 19. apríl.



### Kyndill í stórri leitaraðgerð

Björgunarsveit Kyndils tók þátt í stórri leitaraðgerð þann 11. mars. Sleðahópur hafði villst í nágrenni við Langjökuls. Úkall barst til Kyndils um aðfaranótt 11. mars. Fjórir sleðamenn Kyndils og þrír menn á Kyndli 1, sem er fullbreyttur Econoline jeppi, fóru í útkallið og fundu sleðahópinn um morguninn. Hópnum var komið í hlý föt og því næst fluttur til byggða.



Mosfellsbær hefur fært Borgarbyggð, til varðveislu í Landnámssetri, tölvu með marmiðlunarefni um Egil Skallagrímsson og uppgröftinn að Hrísbrú

# Egill stuðlar að samstarfi

Undirrituð hefur verið viljayfirlýsing um samstarf í menningarmálum á milli Mosfellsbæjar og Borgarbyggðar. Undirritunin fór fram í Landnámssetri í Borgarnesi þar sem við sama tækifæri var tekinn í notkun upplýsingaskjár um fornleifauppgröftinn í Mosfellsdal.

Það er í raun Egill Skallagrímsson sem tengir þessi tvö sveitarfélög saman á menningarsviðinu eins og kom fram í ávarpi Sigríðar Bjarkar Jónsdóttur formanns menningarnefndar Borgarbyggðar við þetta tækifæri. Eins og kunnugt er fæddist Egill og ólst upp á Borg á Mýrum, en hann átti síðustu æviár sín í Mosfellsdal þar sem hann lést í skjóli Þórdísar fósturdóttur sinnar.

Meðal þess sem kveðið er á um í viljayfirlýsingunni er að sveitarfélögin tvö ásetja sér að koma á almennu samstarfi um menningarmál með því að miðla hugmyndum og upplýsingum um menningarverkefni milli íbúa og menningaraðila á báðum stöðum. Þetta verður m.a. gert með því að greina frá um menningarviðburðum t.a.m. í gegnum heimasíður sveitarfélaganna og með öðrum þeim hætti sem hentugur er hverju sinni.

Eins og áður sagði var settur við þetta tækifæri upp skjár í Landnámssetri, með upplýsingum um fornleifaverkefni í Mosfellsdal, í samvinnu sveitarfélaganna og Landnámsseturs. Um er að ræða kynningu á fornleifaverkefninu MAP (Mosfell Archaeological Project), sem tengist bæði landnámstíð og Egils-sögu. Mosfellsbær á upplýsingaskjáinn og efni hans, en felur Borgarbyggð varðveislu og eftirlit með honum meðan hann er staðsettur í Landnámssetri.



Björn Þráinn forstöðumaður fræðslu- og menningarsviðs, afhjúpaði tölvuna.



Magnús Guðmundsson og Davide Zori höfundar margmiðlunarefnisins.



Í Lágafellsskóla var síðasti dagur fyrir páskafríið einstaklega líflegur og skemmtilegur þar sem allir voru í miklu páskastuði og glatt var yfir öllum. Nemendur í 1. bekk fengu óvænta og skemmtilega heimsókn í tilefni komu páskanna. Það komu litlir ungar í heimsókn og fengu nemendur að halda á ungunum og klappa þeim.

Eftir hádegismat fengu allir nemendur páskaegg að gjöf frá skólanum í viðurkenningarskyni fyrir að standa sig frábærlega og sýna samkennd - samveru og samvinnu, sem eru einkunnarorð skólans.



# Líf og fjör á Útvarp Einar fm 106,5

Unglingarnir í Bólinu hafa á síðustu dögum starfrækt hina vinsælu útvarpsstöð Útvarp Einar. Þar hefur verðandi útvarpsmönnum verið gefið tækifæri á að æfa sig og stjórna sínum eigin útvarpsþáttum.







# 24 milljónir í fornleifauppgröft

Menntamálaráðherra, Porgerður Katrín Gunnarsdóttir átti fund með skólastjórnendum í Mosfellsbæ og stjórnendum stofnana á fræðslu-, menningar- og íþróttasviði. Var þar sagt frá ýmsum verkefnum á sviði skóla-, íþrótta- og menningarmála sem nú er unnið að í sveitarfélaginu og síðan rætt um menntamál í nútíð og framtíð.

Í lok fundarins skrifuðu Porgerður Katrín og Ragnheiður Ríkharðsdóttir, bæjarstjóri, undir samning um stuðning við fornleifauppgröft og rannsóknir við Hrísbrú í Mosfellsdal árin 2007-2009 en stuðningur menntamálaráðuneytis við verkefnið mun nema 24 milljónum króna á þessum árum.



# Nefndar eftir verkum Laxness

Allar götur í hinu rísandi hverfi við Helgafell koma til með að heita eftir kvenpersónum úr helstu verkum Halldórs Laxness. Göturnar eru: Bergrúnargata, Diljárgata, Guðrúnargata, Ástu Sólliljugata, Huldugata, Jarþrúðargata, Jófríðargata, Liljugata, Lóugata, Snæfríðargata, Uglugata, Vegmeyjargata og Sölkugata. Þá verða tvær götur sem mynda kjarna hverfisins nefndar eftir tveimum frægustu skáldsögum Halldórs, Gerplustræti og Vefarastræti.





Kvenfélagasamband Íslands og kvenfélagasamband Woman's National Farm and Garden í Bandaríkjunum standa fyrir verkefni á vegum alþjóðasamtaka dreifbýliskvenna til styrktar konum í Asíu til að eignast geitur.

Geitur eru þurftalítil heimilisdýr sem geta skipt sköpum fyrir fátæk heimili, þar sem þær gefa af sér bæði kjöt og mjólk. Æskilegt er að sem flest heimili eignist bæði huðnu og hafur, en hver geit kostar ísl. kr.2.500.-

Kvenfélag Kjósarhrepps hefur ákveðið að taka þátt í þessari söfnun. Í rauninni er þetta lítið fé sem látið er af hendi, en samt getur það verið stórkostleg hjálp fyrir fólk sem býr við mikla fátækt.

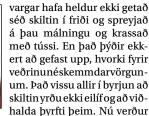
Þess skal getið, til að fyrirbyggja misskilning, að geiturnar á myndinni verða ekki sendar til Asíu, heldur er það söfnunarféð, sem sent er út til kaupa á geitum.

# Fræðsluskilti og fleira

Senn líður að vori með birtu og yl. Hjá flestum vekur vorið löngun til útiveru. Eins og við sem búum í Mosfellsbæ vitum þá njótum við sérstöðu þegar kemur að útivist. Nálægðin við ósnortna náttúru er ein ástæðan fyrir því að margir hafa valið að búa í sveitarfélaginu.

Í gegnum árin hefur ýmislegt verið gert til að auka gildi útiveru fyrir bæjarbúa. M.a. voru á sínum tíma lagðir fræðslustígar um sveitarfélagið og við þá reist fræðsluskilti á sögufrægum stöðum. Hugsunin var að fólk gæti svalað fróðleiksþorsta sínum um leið og það nyti útveru og hreyfingar. Mikill metnaður var lagður í gerð skiltanna, útlit þeirra er sérstakt og að flestra mati fallegt og fengnir voru fróðir menn um sögu bæjarins til að semja texta á skiltin. Á mörgum þeirra eru gamlar myndir sem einar og sér segja mikla sögu um staðina.

En því miður hafa fræðsluskiltin látið mjög á sjá síðan þau voru sett upp. Íslenskveðátta er slíkum skiltum ekki hagstæð með síbreytilegu hita-, raka- og birtustigi. Myndir og texti hafa fölnað á skiltunum og á sumum þeirra hreinlega horfið. Skemmdar-



að taka til hendi og lagfæra skiltin.

Það er eitt sem mér hefur alltaf þótt vera til lýta hér í Mosfellsbæ. Það eru brúnu dæluskúrarnir. Hef einn slíkan daglega fyrir augunum út um stofugluggan. Ég vildi helst að gerð yrði gangskör að því að fjarlægja þessa skúra og eitthvað snyrtilegra hannað í kringum borholurnar. Kannski mætti tengja það fræðslu um heita vatnið og nýtingu þess í sveitarfélaginu í gegnum tíðina. Það er nú þegar kominn vísir að slíku við eina af borholunum rétt hjá Reykjum.

Það eru til heimildir frá gamalli tíð um laugar og hveri og nýtingu þeirra, m.a. Reykjalaugina sem nú liggur undir malbiki á veginum upp að Reykjum. Laugin bíður þess að vera grafin upp, lagfærð og gerð sýnileg fyrir almenning. Hverirnir eru horfnir eftir að farið var að bora djúpt í jörðu eftir heitu vatni en örnefni varðveita staðsetningu þeirra og til eru frásagnir um nýtingu þeirra til þvotta, baksturs o.fl. Hitaveituskúrarnir standa víða nærri þeim stöðum þar sem hverirnir voru. Hitaveita Mosfellsbæjar er ein elsta hitaveita landsins. Árið 1923 var fyrsta upphitaða gróðurhúsið á Íslandi reist í Mosfellsbæ.

