

**Rangá**  
Opið alla daga  
**10-10**  
Skipasund 56

✓ Smur- og hjólbarðþjónusta  
✓ Alhliða bílaviðgerðir og viðhald

SMURÞJÓNUSTA  
- SAMNINGAR  
VIÐ ÖLL HELSTU  
BÍLAUMBOD

**Smurstöðin  
KLÖPP**

Við Vegmúla • Sími 553 0440  
Opið mánudaga - fimmtudaga 8-18  
föstudaga 8-16

Jólavörurnar eru komnar!

**Ynja**  
UNDIRFATAVERSLUN

Álfheimar 74, Glæsibær • 104 Reykjavík • ynja.is

# Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir

9. tölublað 15. árgangur

NÓVEMBER 2020



## Hugmyndasöfnun fyrir Hverfið mitt

Nú er hafin hugmyndasöfnun í verkefninu Hverfið mitt. Í þetta sinn tekur hún yfir lengri tíma en verkefnið koma til framkvæmda 2022 og íbúar eru hvattir til að koma með hugmyndir af stærri og dýrari verkefnum. Á myndinni er nýtt leiktæki í Grundargerðisgarði.

Ljósmynd: Reykjavíkurborg

**SAGA GUDANNA**

Fæst í verslunum okkar  
á Selfossi og í Ármúla 42

Bókakaffið

Tilvalinn fyrir jóladagatalið!

20 vinningsstær með 100.000 kr.

**HAPPA PÖNNAN**  
Skemmtlegt að skafa

**KINDA sögur**  
2. BINDI

Fæst í verslunum okkar  
á Selfossi og í Ármúla 42

Bókakaffið

**FISKBÚÐIN**  
SUNDLAUGAVEGI

**SÍÐUSTU DAGAR SKÁLHOLTS**

Fæst í verslunum okkar  
á Selfossi og í Ármúla 42

Bókakaffið



## HÖFUM OPNAÐ NÝTT APÓTEK Í SKEIFUNNI 11

Við kynnum með stolti í fyrsta sinn á Íslandi

DERMA CENTER – húðvörur sem húðsjúkdómalæknar um allan heim hafa mælt með

FAGLEG RÁDGIJÖF / LYF / SNYRTIVÖRUR / HEILSU- & NÁTTÚRUVÖRUR

REYKJAVÍKUR **APÓTEK**  
SELJAVEGI – SKEIFU

## Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir

Útgefandi: Með oddi og egg ehf.  
Sundlaugavegi 7 • 105 Reykjavík

Prentun: Landsprent  
Drei "Hollywood glam" í fá fing:

Auglýsingar: marg@heimsnet.is (Már) sími: 568 8862  
Ritstjóri/Framkvæmdastjóri: Már Guðlaugsson, (ábm)  
símar: 822 9688, 568 8862 • netfang: marg@heimsnet.is  
Pennar: Benóný /Egisson netfang: benaegis@simnet.is  
Hildur Gunnarsdóttir • hildur.arna.gunnarsdottir@gmail.com  
Ljósmyndari: Simon Vaughan, simonvaughanljósmyndari.com

TÍMAPANTANIR ÓPARFAR

# greiðan

HÁRSNYRTISTOFA

Opnunartími: mán.-föst.: 8 - 18, laugardagar: 10 - 14 (10 - 16 fyrir herra)