Laugar, heimildir um hveri, hitaveitustokkar frá mismunandi tímum, gamlar og nýjar borholur, dælustöðin og vatnstankurinn við Varmá, gróðurhús og fleira tengt heita vatninu gætu hugsanlega orðið munir í safni sem næði yfir stóran hluta bæjarfélagsins og tengdir yrðu saman með upplýsingabæklingi, göngukorti eða einhverju því um líku.

Kannski gæti Mosfellsbær með tímanum haldið upp á dag heitavatnsins einu sinni á ári líkt og t.d. Siglfirðingar hafa síldarævintýri, Hólmarar danska daga og Hornfirðingar humarhátíð. En ætli við yrðum þá ekki að halda í einn eða tvo brúna dæluskúra svona upp á sögulegt samhengi hlutanna.

Hanna Bjartmars Arnardóttir

# Menningarkvöld ... um miðjan dag

Síðasta menningar"kvöld" FaMos á þessum vetri verður um miðjan dag, föstudaginn 13. apríl, skoðunarferð um Mosfellsbæ. Lagt verður af stað frá Hlégarði kl. 13.30. Í ferðinni verður komið við í Laxnesi þar sem kaffi og með því verður á borðum, eða aðrar veitingar að vali gesta.
Rútufarið kostar 500 krónur, kaffið í Laxnesi 600 krónur.

Áhugasamir eru beðnir að tilkynna sig í síðasta lagi 10. apríl. Annars er ekki hægt að tryggja öllum far. Þátttöku er hægt að tilkynna á skrifstofutíma FaMos í Hlégarði alla mánudaga kl. 15-17 (nema mánudag beri upp á hátíðisdag), eða hjá einhverjum stjórnarmanna.

Sjá nánar í nýjasta Félagsbréfi FaMos.

# ELDRI BORGARAR

#### Skráning stendur yfir í eftirtaldar ferðir:

15. maí að Sólheimum í Grímsnesi

**27. – 29. júni.** Ferð um Snæfellsnes með gistingu í tvær nætur á Hótel Stykkishólmi.

**12.-26. september.** Ferð til Tenerife á hótel Gala.

Allar uppl. og skráning í síma 586-8014 e.h. og gsm 692-0814.





### Breytingar hjá Flugklúbbi Mos

Aðalfundur Flugklúbbs Mosfellsbæjar var haldinn þann 27. mars. Ný stjórn var kosin á fundinum. Þá lét Gunnar Pálsson af störfum sem formaður klúbbsins og við tók Sigurjón Valsson



### Nýtt og glæsilegt útibú Kaupþings

Kaupbing banki opnaði þann 27. mars endurbætt útibú sitt í bænum. Við opnunina var gestum og gangandi boðið upp á veitingar og Skólahljómsveit Mosfellsbæjar lék nokkur vel valin lög. Útibúið er nú komið í nútímalegri búning þar sem hlýlegir litir eru allsráðandi.

### Aristó hárstofa er orðin stór

Eftir gagngerar endurbætur og breytingar er ARISTÓ hárstofa, Háholti 14, orðin enn stærri og glæsilegri en áður. Bæði er húsnæðið orðið stærra og starfsmenn orðnir fleiri sem gerir Aristó kleift að taka á móti fleiri viðskiptavinum en áður.

Tveir nýjir starfsmenn hafa bæst í hópinn, en það eru þær Bára Hjaltadóttir hársnyrtir og Hrefna Vestmann hársnyrtir.

Sem fyrr býður ARISTÓ til sölu úrval hársnyrtivara frá Sebastian og einnig SP línuna frá Wella. Sú nýjung hefur verið tekin upp á ARISTÓ að kynna og selja listaverk eftir ýmsa listamenn, þar má meðal annars nefna málverk, glerlistaverk, leðurtöskur með skinni og roði og ljósaseríur úr þæfðri ull, en sjón er sögu ríkari.

Um leið og starfsfólk ARISTÓ hárstofu, þær Guðrún, Inga, Jónheiður, Íris, Bára og Hrefna óska lesendum Mosfellings gleðilegra páska og bjóða alla velkomna vilja þær minna á símanúmer ARISTÓ sem er 566-8989. Hér til hliðar má sjá mynd af þeim öllum saman.



Á hátíðardegi skáta þann 22. febrúar héldu Mosverjar upp á 100 ára afmæli skátahreyfingarinnar með kvölddagskrá sem fram fór í Hlégarði. Þangað fjölmenntu Mosverjar ásamt foreldrum og mörgum góðum gestum. Eftir að félagsforingi Mosverja hafði boðið fólk velkomið hófst dagskráin með skátasöngvum, stuttum ræðum og skemmtiatriðum. Einnig voru veittar viðurkenningar Mosfellsbæjar fyrir skátastörf 2006. Skáti ársins var Elsí Rós Helgadóttir sveitarforingi og efnilegir skátar voru valdir Telma Hrund Heimisdóttir og Eyrún Ævarsdóttir flokksforingjar. Ragnheiður Ríkharðsdóttir bæjarstjóri ávarpaði skátana og afhenti viðurkenningarnar. Auk þess fengu nokkrir skátar 5-30 ára skátaaldursmerki. Ræðumaður kvöldsins var að

þessu sinni Magnús Hallgrímsson verkfræðingur og skáti til 65 ára. Hann sagði Mosverjum ýmislegt um Baden Powell stofnanda skátahreyfingarinnar og að boðskapur hanns væri enn í fullu gildi. Auk þess sagði hann frá því hvernig skátastörfin voru í gamla daga þegar hann var að alast upp. Í lok dagskrárinnar afhentu Mosverjar bæjarstjóra gjöf í tilefni 100 ára afmælisins sem túlkar þakklæti skátafélagsins fyrir góðan stuðning bæjarins við skátastarfið. Þegar Bræðralagssöngurinn hafði verið sunginn var öllum boðið að njóta veitinga í boði Mosverja. Þetta kvöld markaði upphafið að afmælisdagskrá og ýmsum viðburðum sem eiga eftir að setja mark sitt á skátastarf Mosverja nú á þessu ári.



Mosfellsbær

www.mos.is

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

Mosfellsbær óskar bæjarbúum gleðilegra páska

## LÖGREGLUFRÉTTIR

Fréttir líðandi stundar úr dagbók lögreglunnar



TÍMABIL 13. MARS - 30. MARS

# Unglingarnir okkar Framkoma sem sómi er af Árshátíðir grunnskóla bæjarins fóru

fram í síðustu viku. Ekki er hægt að láta þessa ógetið því framkoma krakkanna á báðum þessum stöðum var til mikillar fyrirmyndar. Þarna voru krakkarnir bara að skemmta sér og ekkert vesen og enginólæti. Einnig var skólahátíð í Klébergsskóla haldin í húsnæði þess skóla og þar var sama ástandið, allt til fyrirmyndar.

Hraðinn enn og aftur

Á þessu stutta tímabili voru höfð afskipti af 19 ökumönnum vegna hraðaksturs. Þar hafa ítrekað komið fram hraðatölur sem ná engri átt og þá er miðað við þau svæði sem aksturinn átti sér stað á. Nokkrir staðanna eru hérna í og við Mosfellsbæ. Við Hulduhóla var ökumaður mældur á 104 km. hraða; við Ásland, þar sem við munum öll eftir hörmulegu slysi, var einn mældur á 107 km hraða og við Lágafell var einn mældur á 106 km hraða. Þarna er verið að tala um hraðakstur sem er að margra mati vítaverður og til stór

#### Varnaðarorð

Lítið hefur verið um innbrot og þjófnaði frá því síðasti pistill var skrifaður. Oft er sagt að þegar lægð er á einhverju sviði sé það lognið á undan storminum. Þetta ættum við að hafa hugfast því að nú nálgast páskar og eflaust fara margir á flakk. Þá gildir bara ein regla. Ganga tryggilega frá öllu, læsa öllum opnanlegum fögum eins og gluggum og hurðum og semja við næsta granna um að fylgjast með. Því miður er ekki alltaf einhver staddur á lögreglustöðinni til að svara óskum borgaranna um aðstoð vegna einhvers sem gerst hefur. Það er því lögð rík áherslu á að þeir noti neyðarnúmerið 112 því þá er brugðist við og næsti lögreglubíll sendur á staðinn. MUNA 112

Heimasíða lögreglunnar Lögregluna langar til þess að koma því að að hægt er að gerast áskrifandi að heimasíðu lögreglunnar, og fá þannig aðgang að fréttum sem þar birtast. Eðlilega er ekki hægt að birta allar aðgerðir en þetta er fróðleg síða. Slóðin er www.logreglan.is. Hægt er að gerast áskrifandi að síðu Mosfellsbæjar og það er ótrúlegt hvað mikill fróðleikur kemur þaðan og er það von lögreglunnar að það komi fólki vel að gerast áskrifendur að löggusíðunni.

> Með kveðju Lögreglan Mosfellsbæ



# 10% vaxtaauki!

Þeir sem stofna sparnaðarreikningana **SPRON Vaxtabót** eða **SPRON Viðbót** á Netinu **fyrir 1. maí nk.** fá 10% vaxtaauka á áunna vexti til 1. júlí.\*

# SPRON Vaxtabót – allt að 14,55% vextir\* + vaxtaauki

Óverðtryggður sparnaðarreikningur á Netinu sem ber háa, stighækkandi vexti eftir upphæð – auk þess stighækkandi vaxtaálag eftir lengd sparnaðartímabils. Alltaf laus.

#### SPRON Viðbót – allt að 6,4% vextir\* + vaxtaauki

Verðtryggður sparnaðarreikningur á Netinu, bundinn til 36 mánaða. Háir, verðtryggðir grunnvextir og vaxtaálag að binditíma loknum.

Nýttu þér þetta **TILBOD** og stofnaðu reikning á spron.is





### Íþróttamaður Harðar 2006

Halldór Guðjónsson knapi var útnefndur íþróttamaður Harðar árið 2006 á nýafstaðinni árshátíð Harðar. Sem stendur stundar Halldór nám við reiðkennaradeild Hólaskóla.



### Ný eldhúsaðstaða á Reykjakoti

Ný og glæsileg eldhúsaðstaða var tekin í notkun á leikskólanum Reykjakoti þann 12. mars. Við þessa breytingu er aðstaða til matargerðar á leikskólanum til fyrirmyndar og kemur til með að auðvelda matreiðslu skólans til muna.



### Hafragrautur í Klébergsskóla

Skólastjórn Klébergsskóla hefur ákveðið að bjóða nemendum sínum upp á morgunmat í byrjun skóladags eftir páska. Mötuneyti skólans kemur til með að bjóða börnunum upp á hafragraut, endurgjaldslaust, enda öllum hollt að byrja vinnudaginn á næringarríkum morgunmat.

#### Aðsendar greinar

Greinum skal skila inn með tölvupósti á netfangið mosfellingur@mosfellingur.is og skulu þær ekki vera lengri en 500 orð.

Greinum skal fylgja fullt nafn ásamt mynd af höfundi.



# Árshátíð Mosfellings

Árshátíð Mosfellings var haldin með pompi og prakt laugardaginn 17. mars. Starfsmenn blaðsins og velunnarar, ásamt mökum, mættu í sínu fínasta pússi og skemmtu allir sér konunglega. Heiðursgestir voru Gylfi Guðjónsson, ökukennari og blaðamaður í Mosfellsbæ til fjölda ára og Haraldur Sverrisson, formaður bæjarráðs. Hjördís Kvaran, elsti starfsmaður blaðsins, hélt ræðu og leynigestur kvöldsins var enginn annar en Gylfi Ægisson sem fór hreint á kostum og flutti sín vinsælu og fallegu lög og má þar nefna t.d.: Minning um mann, Stolt siglir fleyið mitt og Sjúddirarirei. Fagnaðarlátunum ætlaði seint að linna eftir frábæran flutning hans. Höfðu margir á orði að það hafi verið mikil upplifun að heyra og fá orginalinn sjálfan svona beint í æð. Mosfellingur þakkar öllum gestunum fyrir ógleymanlegt kvöld.



Ágúst, Steindi Jr. og Svanþór á árshátíðinni



Steinunn, Magnús og Högni í hátíðarskapi



Mikil stemning og tekið undir með Gylfa

# Allt hefur áhrif - einkum við sjálf

Í bæklingnum sem fylgir Mosfellingi í dag koma fram sláandi staðreyndir um lífshætti barna og unglinga í bænum okkar. Við þurfum að viðurkenna þessar staðreyndir og taka höndum saman og gera breytingar á lífsmynstri okkar.

Við skólahjúkrunarfræðingar viljum leggja okkar af mörkum með samræmdum aðgerðum í skólunum.

Kæru foreldrar. Til að það megi takast þurfum við á samstarfi og samvinnu ykkar að halda.

# Leiðirnar að þessum markmiðum eru:

Auka daglega hreyfingu t.d.

Ganga/hjóla úr og í skóla. Ganga/hjóla úr og í tómstundir. Skjátími\* verði að hámarki 2 tímar á dag, þannig gefst aukinn tími fyrir hrevfingu.

#### Auka hollustu í mataræði:

Minnka sykurneyslu.

Sleppa sætum drykkjum í skólunum. Meira af ávextum, grænmeti og grófu brauði í nextisboxið.

#### Auka vellíðan:

Hvetja foreldra til að tala við börnin og spyrja um líðan þeirra.

Fleiri samverustundir með fullorðnum. Loka ekki tilfinningar inni, eiga trúnaðarvin/vini.

Muna mikilvægi svefns á andlega og líkamlega líðan.

Eitt af hlutverkum skólahjúkrunarfræðinga er að veita nemendum heilbrigðisfræðslu. Nú á vordögum munum við ásamt starfsfólki skólanna leggja áherslu á framantalin atriði og fylgjast með nesti og hreyfingu nemanda. Með þessum áherslum erum við að taka þátt í verkefninu "Allt hefur áhrif - einkum við sjálf" sem Mosfellsbær er þátttakandi í.

Kannanirnar sem gerðar voru fyrir verkefnið og sýna okkur þessar sláandi niðurstöður verða endurteknar á árunum 2007 – 2010.

Sýnum samstöðu, náum árangri.

Með ósk um gott samstarf skólahjúkrunarfræðingar Heilsugæslu Mosfellsumdæmis Alda Þöll, Elín Karitas, Oddný, Soffía og Vigdís

\*Skjátími er sá tími sem einstaklingur eyðir fyrir framan tölvu og/eða sjónvarp á degi hverjum.

# Samfylking gegn kyrrstöðu og valdhroka

Samfylkingin er höfuðmótvægið við Sjálfstæðisflokkinn í íslenskum stjórnmálum. Hún berst í senn fyrir bættum kjörum þeirra sem lakar standa og fyrir þróttmiklu og alþjóðavæddu atvinnulífi. Hún er ein um að sameina kröfur ólíkra samfél-

agshópa um bættar aðstæður öflugri varðstöðu um almannahagsmuni.

Sjálfstæðisflokkurinn er nú sem aldrei fyrr stefnulaust hagsmunabandalag um völd. Hann getur hins vegar freistað þess að halda óbreyttu ástandi, fái hann til þess meðreiðarflokk. Spurningin er hvort VG ætli að verða hinn nýi Framsóknarflokkur?

Hróplegur munur á orðum og efnd-



um einkennir stjórnarhætti VG í Mosfellsbæ. Sú harkalega gagnrýni sem þeir eru þekktir fyrir í stjórnarandstöðu og linnulítið gort þeirra um eigin ágæti og hugsjónafestu er í hróplegri andstöðu við það hugsjónaleysi sem þeir sýna þegar þeim er hleypt að meiri-

hlutaákvörðunum í Mosfellsbæ. Þá er allt falt. Náttúran á að njóta vafans - alls staðar nema í Mosfellsbæ. Umhverfismat á ávallt að fara fram í vafatilfellum - nema í Mosfellsbæ.

Fullkomin samstaða er milli íhalds og VG um afturhald og einangrunarhyggju í samskiptum okkar við Evrópusambandið. Þeir virðast líka frekar tilbúnir að hrekja öflug fyrirtæki úr landi, en að breyta hagstjórnaraðferðum í þá átt að samrýmist alþjóðavæddu atvinnulífi.

Stefna Samfylkingarinnar byggir á metnaðarfullri þátttöku Íslendinga í alþjóðasamstarfi, agaðri hagstjórn og aðlögun íslensks efnahagslífs að evrópskum veruleika. Við skulum vinna þeirri stefnu fylgi og gera allt sem við getum til að Mosfellsbæjarmódelið verði ekki yfirfært á landsstjórnina eftir næstu kosningar. Það er eina afurð Mosfellsbæjar sem ekki er til útflutnings.

Árni Páll Árnason Höfundur er lögfræðingur og skipar 4. sætið á lista Samfylkingarinnar í Suðvesturkjördæmi

# Fermingarbörn

#### Prestar: Sr. Jón Þorsteinsson og sr. Ragnheiður Jónsdóttir

#### Lágafellskirkja 25. mars kl. 10:30

Aníta Hjartar Arnarsdóttir Dalatanga 13 Benedikt Heiðar Þorgeirss. Þrastarhöfða 40 Embla Rún Gunnarsdóttir Markholti 3 Eysteinn Örn Stefánsson Arkarholti 19 Fannar Freyr Ásgeirsson Áslandi 12 Fríða Líf Vignisdóttir Leirutanga 4 Stórateigi 21 Guðbjartur Árni Þorleifsson Guðgeir Búi Þyrison Byggðarholti 1c Ívar Logi Birgisson Fálkahöfða 9 Jónína Jófríður Jóhannesd. Dvergholti 1 Kjartan Jónsson Skeljatanga 36 Magnús K. Birgisson Grundartanga 46 Sjafnar Björgvinsson Hrafnshöfða 16 Stefanía Pálsdóttir Krókabyggð 24