Háaleitisbraut 58-60 • Sími 581-3090

Plötulopi • Léttlopi • Einband • Rennilásar • Tölur



Handprjónasambandið  
Skólavörðustíg 19  
Borgartúni 31  
Sími 552 1890



Tölur • Rennilásar • Einband • Léttlopi • Plötulopi

## Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

*Rúnar Geirmundsson*

Sími • 567 9110 • utfarir@utfarir.is • www.utfarir.is



## LJÓSADÍÓÐU- KROSSAR Á LEIÐI

**JS Ljósasmiðjan ehf.**  
Skemmuvegi 34 - 200 Kóp.  
Sími: 554 0661 / 897 4996

## Fluguhnýtingar í Vogaskóla

Það er fátt skemmtilegra en að standa á vatnsbakka, kasta flugu sem maður hefur sjá/ur hnytt og setja í fisk. Þetta segja alla vega krakkarnir í Vogaskóla sem kláruðu nýlega valgrein í fluguhnýtingum. Krakkarnir sögðu fyrstu tímana ekki hafa verið neitt sérlega skemmtilega enda fátt sem gerðist annað en að vefja tvinna utan um öngul og læra að hnyta einhvern „endahnút“. En eftir þetta byrjaði fjórir, krakkarnir hnyttu flestir þekktar silungaflugur eftir uppskrift en sumir létu líka sköpunargáfuna bara ráða för.

Ágúst Tómasson, kennari krakkanna, segir það ekki ókeypis að bjóða upp á svona valgrein í grunnskóla og að það hefði ekki tekist ef Ármenn, stangveiðifélagið í hverfinu, hefðu ekki hlaupið undir bagga með skólanum og lánað þvingur til verksins. Eins hefðu Veiðiflugur á Langholtsvegi styrkt skólann við efniskaup.



## Unglist – vefhátíð 2020

Unglist, listahátíð ungs fólks á aldrinum 16-25 ára, sem vanalega fer fram með glæsibrag viðsvegar um borgina fer nú fram um þessar mundir í netheimum með fjölmörgum skemmtilegum og metnaðarfullum viðburðum sem að fólk getur notið heima í stofu. Hægt er að nálgast tengla á hina ýmsu viðburði sem voru á boðstólum frá 7. nóvember á Facebook-síðunni Unglist – vefhátíð 2020 en viðburðirnir munu síðan lifa áfram þar.

**Nú þegar eru þessir viðburðir komnir á Facebook:**  
Myndlistarsýning Karenar Ýr Sigurbjörnsdóttur og Sylvíu Þorsteinsdóttur, myndband sem gefur

með óformlegum hætti innsýn í líf og starf tónlistarnemenda frá helstu tónlistarskólum í Reykjavík, Leiktu betur sem er æsispennandi spunakeppni framhaldskólanna og fjórar stuttmyndir eftir hæfileikaríkt kvikmyndargerðarfólk sem vinnur með mismunandi stíla og efnistöð. Í dag verður opnað fyrir "LARP" (Live Action Role Play), eða rauntíma kvikspunaspil, sem er eins konar spunaleikur sem byggist á því að skapa persónu og taka gervi hennar til að bregðast við atburðum ásamt því að byggja sögu í samvinnu við aðra spilendur og sögustjórnendur. Á morgun mun Ungt fólk í frístund Hins Hússins

skemmta fólki með skemmtilegu vídeóverki en á laugardaginn munu nemendur á Fataiðnbraut Tækniskólans og Fata- og Textílbraut Fjölbautaskólans í Breiðholti halda hina árlegu tískusýningu Unglistar rafrænt. Dagskránni lýkur svo á sunnudaginn með sýningu níu dansskóla sem sýna glæsileg atriði þar sem hver skóli tók við og gaf áfram hreyfingu til næsta skóla.

Unglistin er því með óvenjulegu sniði í ár en kostur þessa fyrirkomulags er sá að hægt verður að skoða viðburðina um ókomna framtíð á Facebook-síðunni Unglist – vefhátíð 2020.

## Lágt lyfjaverð alla daga vikunnar í Suðurverri.

Mán. til fös. Lau. Sun.  
Opíð: 08 - 20 10 - 18 13 - 18



**FARMASIA**

Suðurverri  
Stígahlíð 45  
105 Reykjavík  
Sími 511 0200  
facebook.com/farmasiaapotek



Full búð af nýjum vörum  
á frábæru verði



## Frá frístundamiðstöðinni Kringlumýri

Í þessari þriðju bylgju Covid 19 faraldursins hefur allt frístundastarf Kringlumýrar þurft að endurskipuleggja sig. Frístundaheimilin hafa skipt sér upp eftir sóttvarnarhólfum grunnskólanna sem hefur reynt mjög á lausnamiðaða hugsun. Rými frístundaheimilanna er af skornum skammti, sérstaklega eftir að æfingar íþróttafélaganna féllu niður þar sem gert er ráð fyrir í fermetrafiðla frístundaheimilanna að viss fjöldi barna fari yfir til íþróttafélaganna á íþróttæfingar. En með jákvæðni og að hugsa út fyrir kassann hefur þetta gengið upp.

Allar félagsmiðstöðvar Kringlumýrar eru búnar að breyta yfir í rafræna félagsmiðstöð á opnunartíma félagsmiðstöðvanna og á það við bæði um 10-12 ára og 13-15 ára hópinn. Þar er lögð áhersla á annars vegar að bjóða unglingunum uppá afþreyingu sem hæfir hverjum aldri og hins vegar að halda tengslum og samskiptum gangandi við þá hópa og einstaklinga sem þurfa á því að halda. Afþreyingarefninu er komið til

skila í gegnum þá samfélagsmiðla sem félagsmiðstöðvagnar notast mest við, þá helst Instagram og Tik Tok. Þar að auki erum við að spila borðspil við krakka á netinu og spila við þá tölvuleiki í gegnum netið, á meðan við spilum þessa leiki þá erum við með opnar hópsspjallrásir í gegnum Discord sem er eins og stór fjárfundur í gegnum Teams eða Zoom. Inná hverjum server þar getum við haft mismunandi herbergi fyrir mismunandi topic.

Starfsfólk félagsmiðstöðva eru með-

opnar samskiptaleiðir (síma og instagram) fyrir unglingana þar sem þau geta verið í sambandi og deilt sínum vangaveltum og áhyggjum. Starfsmenn hafa frumkvæði að þessum samskiptum ef þess gerist þörf. Einnig eru starfsmennirnir að kortleggja stöðuna á unglingum í hverfinu með vettvangsstarfi þar sem þau fara um hverfin á kvöldin.

Haraldur Sigurðsson  
Frámkvæmdastjóri, Kringlumýri

**FYRIR DAGA**  
*farsímans*  
Fæst í verslunum okkar  
á Selfossi og í Ármúla 42

**Bókakaffið**





Andlitskrem,  
augnkrem,  
fótakrem og  
handáburður  
frá GUINOT

Gjafakort fyrir þá sem  
þér þykir vænt um

# ÁRSÓL

Snyrtivöruverslun • Snyrtistofa  
Grímsbæ við Bústaðaveg • Sími 553 1262

## Flott föt – fyrir flottar konur



belladonna

Skeifan 8 | 108 Reykjavík | sími 517 6460 | www.belladonna.is



Við tökum vel á móti þér  
í Holtagörðum



Nýbakað brauð, kökur og smurt brauð allan daginn – alla daga.



Bákameistarinn

Austurveri • Flatahrauni • Glæsibæ • Húsgagnahöllinni • Holtagörðum • Mjódd • Smáratorgi • Spönginni • Suðurveri

**Valdimarsdagur**  
eftir **KIM LEINE**  
Fæst í verslunum okkar  
á Selfossi og í Ármúla 42

**l/l/l/l Bókakaffið**



**Speglar  
Innrömmun  
Glersala**

**Erlendar Ó. Ólafssonar**

**GLERIDJA**

Opið mánud. - föstud. kl. 8-18 og laugard. kl. 10-16  
Laugarnesvegi 52 • 105 Reykjavík

**Mikið úrval af plakötum!**



**maria nila**  
STOCKHOLM

**Hársnyrtistofa  
DÓRA**  
Hárgreiðslu- og rakarastofa  
Langholtsvegi 128 • Sími 568 5775

**GLUGGA  
GERÐIN**

Gamli glugginn úr,  
nýi glugginn í  
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,  
ásamt ísetningum og viðhaldi.  
Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

**Gallery  
Pizza**

**Pizzeria  
Restaurant**

Verið velkomin þegar þið  
eigið leið um suðurland

Hvolsvöllur er staður  
til að stoppa á

Opið 11.30 - 22.00




Gallery Pizza • Hvolsvegi 29 • 860 Hvolsvelli • Sími 487 8440

## Um nágrannavörslu



Á fundi Íbúaráðs Háaleitis og Bústaða sem haldinn var 29. október kom nágrannavörsla til umræðu. Hægt er að sjá streymi frá fundinum á Íbúasíðum.