#### Lágafellskirkja 25. mars kl. 13:30

Alda Snorradóttir Tröllateiai 7 Alex Jökulsson Fálkahöfða 4 Bjarki Eyþórsson Lindarbyggð 1 Eydís Rún Einarsdóttir Stórateigi 38 Kristín Helga Hermannsdóttir Rituhöfða 10 Lýður Jónsson Grenibyggð 24 Ólafur Orri Gunnlaugsson Furubyggð 2 Pétur Axel Jónsson Grenibyggð 24 Furubyggð 40 Róbert Árnason Reykjavegi 86 Siaurður Kári Árnason Steinunn Ósk Magnúsd. Reykjabyggð 12 Tryggvi Jarl Sveinsson Brekkutanga 36 Viktor Sveinsson Leirutanga 24 Þráinn Ingólfsson Blikastöðum 1

#### Lágafellskirkja 1. apríl kl. 10:30

Andri Hrafn Ásgeirsson Arkarholti 2 Arnar Pálsson Brekkutanga 30 Ásdís Birna Gylfadóttir Barrholti 12 Berglind Ósk Vilhjálmsdóttir Tröllateiai 20 Brynja Dís Sigurðardóttir Akurholti 21 Leirutanga 26 Geir Jóhann Geirsson Halldór Unnar Hafberg Súluhöfða 25 Ívar Andri Hilmarsson Brekkutanaa 21 Jóhann Þorvaldsson Hamarsteigi 2 Kristófer Arnar Eiríksson Arnartanga 72 Kristrún Halla Gylfadóttir Barrholti 12 Ragnheiður Erla Björnsdóttir Dvergholti 23 Sara Siafúsdóttir Miðholti 9 Sunneva Líf Blomsterberg Bæiarási 3 Sveinbjörn Benedikt Eggertss. Bugðutanga 2 Sædís Rán Sveinsdóttir Spóahöfða 12 Sæunn Ýr Óskarsdóttir Boraartanaa 1 Sævar Pálsson Riörtuhlíð 7 Sæþór Bragi Sölvason Spóahöfða 14 Tómas Ísleifsson Hjallahlíð 15

#### Lágafellskirkja 1. apríl kl. 13:30

Chanaporn Lísa Óskarsd. Sporrabraut 40 Daaur Viliar Haraldsson Skeljatanga 32 Elías Baldursson Arnartanga 66 Gestur Þór Guðmundsson Skeljatanga 4 Grímur Óli Grímsson Grenibyggð 1 Hákon Örn Beramann Hiallahlíð 6 Heiðdís Hlynsdóttir Reykjabyggð 24 Hrafn Sigurðarson Reykjavegi 56 Íris Theódóra Unnsteinsd. Reykjabyggð 35 Súluhöfða 21 Karen Gústavsdóttir Katla Dóra Helgadóttir Hlíðarási 4c Kári Hallsteinsson Bollatanga 18 Kristinn Rafn Guðmundsson Melstað Linda Pétursdóttir Stórateigi 34 Margeir Alex Haraldsson Hrafnshöfða 14 Pálmar Orri Baldvinsson Logafold 156 Tinna Ýr Vestmann Ólafsd. Byggðarholti 1b Tómas B. Bachmann Brynjarss. Björtuhlíð 3 Viðar Páll Júlíusson Njarðarholt 2 Þórir Hólm Jónsson Reykjabyggð 33

#### Lágafellskirkja 5. apríl kl. 10:30

Anna Jóna Helgadóttir Steinahlíð Aron Bjarki Björnsson Arnarhöfða 3 Ásgeir Ólafsson Skeljatanga 9 Ásta Lilja Sólveigardóttir Hjallahlíð 33 Dagmar Haraldsdóttir Hamratanga 2 Davíð Sigurjónsson Stórateigi 23 Elín María Ólafsdóttir Hulduhlíð 1 Fannar Þór Benediktsson Borgartanga 2 Franz Jónas Arnar Arnars. Hjarðarlandi 4a Guðmundur Ingi Bjarnas. Byggðarholti 12 Guttormur Þorláksson Brekkutanaa 7 Hörður Freyr Hildarson Melgerði Marinó Haraldsson Hamratanga 2 María Ólafsdóttir Hrafnshöfða 1 Sólveig Ósk Ólafsdóttir Danmörku Tómas Helgi Valdimarsson Lækiartúni 9 Hjallahlíð 19d Þórunn Anna Orradóttir

#### Lágafellskirkja 5. apríl kl. 13:30

Anita Erla Thorarensen Arnartanga 54 Arnar Loai Lúthersson Grenibyggð 18 Ásthildur Elín Einarsdóttir Hulduhlíð 1 Benedikt Geir Jóhanness. Þrastarhöfða 43 Miðholti 1 Bergdís Bergsdóttir Birgir Örn Birgisson Urðarholti 4 Riörtuhlíð 3 Evdís Ólafsdóttir Guðmundur Sindri Harðarson Víðiteigi 22 Helga Björk Kristinsdóttir Akurholti 5 Huldís Inga Bjarkadóttir Barrholti 41 Ingunn Erla Kristinsdóttir Blikahöfða 1 Karen Helga Sigmundsdóttir Spóahöfða 1 Karitas Sigurðardóttir Reykjabyggð 41 Kristján Helgi Carrasco Hamratanga 5 María Helga Jónsdóttir Suðurreykjum 1 Sandra Dís Biarnadóttir Súluhöfða 17 Hamratanga 17 Þorgrímur Sigurðsson Þórey Lind Vestm. Hilmarsd. Grundartanga 28 Þórunn Þorbjarnardóttir Byggðarholti 35

#### Lágafellskirkja 15. apríl kl. 10:30

Amanda Vilhjálmsdóttir Bugðutanga 6 Anna Þuríður Pálsdóttir Arnartanga 5 Arnór Snær Guðmundss. Þrastarhöfða 15 Daniel Hlynur Michaelsson Engjavegi 10 Finar Smári Garðarsson **Bollatanaa** 8 Guðmundur Vignir Þórðarson Blikahöfða 1 Harpa Methúsalemsdóttir Klapparhlíð 26 Helga Rúnarsdóttir Spóahöfða 8 Ragna Gunnhildur Gunnarsd. Arnartanga 10 Selma Margrét Reynisdóttir Hlíðartúni 5 Snæfríður Guðmundsd. Brekkutanaa 15 Stefanía Rós Stefánsdóttir Brattholti 4b Sveinn Orri Guðmundsson Krókabyggð 9a Telma Rut Waltersdóttir Tröllateigi 19 Tinna Sif Guðmundsdóttir, Krókabyggð 9a

#### Mosfellskirkja 15. apríl kl. 13:30

Andri Orrason Leirvogstungu 4
Bent Gauti Pedersen Fellsási 7
Bryndís Bjarnadóttir Víðiteig 6c
Erla Sigríður Sigurðardóttir Brekkulandi 8
Gréta Guðný Snorradóttir Merkjateigi 5
Klara Dögg Baldvinsdóttir Merkjateigi 1

#### Lágafellskirkja 22. apríl kl.10:30

Dagný Björg Arnardóttir Bjargartanga 15 Elísa Arnarsdóttir Viðiteigi 2e Halldóra Þóra Birgisdóttir Arnartanga 4 Karl Kristjánsson Stórateigi 30 Signý Haraldsdóttir Reykjabyggð 25 Steinunn Helgadóttir Helgafelli 1 Tinna Georgsdóttir Þverholti 13

#### Mosfellskirkja 22. apríl kl. 13:30

Ásdís Reynisdóttir Víði Hallur Húmi Blumenstein Brekkutanga 3 Snæfríður Jóhannesdóttir Hraðastöðum 1

#### www.mos.is



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

#### Íþróttamiðstöðin að Varmá

#### **OPNUNARTÍMAR UM PÁSKANA**

5. apríl, skírdagur 09:00-18:00 6. apríl, föstudagurinn langi **LOKAÐ** 7. apríl, 09:00-18:00 8. apríl, páskadagur **LOKAÐ** 9. apríl, annar í páskum 09:00-18:00

Við óskum öllum bæjarbúum gleðilegra páska

Starfsfólk Íþróttamiðstöðvarinnar að Varmá - Sími 566 6754



www.mos.is

Mosfellsbær

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

# Opið málþing um:

# Afleiðingar ofbeldis

Fjölskyldunefnd Mosfellsbæjar stendur fyrir opnu málþingi um ofbeldi og afleiðingar þess, fimmtudaginn 12. apríl kl. 17–19 í Listasal, Þverholti 2.

#### Dagskrá:

17:00 - 17:10 Setning Jóhanna B. Magnúsdóttir formaður fjölskyldunefndar.

17:10 -17:30 Kynbundið ofbeldi sem hluti af ójafnrétti kynjanna Kristín Ástgeirsdóttir forstöðumaður Rannsóknastofu í kvenna- og kynjafræðum Rannsóknarstofu í kvennaog kynjafræðum (RIKK).

17:30- 17:50 Birtingarmyndir kynbundins ofbeldis Sigþrúður Guðmundsdóttir framkvæmdastýra Samtaka um kvennaathvarf.

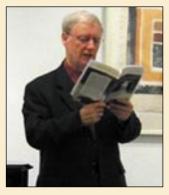
17:50-18:10 "Gætu 379 börn í Mosfellsbæ hafa verið beitt kynferðisofbeldi?" Um umfang, afleiðingar og viðbúnað vegna kynferðisofbeldis á börnum. Guðrún Jónsdóttir talskona Stígamóta.