Nágrannavörsla er samstarfsverkefni Reykjavíkurborgar, lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu og íbúa og gengur út á það að íbúar

taka höndum saman í forvarnarskyni. Nágrannavörsla er ein leið til að hindra innbrot og eignatjón. Meginmarkmið nágrannavörslu er að halda afbrotum frá viðkomandi götu eða hverfi auk þess sem það tengir fólk saman.

Verkefnið á einnig að efla félagsauð, samheldni og myndar þar með öruggara og ánægjulegra nágrenni. Í nágrannavörslu felst hlutverk íbúa í því að vera „augu og eyru“ götunnar eða hverfisins.

Til þess að hægt sé að koma nágrannavörslu á fót þurfa fulltrúar a.m.k. 80% heimila í götunni að skrifa undir þátttökubeiðni. Þegar þessu markmiði hefur verið náð er fólkið boðað á fræðslufund um nágrannavörslu. Óskað er eftir að einn fulltrúi frá hverju heimili mæti til fundarins. Íbúar velja síðan götu-

stjóra sem er tengiliður milli íbúa og þjónustumiðstöðvar borgarinnar í hverfinu. Síðan eru afhent límmerki í glugga og skilti sett upp í götunni. Framkvæmdin er unnin í samráði við lögreglu og þjónustumiðstöðina eftir að íbúar hafa kannað og tilkynnt áhuga í sinni götu. Viðhald skilta er í höndum íbúa. Árlega er svo kallað til fundar með götustjórum og ef verkefnið líður undir lok eru skiltin tekin niður.

Þeir sem vilja koma á nágrannavörslu geta haft samband við verkefnastjóra í Þjónustumiðstöðinni Efstaleiti 1- í síma. 411 1500 eða í gegnum netfangið: Helga.Margret.Gudmundsdottir@reykjavik.is

*Helga Margrét Guðmundsdóttir  
Þjónustumiðstöð Laugardals og Háaleitis*



## Samstaða um útvistarreglur barna

Borgarstjóri, Dagur B. Eggertsson, og lögreglustjórinn í Reykjavík, Halla Bergþóra Björnsdóttir, hafa sameinast um að senda segulmottur ásamt bréfi til foreldra/forsjáraðila inn á heimili barna í fyrsta og sjötta bekk í grunnskólum borgarinnar til að minna á útvistarreglur. Frá 1. september til 1. maí mega 12 ára börn og yngri lengst vera úti til klukkan átta á kvöldin og börn á aldrinum 13 til 16 ára mega vera lengst úti til klukkan tíu á kvöldin. Yfir sumartímann þ.e. frá 1. maí til 1. september lengist útvistartími barna og unglunga um tvo tíma.

Segulmottur með útvistarreglum og bréfi frá borgarstjóra og lögreglustjóra hafa verið send á reykvisk heimili í hart nær 20 ár. Það er gert forvarnarskyni og margir foreldrar/ forsjáraðilar segja motturnar stuðning við uppeldið, þær auðvelda uppalendum að minna börn á reglurnar og benda þeim á að reglurnar eigi við um öll börn. Jafnframt auðveldar þetta uppalendum að standa saman um að virða reglur um útvistartíma barna. Foreldrar/forsjáraðilar vilja börnunum sínum vel og vilja ekki að þau séu eftirlitslaus úti eftir myrkur. Verkefnið hefur

verið kynnt erlendis og finnst mörgum það til fyrirmyndar.