18:10-18:30 Karlar til ábyrgðar Ingólfur V. Gíslason Jafnréttisstofu, verkefnisstjóri Karlar til ábyrgðar.

18:30-19:00 Umræður Fundarstjóri: Þorbjörg I. Jónsdóttir, varaformaður fjölskyldunefndar

Aðgangur ókeypis og allir velkomnir Vinsamlegast tilkynnið þátttöku til Þjónustuvers Mosfellsbæjar í síma 525 6700 eða á netfangið mos@mos.is

Forstöðumaður fjölskyldusviðs



### Ljóðaveisla til heiðurs Jóhanni

þann 20. mars var haldin ljóðaveisla í Listasalnum. Veislan var til heiðurs Jóhanni Hjálmarssyni bæjarlistamanni Mosfellsbæjar. Dagskráin var tileinkuð verkum Jóhanns. Kristbjörg Kjeld flutti ljóð eftir Jóhann við undirleik þeirra Karls Möller, Birgis Bragasonar og Guðmundar St. Steingrímssonar. Þröstur Helgason, bókmenntafræðingur, fjallaði um feril og skáldskap Jóhanns og þá flutti leskór nemenda úr Lágafellsskóla ljóðið Marlíðendur. Að lokum las svo Jóhann sjálfur ljóð við mikla hrifningu áheyrenda.



### **Breik og HipHop** námskeið að Varmá

Natasha Money Royal, dansari, danshöfundur og danskennari verður með námskeið fyrir krakka í Toppformi. Námskeiðin hefjast 10. apríl og má finna allar nánari upplýsingar á heimasíðunni hennar www. natasha.is. Natasha byrjaði að dansa breikdans þegar hún var 10 ára og hefur verið að síðan. Síðustu ár hefur hún kennt á Íslandi við góðan orðstýr og býður nú Mosfellingum upp í dans.

### Hrefna flutt á Aristó

Hrefna Vestmann hárgreiðslukona hefur lokað Bello hárgreiðslustofunni sinni. Hún hefur flutt sig yfir á Aristó



sem er í sama húsi, í Háholti 14. Hrefna hlakkar til að sjá ykkur á nýjum stað, s. 566-8989.

# Sögukornið 🌙



# Mannskaðinn á Mosfellsheiði árið 1857

Leiði í Mosfellskirkjugarði. Rétt innan við sáluhliðið gamla kirkjugarðsins að Mosfelli eru lágir grasivaxnir hólar. Þeir láta ekki mikið yfir sér og yfir staðnum hvílir friðsæld. Þar er ekkert sem greinir frá þeim mannraunum sem mennirnir sem þarna hvíla og félagar þeirra gengu í gegnum í marsmánuði fyrir 150 ár-

#### Villtir í óveðri á Mosfellsheiði

Sunnudaginn 7. mars 1857 voru 14 vermenn á ferð yfir Mosfellsheiði. Mennirnir höfðu lagt af stað daginn áður úr Laugardal og Biskupstungum á leið sinni til Reykjavíkur. Fyrstu nóttina gistu þeir í Vatnskoti og á Þingvöllum. Mikill snjór var á jörðu og sóttist mönnunum ferðin heldur hægt. Þegar hópurinn kom að svokallaðri Vilborgarkeldu skall nær fyrirvaralaust á norðanbylur svo vart sá handa skil. Bylurinn og vaxandi frostið varð til bess að fötin frusu utan á vermönnunum. Ekki þótti þeim þó ráðlegt að snúa við af ótta við að villast út á ótraustan ís Þingvallavatns eða að falla niður um gjótur og sprungur í Þingvallahrauni. Vænlegra þótti mönnunum að reyna að finna lítið sæluhús sem staðsett var í svonefndum Moldbrekkum á miðri Mosfellsheiði. Enn jókst veðurofsinn og frostið harðnaði. Í veðurbók í Stykkishólmi sem til er frá bessum tíma kemur fram að þar fór frost úr 9,5 gráðum í 16,5 °C. Mennirnir fundu aldrei sæluhúsið og þegar leið á daginn voru flestir orðnir aðframkomnirafþreytu, fötin stálfreðin og klakahúð komin fyrir andlit svo augnanna naut tæpast við. Hópurinn reyndi að grafa sig í fönn þegar kvöldaði. Tveir menn stóðu þó af sér veðrið alla nóttina og kom þar sér vel því hina fennti smám saman í kaf. Frusu sumir þeirra við hjarnið. Nóttin var vermönnunum mjög erfið. Sautján ára piltur, Þorsteinn



Guðmundsson, lést litlu eftir dagsetur. Frá mönnunum heyrðust angistaróp þar sem þeir lágu frosnir fastir við jörðina. Sumir höfðu misst vettlinga og aðrir húfur út í vindinn. Nokkrir voru bjargarlausir en félagar þeirra reyndu að aðstoða bá eftir mætti.

#### Ná til byggða

Veðrinu slotaði undir dögun og lögðu mennirnir þá aftur af stað. Þeirra eina von nú var að reyna að ná til bæjarins Bringna sem stóð efstur bæja í Mosfellsdal. Þegar hálfbjart var af degi rauk veður upp að nýju og var nú hálfu verra en áður. Mennirnir hrökktust undan verðinu og varð nú hver að bjarga sjálfum sér. Þeir sem minnstan höfðu mátt gátu enga björg sér veitt. Ofsinn í veðrinu stóð sem betur fer einungis í um eina klukkustund en hefði hann staðið lengur er óvíst að nokkur mannanna hefði komist lífs af. Þegar dró niður í veðrinu var orðið albjart af degi. Um níuleytið um morguninn náðu fyrstu fimm mennirnir niður að Bringum. Þar bjó þá Jóhannes Jónsson Lund (1801-1863) bláfátækur bóndi í lítilfjörlegum húsakynnum. Hann veitti vermönnunum aðhlynningu eftir föngum. Þeir fimm sem fyrstir náðu til byggða voru svo aðframkomnir og utan-

gátta að þeir greindu ekki strax frá félögum sínum sem enn voru villtir á heiðinni. Þegar Jóhannes frétti að fleiri hefðu verði í hópnum fór hann strax af stað að leita þeirra. Hann fann þrjá á göngu og kom þeim til byggða. Eftir það safnaði hann liði meðal bænda í Mosfellsdal. Sex manna var þá enn saknað. Fimm beirra voru látnir begar að var komið en einn var með lífsmarki. Hann lést skömmu eftir að komið var með hann heim að bænum Stardal. Sjö af þeim átta mönnum sem komust höfðu lífs af voru mikið kalnir á höndum og fótum. Vermennirnir voru fluttir til Reykjavíkur næstu daga á eftir. Sumir voru rúmfastir í allt að fimm mánuði eftir atburðinn og af tveimur þeirra þurfti að taka allar tær vegna kala.

Á þessum tíma var Magnús Grímsson prestur á Mosfelli. Hann jarðsöng mennina sex sem látist höfðu í óveðrinu. Eins og áður segir voru þeir grafnir skammt innan við sáluhliðið í Mosfellskirkjugarði.

Þessi grein byggir alfarið á frásögn um mannskaðann á Mosfellsheiði í bókinni Mosfellsbær Saga byggðar í 1100 ár eftir Bjarka Bjarnason og Magnús Guðmundsson.

> Kristinn Magnússon fornleifafræðingur





Knattspyrnudeild Aftureldingar fer nýstárlegar leiðir til fjáröflunar. Í gegnum tíðina hafa margar góðar hugmyndirnar orðið að veruleika og skemmst er að minnast Aftureldingarspilanna sem voru til sölu um jólin. Nú hefur Afturelding hafið sölu á páskaeggjum, sérmerktum félaginu og þykja afar ljúffeng og góð. Myndin var tekin á páskabingói sem haldið var í Lágafellsskóla á dögunum og þótti vel takast til. Hægt er að nálgast páskaeggin gómsætu hjá knattspyrnudeildinni gegn vægu verði.



Stelpurnar í P-2 náðu frábærum árangri á dögunum þegar samanlagður árangur þeirra á mótum í vetur kom þeim inn á Íslandsmót í hópfimleikum. Í hverri grein geta aðeins sex stigahæstu liðin á landinu unnið sér inn keppnisrétt. Stúlkurnar kepptu á trampólíni og höfnuðu í 4. sæti. Þá voru stúlkurnar frá Aftureldingu með þeim yngstu á mótinu og eiga þar af leiðandi mikið inni.

#### Gull og silfur hjá P-1

P-1, yngri keppnishópur Aftureldingar, vann gull og silfur á sínu fyrsta fimleikamóti í landsreglum FSÍ. Þær voru í 1. sæti á dýnu og 2. sæti á trampolíni. Þetta er glæsilegur árangur en P-1 hafa verið sigursælar í allan vetur og hafa þær unnið til verðlauna í hvert sinn sem þær hafa keppt. Stúlkurnar eru kornungar og eiga áreiðanlega eftir að ylja hinum stærri félögunum undir uggum í framtíðinni.