Seglarnir munu berast foreldrum/forsjáraðilum í pósti öðru hvoru megin við helgi en kjörð er að setja þá á ísskápinum þar sem hann minnir fjölskylduna á útvistarreglurnar.

Reglurnar gilda allan ársins hring og alla daga, bæði virka daga, um helgar og hátíðisdaga. Stöndum saman að forvörnum og fræðslu fyrir börn og unglunga.



Gömlu góðu "málsháttadagbækurnar" frá Varmá bókaútgáfu í klassískum og nýjum búning!

Mikið úrval

Varmá Bókaútgáfa – Tranavogi 1 – 104 Reykjavík – Sími: 588-9200 eða 824-6648 – varma@varmabok.is

**VARMÁ**  
BÓKAÚTGÁFA

## TIKKA MASALA KJÚKLINGUR



NR.20

## PÖNNUSTEIKT ÝSA



NR.11B

# Nýtt á matseðli!

## VEGAN BORGARI



NR.21

## QUESADILLAS



NR.6

## KJÚKLINGABORGARI PLATINUM



NR.26

## BEIKONVAFINN KJÚKLINGUR



NR.23

## KETO RÉTTUR



NR.22



Við  
erum  
hér!



Kringlan

McCain

Kjúklingastaðurinn  
★ Suðurveri ★



Jólavörurnar komnar í hús,  
mikið úrval af náttfatnaði frá Trofé

**Ynja**  
UNDIRFATAVERSLUN

Álfheimar 74, Glæsibær • 104 Reykjavík • ynja.is



## Pankar Jónu Rúnu



### Ellin og lífsgæðin

Eitt af því sem biður okkar flestra er að fara í gegnum efri árin. Ef rétt er að haldið ættu þau oftast að geta verið okkur nokkuð bærilleg. Tómsundur, ferðalög, vinir og ekki síst fjölskyldan okkar eru yfirleitt þeir þættir sem fylgja okkar venjulega lífi og okkur þykja eðlilegir. En auðvitað getur ýmislegt verið óðruvísi í lífi okkar en við kjósum og það er alls ekki allt auðvelt satt best að segja. Flest okkar eru þó nokkuð sátt svona þegar á heildarmyndina er litið, reynum að kvarta ekki of mikið og horfum eins og hægt er framhá óþægindum. Við gerum okkar besta þegar þess er þörf. Ég sjálf er komin á ellilífeyrisaldurinn og það hræðir mig stundum því ég á líka við fötlun að stríða. Samfélagið hefur að mörgu leyti brugðist gömlu fólki með alltof lágum ellilífeyri. Þessar upphæðir eru stundum svo lágar að þær eru frekar til að hrella fólk en auðvelða því elliárin. Ég skil ekki alltaf hvaða sjónarmið eru þarna að baki. Það sama má segja um örorkubætur sem margir þurfa að treysta á. Þær eru langt undir lágmarksframfærslulaunum. Það fólk sem vinnur í kerfinu þarf virkilega að taka til þar og breyta ýmsum atriðum. Svona framkoma við þá sem mega sín hvað minnst í samfélaginu á ekki að vera boðleg. Af hverju ætti einstaklingur sem af einhverjum ástæðum neyðist til að fara á örorkubætur að þurfa að lepja dauðann úr skel? Svo á sama tíma geta ráðamenn eytt hundruðum þúsunda í vinnveitingar og annan lúxus í boði skattborgara. Það eru nægilega mikil vonbrigði að fatlast eða hestast úr lestinni á annan hátt þótt stöðugar fjárhagsáhyggjur bætist ekki ofan á.