### Maraþonbolti hjá 4. flokki kvenna

Þann 17. mars hélt 4. flokkur Aftureldingar í kvennaknattspyrnu fótboltamaraþon. Maraþonið tók 12 klukkatíma í heildina og skoruðu þær 266 mörk á þessum tíma. Maraþonið er liður í fjáröflun fyrir sumarið en stelpurnar koma til með að taka þátt í Tivoli Cup mótinu í Danmörku í sumar. Stelpurnar voru að vonum þreyttar eftir átökin en ánægðar með söfnunina og vilja koma á framfæri þakklæti til allra sem styrktu þær með áheitum

# Öll börn tryggð

Öll börn í Mosfellsbæ 18 ára og yngri eru tryggð fyrir íþróttameiðslum þegar þau stunda skipulagt íþrótta- og tómstundastarf. Sjálfsábyrgðin er þó 13.000 kr. Afturelding tryggir ekki iðkendur sína 16 ára og eldri nema iðkendur séu samningsbundir félaginu. Það kemur í hönd ÍSÍ að greiða bætur vegna íþróttaslysa ef börnin eru eldri en 16 ára.



### Skrifað undir tímamótasamning

Fyrsta embættisverk nýs formanns Aftureldingar, Jóns Pálssonar, var að skrifa undir samstarfssamning við Landsbankann. Samningurinn felur í sér sérstakan markaðsstyrk til félagsins auk þess sem í honum felst samstarf um útgáfu á Aftureldingarkortum sem verða félagsskírteini fyrir félagsmenn Aftureldingar. Samningurinn felur í sér þónokkra tekjumöguleika fyrir félagið í heild.

# Afturelding leikur í íþróttafatnaði frá Jako

NAMO ehf. Þverholti 2 Kjarna



# Heyrst hefur...

...að Mundi í Dalsgarði sé búinn að eignast lítinn dreng með spússu sinni

...að Íris Hólm sé dottin úr X-factor

...að lokað hafi verið á athugasemdakerfið á bloggsíðu Varmársamtakanna vegna einelti<u>s</u>

...að lessur haldi sitt árlega Evrópumót í blaki í íþróttahúsinu að Varmá nú um páskahelgina

...að Harðarmenn hafi ekki riðið feitum hesti frá stripp-umræðunni í kjölfar Herrakvöldsins um daginn. Harðar-ásakanir

...að Valdimar Leó skipi einungis 2. sæti á lista Frjálslyndra í SV og því líklegt að þingsetu hans sé að ljúka

...að lyktin í Krónunni eigi það til að vera mjög vond á köflum

...að það kosti 350 kall í nýju sundlaugina í Lækjarhlíð

…að árið 2004 hafi TENÓR flutt í bæinn, þegjandi og hljóðalaust

...að Rúnar sé orðinn skókóngur með sína margrómuðu hjólaskó

...að Idol-Simmi sé fluttur í Þrastarhöfða með familíuna

...að í nýju sundlauginni í Lækjarhlíð verði opnað lítið og sætt kaffihús

...að fulltrúar í bæjarstjórn séu orðnir öflugir á Moggablogginu á netinu. Herdís Sigurjóns og Kalli Tomm eru þar í broddi fylkingar

...að Mosfellingar hafi gert frábæra hluti á Músíktilraunum

...að komin sé dagsetning á bæjarhátíðina Í túninu heima, takið frá helgina 24.-26. ágúst

...að hægt sé að fá þunnar og stökkar ítalskar pizzur á Pizzabæ

...að það sé hafin forvinna fyrir reunion '79 árgangsins

...að bikarinn sé á leið í bæinn

...að hægt sé að skoða Mosfelling á netinu á www.mosfellingur.is

...að Guðni sé kylfingur vikunnar

...að nöfn á götur í Leirvogstungu séu meðal annars, Kvíslartunga og Laxatunga.

Endilega sendið okkur slúður mosfellingur@mosfellingur.is Samsýning sjö listamanna í boði Listasalar Mosfellsbæjar



Fjölbreytt og áhugaverð samblanda myndlistar

Listasýningin Sjömílnaskór var opnuð þann 31. mars í Listasalnum. Sýningin er samsýning sjö listamanna sem eiga rætur sínar að rekja til bæjarins og vinna þau með fjölbreytta miðla. Þar má nefna ljósmyndir, innsetningar, málverk, skúlptúr og fleira. Listamennirnir eru þau Berglind Jóna Hlynsdóttir ('79), Eyþór Árnason ('81), Heiða Harðardóttir ('77), Ingibjörg Birgisdóttir ('81), Oddvar Örn Hjartarson ('77), Unnar Örn Jónasson Auðarson ('74) og Þórdís Aðalsteinsdóttir ('75). Titill sýningarinnar, Sjömílnaskór, er þekkt úr ævintýrum og eru galdraskór sem fá hvern þann sem þeim klæðist áfram um sjö mílur í hverju skrefi. Sýningin er öllum opin og stendur yfir til

 apríl. Listasalurinn er opinn á samkvæmt opnunartíma bókasafnsins.



hjá Ingu og Porsteini Grillað brauð og hvítlausksósa

Hér koma tvær af uppáhaldsuppskriftunum okkar. Brauðið er hvílt yfir háveturinn en þegar fer að birta og grillið kemst í stuð þá er brauðið mjög vinsælt meðlæti.

Sósan góða er notuð með öllu mögulegu. Þetta tvennt saman með grilluðum kjúklingabringum eða öðru vinsælu kjöti eða fiski og góðu fersku salati, klikkar ekki.

#### Grillað brauð:

5 dl. hveiti 2 dl. súrmjólk 1/2-1 dl. síróp 1 tsk. hjartarsalt

Öllu blandað saman og hnoðað í deig, bæta við hveiti ef þörf er á. Kælt í ca. 30 mínútur. Deiginu skipt í litla bita sem eru flattir vel út þar til þeir eru á stærð við hálfan lófa. Brauðin eru grilluð í stuttan tíma á hvorri hlið.

Hvítlaukssósan ómissandi:

Majones og sýrður rjómi í hlutföllum eftir smekk

Smáskvetta af sítrónusafa og sætu sinnepi 1-3 tsk. af sykri eftir magni sósunnar 2-? hvítlauksrif eftir smekk og magni sósu Fersk steinselja klippt út í sósu Sósan verður bara betri af að bíða í ísskápnum í 1-2 klst







Hann heitir Jón Blomsterberg og er alin upp á mölinni, nánar tiltekið í Fossvoginum. Fyrstu 15 árin bjó hann ásamt fjölskyldu sinni við Sléttuveginn og var húsið þeirra frekar afskekkt á þessum tíma þannig að Jón var mikið í nálægð við Andrés föður sinn sem var mikill bílaáhugamaður og átti marga af fallegustu bílum landsins og í bílskúrnum lærði sonurinn fljótt til verka og má segja að tíminn hans þar hafi verið hans skóli.

"Ég var ósköp venjulegt barn að öllu leyti" segir Jón aðspurður um uppvaxtarárin, "ég fékk afskaplega gott og hlýtt uppeldi hjá foreldrum mínum sem ég kem til með að búa að alla tíð."

"Ég lék mér úti á túni í gúmmítúttum og tróð snjó inn á stelpurnar á veturna, ég var líka duglegur að passa Ingu, litlu systur, þegar mamma var að vinna á Borgarspítalanum og ég leit aldrei af henni, mamma sagði mér seinna að það hefði enginn og ekkert komist að systur minni þvílík var umhyggjan."

Jón á eldri bróður sem heitir Axel og það þótti nú aldeilis flott á þessum árum að fá að fara í bíltúr með stóra bróður og kaupa kók og prins. Einnig á Jón tvo hálfbræður samfeðra.

"Ég var 15 ára þegar ég eignaðist fyrsta bílinn minn sem hét Dodge Dart 1964 og ég vann í honum þangað til ég fékk ökuskírteinið í hendurnar, þá var virkilega gaman að vera til.

Ég byrjaði snemma að vinna fyrir mér við viðgerðir, húsbyggingar og sendibílaakstur og ég eignaðist mína fyrstu íbúð 18 ára sem ég keypti á Seltjarnarnesinu."

#### Bílaverkstæðið Brún opnað

Jón hefur alltaf haft mikla ástríðu fyrir fallegum og kraftmiklum bílum og hefur mikla þekkingu á þeim, þann 18. maí 1985 opnuðu bræðurnir Jón og Axel bílaverkstæðið Brún í Mosfellsbæ sem þeir ráku síðan saman í mörg ár eða þar til húsnæði þeirra við Hamarsteig 1 var rifið, þá fluttu þeir fyrirtæki sitt á Völuteiginn.

Á Hamarsteignum sérhæfðu bræðurnir sig í jeppabreytingum og sérsmíði en eftir flutninginn á Völuteiginn þá breyttist reksturinn meira í almennar viðgerðir og uppgerðir á gömlum tækjum og bílum auk þess sem þeir opnuðu dekkjaverkstæði.

Árið 2004 skildu leiðir þeirra bræðra í bili, Jón flutti sig um set og opnaði sitt eigið verkstæði Jon's Garage í Skeifunni, þar sérhæfir Jón sig í að gera upp gamla bíla. Einnig er annars konar rekstur í fyrirtækinu X-Brún merkingar sem sérhæfa sig í glugga- og fatamerkingum auk þess að selja glerlistaverk sem eru unnin á slípaða plötu, plöturnar eru skreyttar með mósaík krossum og áletraðar með fallegum bænum, sálmum og barnaljóðum.

Jón hefur líka mikinn augastað á góðum og fallegum bátum og líður vel nálægt vatni, hann hefur átt allt frá litlum kænum upp í flottan 33 feta sportbát sem hægt er að sigla á milli landa, árið 2000 sigldi Jón ásamt félaga sínum frá Noregi til Íslands á einum slíkum og lentu þeir í ýmsum ævintýrum á leiðinni.

#### Samrýmd fjölskylda

Sambýliskona Jóns til margra ára heitir Brynja Magnúsdóttir og eiga



þau tvær dætur þær Sunnevu Líf 13 ára og Veru Sif 10 ára, húsmóðirin er kona ei einsömul og mun lítill prins líta dagsins ljós í júlí sem verður skírður Andrés Blomsterberg í höfuðið á afa sínum sem lést árið 1997. Fyrir á Jón þá Þóri 29 ára, Hörð 27 ára og Arnodd 25 ára.

Fjölskyldan er mjög samrýmd og er mikið saman í vinnunni sem utan hennar, þau hafa mikinn áhuga á vatnasporti og reyna að eyða eins miklum tíma nálægt vatni eða sjó eins og hægt er og dæturnar hafa verið duglegar að sækja hin ýmsu námskeið sem við koma sportinu.

Um leið og sólin hækkar á lofti verður bátur fjölskyldunnar sjósettur og dæturnar spenna þá á sig brettin og ríkir mikil eftirvænting eftir því. Fjölskyldan er einnig mjög heimakær og kvöldstundir við að planta trjám, reita arfa og enda svo á góðu pottaspjalli er líka í miklu uppáhaldi.

Sumartíminn er mikill annatími hjá fjölskyldunni, margar bílasýningar framundan og undirbúningur



Myndin er tekin á Sléttuveginum fyrir framan Ford Fairline Galaxy 500 árgerð 1959 sem að faðir Jóns keypti af bandaríska sendiráðinu, Jón er 5 ára á myndinni.

fyrir þær er mikill, Jón hefur verið að smíða nokkra af þeim bílum sem bíða sýningar.

Er blaðamaður kvaddi Jón og fjölskyldu hans þá var allt á fullu við undirbúning fermingarveislu elstu dótturinnar Sunnevu en hún fermist í Lágafellskirkju, það er því við hæfi að enda viðtalið á því að óska henni til hamingju með daginn.

Texti: Ruth Örnólfs. Myndir: úr einkasafni

# Hvað á að gera um þáskana?



Jónheiður Steindórsdóttir

Ég ætla að eiga nokkuð gott páskafrí í ár. Að vísu byrja páskarnir á nokkrum fermingargreiðslum en síðan á að leggja land undir fót og fara í sumarbústað fjölskyldunnar austur í Fljótshlíð. Þangað förum við til þess að hlaða batteríin, fara í góðar gönguferðir, borða góðan mat og auðvitað gleymum við ekki páskaeggjunum heima. . Málsháttur: Morgunstund gefur gull í mund!



Þórdís Pálsdóttir

Ætlunin er að nota fríið vel í ár m.a. til að fara yfir ritgerðir nemenda minna og mála. Síðan er það páskamáltíðin með stórfjölskyldunni sem er skemmtilégasti hluturinn af páskunum, en bæði hún og undirbúningurinn taka góðan tíma. Best er samt að fá meiri tíma með syni mínum sem er 11 ára. Hann er bæði í fótbolta og Teakwondo en þar er hann kominn með rautt belti og tvær svartar rendur. Málsháttur: Gott er að hafa í huga að kurteisi hefur sömu áhrif á menn og hiti á vax.



Erla Edvardsdóttir

Ég ætla að vera heima í faðmi fjölskyldunnar, skreppa í göng-ur með krakkana og vonandi kíkja í nýju sundlaugina þegar hún opnar. Svo verður hann Ingvar svili minn fimmtugur um páskana og heldur upp á þann stóra áfanga með veislu þannig að ég ætla að reyna að hjálpa eins mikið til við það og ég get. Vonandi getum við svo kannski skelt okkur eitthvað á skíði fyrst það er loksins kominn smá snjór í Bláfjöll. Uppáhalds málsháttur:

Sannleikurinn er sagna bestur.



Hjördís Elma Jóhannsdóttir

Ætli páskarnir hjá mér muni ekki verða samblanda af vinnu, súkkulaðiáti, páskalambinu hans pabba, lærdómi, sjónvarpsglápi og samverustundum með fjölskyldu og vinum. Eitt það besta sem ég veit er að vakna á Páskadagsmorgun og leggjast fyrir framan sjónvarpið með mitt páskaegg og kalda mjólk í glasi. Ég er búin að setja saman áætlun um að taka Cary Grant marabon. Ég hugsa að mitt uppáhalds orðatiltæki sé: Maður getur alltaf á sig blómum bætt."



Snævar Ingi Hafsteinsson

Ég fer í fótboltaferð til La Manga á Spáni og svo er það bara frí og lærdómur sem tekur við eftir að ég kem heim. Ég er boðinn í eina fermingarveislu sem verður á skírdag. Ég verð heima um páskana og býst ég við því að við höldum í hefðina og munum fara í kirkju á páskadagsmorgun. Eftir messuna fer ég heim með fjölskyldunni og leita að páskaegginu. Við borðum svo morgunmat með móðursystur minni og fjölskyldu. Málsháttur: Hugurinn ber mann hálfa leið

Fyrir nokkrum helgum fórum við í ha<u>ndboltanum</u> til Egilsstaða til þess að spila tvo útileiki við Hött í 1. deild karla. Ferðin byrjaði vægast sagt illa. Við mættum upp á Reykjavíkurvöll og þá höfðum við misst af fluginu sökum örðugleika í upplýsinga-flæðinu. Alveg frábært! Semí. Eina í stöðunni var að senda fimm leikmenn á Akureyri sem síðan keyrðu þaðan á Egilsstaði. Síðan var bara að bíða og vona eftir einhverjum sætum í næstu vél sem var fullbókuð. Sem betur fer komumst við fjórir í hana. Við komumst sem sagt 9 eftir allt til Egillsstaða og mættum bara beint í leik, sem við unnum með 23 mörkum. Við ákváðum að kíkja á Svarthvítu hetjuna til þess að fagna góðum árangri og fá okkur eitt ískalt mjólkurglas. Það er nú ekki frásögur færandi nema fyrir þær sakir að við

ákváðum að skella okkur á dansgólfið. Eftir að hafa séð heimamenn taka slátturvéladansinn og fleiri góða var okkur ekki til setunnar boðið en að taka snúning. Við stilltum okkur fjórir í hring og tókum halda-á-Íofti-dansinn. Þegar dansinn var í hámarki sá einn heimamannanna sig tilneyddan til að kasta upp á dansgólfið og það nánast í miðjan hringinn hjá okkur. Við strákarnir forðuðum okkur undan ælunni sem var hnausþykk og myndarleg. Félagi ælarans kippti sér hins vegar ekkert upp við þetta allt saman heldur kveikti

sér bara í sígarettu og hélt dansinum áfram. Gamli missti svo rettuna í öllum æsingnum og beint ofan í æluna, miðja æluna. Heldur þú að gamli hafi ekki bara litið til vinstri og hægri og kippt svo rettunni upp og smellt henni í grímuna á sér. Gull af manni. Eftir að hafa sigrað seinni leikinn með 13 mörkum að mig minnir var haldið heim á leið. Ég fór nánast beint af vellinum á árshátíð Mosfellings sem var haldin í Kvosinni hjá K.Tomm. Þegar stemmningin var að skríða af stað var tilkynnt um sérstakan heiðursgest. Enginn annar en Gylfi Ægisson sjálfur. Hann tók alla gömlu góðu slagarana og allt klárt. Þvílík helgi! Rallaði með G-manninum og sá mann (að ég held) reykja sígarettu beint upp úr ferskri ælu... gerist ekki betra.

Ásgeir Slææ Jónsson





# Loksins á Íslandi! The Art of Living

Í annað sinn á Íslandi bjóða alþjóðlegu mannræktar-og sjálfboðaliðasamtökin The Art of Living upp á yoga-, öndunar- og hugleiðslunámskeið.

Námskeið sem þetta hefur verið kennt í 151 landi og er öflug aðferð til að losa streitu og auka vellíðan bæði andlega og líkamlega.

Meira en 20 milljónir manna um allan heim hafa tekið þátt í námskeiðunum sem leggja áherslu á eftirfarandi atriði:

Öndunartækni Íhugun

Námskeiðið eykur lífsorkuna, sjálfsálitið, hugmyndaflugið, vinnuafköstin og lífsgleðina.

Námskeiðið dregur úr streitu, hættu á depurð og angist. Vellíðunartilfinning magnast og við það eykst líkamleg orka.

Verður haldið í lok apríl 26. til 1. maí og er fyrirkomulag námskeiðsins sem hér segir:

**Fimmtudag** 19 - 22 26. apríl Föstudag 19 - 22 27. apríl Laugardag 10 - 16 28. apríl 10 - 16 29. apríl Sunnudag Mánudag 19 - 22 30. apríl Þriðjudag 19 - 22 1. maí.