### Ævintýri í sunnudagsbílurum

Eins og allir vita erum við nú að ganga í gegnum svokallaða þriðju bylgju þessa ómurlega heimsfaraldurs. Nýlega voru sóttvarnareglur hertar svo um munar og er samkomubann komið niður í aðeins tíu manns. Þetta reynir á þolrifin hjá okkur flestum, ekki síst þeim sem geta ekki sinnt störfum sínum og verða af miklum tekjum. Við verðum að reyna að standa saman í þessu og ekki missa lífsgleðina þótt á móti blási. Ég og dóttir mín höfum tekið upp þann sið að reyna að skreppa í bíltúra um helgar. Þetta hefur reynst okkur ánægjulegt og ágætis tilbreyting í þessu veiruástandi. Við endum gjarnan á ís, eins og vera ber í öllum almennilegum bíltúrum. Við lendum iðulega í einhverjum ævintýrum



og ég ætla að segja ykkur frá tveimur þeirra. Við skruppum inni bakari til að fá okkur eitthvað gott í gogginn. Fyrir utan sat maður með bakpoka á bekk og ekki leið á löngu þar til lögreglubíll mætti á svæðið. Tveir vasklegir lögreglumenn stigu út og tóku tal við manninn. Yfirkomnar af forvitni, stördum við, en ekki heyrðum við neitt í gegnum gluggann. Að lokum samþykkir maðurinn að afhenda bakpokann sinn og var leitað í honum. Skyndilega dregur annar lögreglumaðurinn upp einkennileg málmhylki sem hann setur strax aftur í bakpokann. Maðurinn er færður inni lögreglubílinn en önnur löggangur tekur bakpokann og leggur hann á jörðina töluvert í burtu. Öllum gangandi vegfarendum var bent á að fara aðra leið. Við vorum með kenningar um allt á milli fikniefna eða sprengju. Það leið langur tími þar til ómerkjur lögreglubíll mætti á svæðið og út stigu menn í skotheldum vestum sem hirtu málmhylkin upp úr bakpokanum. Aldrei komumst við að því hvað málið í raun snerist um en þetta var eins og að vera staddur í bíómynd. Í hitt skiptið erum við að keyra eftir Sæbrautinni og ég var að skammast yfir þessum stóru gráu íbúðarbyggingum á Skúlagötunni sem sem mér finnst eyðileggja allt útsýni. Þegar mér verður litið upp á stóra gluggana þá blasir við mér allsnakinn karlmaður að gera leikfímiafingar í stofunni hjá sér. Hann hefur væntanlega verið að njóta útsýnis yfir sjóinn og Esjuna, en gleymt því hverslags útsýni hann var að bjóða saklausum vegfarendum uppá í leiðinni. Segið svo að það sé ekki hægt að lenda í ævintýrum þrátt fyrir leiðindin sem heimsfaraldurinn hefur fært okkur.

Jóna Rúna Kvara  
www.jonaruna.com  
<https://www.facebook.com/jonaruna.kvaran/>



Ugla

**yo yo**  
fresh ice cream®

EGILISGÖTU 3, 101 REYKJAVÍK & NÝBÝLAVEGI 18, 200 KÓPAVOGI  
OPIÐ FRÁ 11:30-23:30 ALLA DAGA

Í frelsinu finnur þreytt sál  
ró og fegin slær á óþarfa kvíða.  
Það er skjól huga og innri ró  
ef hjartað lætur leiðindi bíða.



Englar ofar okkur lifa  
og allt fyrir sína gera.  
Frá himni að huga tífa  
í harmi sár huga bera.

Höf. Jóna Rúna Kvaran



„Kærleikur stýrir verkum réttláttra.”