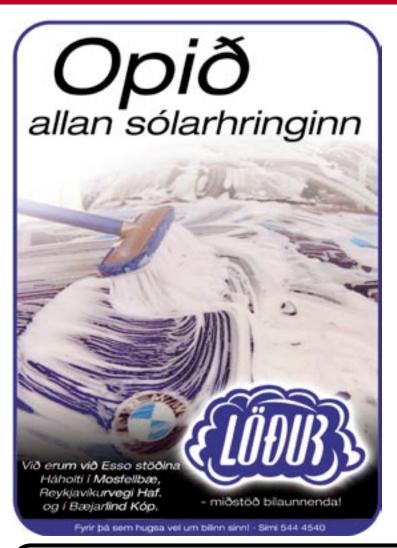
Skilyrði fyrir þátttöku er að mæta í alla tímana.

Verði er stillt í hóf og rennur allur ágóði til hjálparstarfa á vegum samtakanna.

Námskeiðsgjald er 23.000 kr, en 14.500 kr fyrir námsmenn, ellilífeyrisþega og atvinnulausa.

Námskeiðið verður haldið í Mosfellsbænum í fallegum sal sem heitir Þrúðvangur og er í Kvosinni beint á móti gömlu Álafossverksmiðjunni.

Nánari upplýsingar og innritun veitir: Lilja Steingrímsdóttir - 692 8302 hjartanslist@yahoo.com





www.mos.is



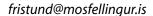
Þverholti 2 · 270 Mosfellsbæ · Sími 525 6700 · Fax 525 6729

Fristund 2007-2008

# Síðustu forvöð

Upplýsingar um öll félagasamtök eru vel þegin fyrir upplýsingarit um tómstundarstarf í Mosfellsbæ.







# Pizza mánaðarins

# Pizza Pepperone

...með pepperone, lauk og ananas

Þú sækir: 12" - 999 kr. 16" - 1199 kr.



# Gleðilega páska

**Skírdagur -** Opið 11:30 22.00

Föstudagurinn langi - Lokað

Laugardagur - Opið 11:30-24.00

Páskadagur Lokað

**Annar í páskum** - Opið 11:30 - 22.00



Hvernig finnst þér nýja sundlaugin í Lækjarhlíð?



ÓLAFUR DAÐI: Mjög skemmtileg. Appelsínugula rennibrautin er best.



ELVA DÍS: Mjög fín, það er gaman í rennibrautunum.



HEIÐDÍS: Ógeðslega skemmtileg!



BIRKIR: Ágæt. Gaman í rennibrautunum. Þær vantaði að Varmá.



**HUGRÚN:** Hún er mjög skemmtileg.



HANNA DÓRA: Frábær. Mjög skemmtileg.



Don Juan í Spáni

Fornir frændur

Tóti í Dalsgarði

Kvaran, Byron og Líney

Eldhressar í innflutningi

TVÍFARAR

Οκτό

PAUL SCHOLES





#### Sumarafleysingar

Óskum eftir að ráða starfsfólk við sumaraflevsingar í afurðarstöð okkar.

Matfugl er mjög framsækið og ört vaxandi fyrirtæki í framleiðslu á kjúklingaafurðum. Áhugasamir sendið inn skriflegar umsóknir á netfangið qudmundur@matfuql.is Eða komið og fyllið út umsókn á staðnum.

Matfugl ehf - Völuteig 2

# **SMÁAUGLÝSINGAR**

#### Armbandsúr fundið

Dóttir mín fann dömu armbandsúr með slitinni keðju við Lágafellsskóla á þriðjudaginn sl. Þetta er greinilega gott úr og væntanlega sárt saknað af eiganda.

Merkið er Q&Q, upplýsingar í síma 557-4525 (Steinunn)

# MOSFELLINGUR

ÚTGÁFUDAGAR **FRAMUNDAN** 

> 27. APRÍL 11. MAÍ

mosfellingur @mosfellingur.is



HÁHOLT 23 - SÍMI 566 8500

#### hugurogheilsa.com - hugurogheilsa.com - hugurogheilsa.com

Bowen tækni, höfuðbeina- og spjaldhryggsmeðferð, reiki heilun, reiki námskeið, Shiatsu þrýstipunktameðferð

Brynjólfur Einarsson, þerapisti S: 866-0007

#### TEPPAHREINSUN OG GLUGGAÞVOTTUR

fyrir fyrirtæki, fjölbýli og einstaklinga Brynjólfur Einarsson: 659-2375

# Íslandsaröfur ehf. Mosfellsbæ

Höfum til leigu í stór og smá verk

### Case 695 Super R traktorsgröfu

Leigist til lengri eða skemmri tíma með eða án stjórnanda - Hagstætt verð-

Símar 566 8830 og 896 8916 Tölvupóstur: islandsgrofur@islandsgrofur.is



### Öll almenn veislu- og veitingaþjónusta

Hvort sem er í heimahús eða í sal Höfum sali til leiau

Gæðakokkar - Blikastöðum 2 Símar: 5868412 - 6602440





### Bestu pizzurnar í bænum

ÞVERHOLT 2 - KJARNI

# MOSFELLINGUR GK Snyrtistofc Kjarna Pverholti 2 Sími: 534 3424





Stóra upplestrarkeppnin var haldin í hátíðarsal Varmárskóla þann 26. mars. Margt var um manninn á keppninni og alls tóku þátt tíu keppendur frá Lágafellsskóla og Varmárskóla. Þessi keppni er orðin árleg hefð þar sem ungmenni í 7. bekk grunnskólanna koma saman og keppa í upplestri. Í ár var það Dagrún Björk Sigurðardótt-ir sem bar sigur úr bítum og í öðru sæti var systir Dagrúnar, Ásrún Dóra Sigurðardóttir en báðar eru þær nemendur í Lágafellsskóla. Í þriðja sæti var Lára Kristín Petersen úr Varmárskóla. Á myndinni má sjá sigurvegar-ana. Frá vinstri: Ásrún Dóra, Dagrún



Sigríður Johnsen skólastjóri ásamt hluta þátt-akenda en Lágafellsskóli sigraði keppnina í ár

Ljósm. Hilmar



#### Flugumýri

Forsteypt atvinnuhúsnæði við Flugumýri í Mosfellsbæ. Húsið er hólfað niður 4 bil. Hvert bil er með tveimur vönduðum vinduhurðum með mikilli lofthæð. Hitalagnir eru í gólfum. Bilin eru um 136 fm. með milli lofti. Búið er að setja milliloft í eitt bil af fjórum.



# Sími: 588 55 30

Opið virka daga frá kl. 9-18 Netfang: berg@berg.is • www.berg.is

Pétur Pétursson Löggiltur fasteignasali GSM: 897 0047





#### Stórikriki - raðhús

Glæsileg og vel byggt 4ra íbúða raðhús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúrum frá 219fm-244 fm með innbyggðum bílskúrum á þessum mikla útsýnisstað fremst í Stórakrika í Mosfellsbæ. Húsin eru 219-244 fm og afhendast tilbúin til innréttinga og fullbúin að utan. Mikil lofthæð og gott skipulag. Traustur verktaki. V. 42,5 m.



#### Háholt

Sannkallaðar 2ja-3ja herbergja lúxusíbúðir í hjarta Mosfellsbæjar. -Fyrsta flokks innréttingar, gólfefni og tæki.

- -Sérinngangur -Glæsilegt útsýni
- -Verð frá 24,5 -29,5
- -Íbúðir fyrir vandláta



#### Byggðarholt

Vel skipulögð og innréttuð 159 fm íbúð í raðhúsi á tveimur hæðum. Íbúðin skiptist í þrjú svefnh, fallegt baðherbergi m/hornbaðkari, rúmgott eldhús og sólpall með skjólveggjum. Falleg íbúð.



#### Klapparhlíð

Ný á skrá. Mjög falleg 87,5 fm. endaíbúð á 2. hæð með sér inngangi við Klapparhlíð í Mosfellsbæ. Eignin er með sér þvottahúsi og geymslu innaf. Bjartri stofu með suðursvölum. Glæsilegu eldhúsi með AEG eldhústækjum og innréttingum frá Brúnás. Tvö góð svefnherbergi. Topp eign á frábærum stað. V. 22.5



#### **Dvergholt**

Falleg og mikið endurnýjuð 147,5 fm neðri sérhæð með góðum garði. Glæsilegt eldhús, baðherbergi með flísalögðum sturtuklefa og baðkari. Sér þvottahús og geymsla. Þrjú svefnh með möguleika á því fjórða. Sér inngangur og bílastæði.



#### Hjallahlíð

Gullfalleg 117,4 fm íbúð á efstu hæð í fallegu fjórbýli auk 24 fm bílskúrs á þessujm barnavæna stað í Mosfellsbæ. Í íbúð eru þrjú góð svefnherbergi. Sér þvottahús og geymsla í íbúð. Baðherbergi flísalagt í hólf og gólf. Fallegt eldhús. Í íbúð eru vandaðar innréttingar, tæki og gólfefni.