Höf. JRK



**MOSFELLSBAKARÍ**

**Opið alla virka daga  
frá 7:30 - 17:30  
laugardaga frá 8:00 - 16:00  
sunnudaga frá 8:30 - 16:00**

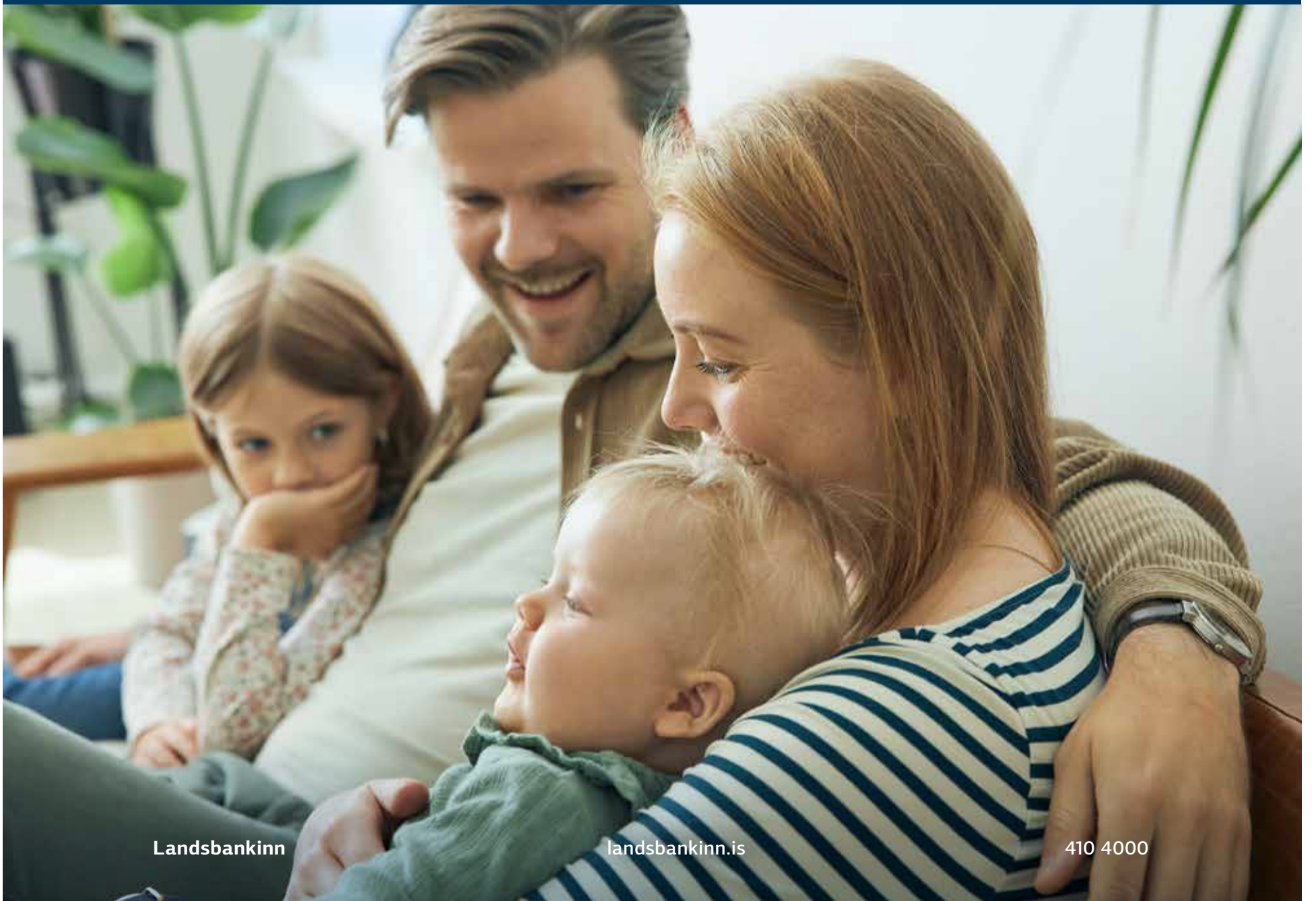
Háaleitisbraut 58-60 - 108 Rvk  
mosbak@mosbak.is - s: 5 666 145





# Við erum til staðar til að leysa úr málum með þér

**Pú getur alltaf haft samband** við okkur í síma eða á netinu þótt við höfum takmarkað aðgengi að útibúum tímabundið. Ef þú þarft að heimsækja útibú eða Fyrirtækjamiðstöð getur þú pantað tíma á [landsbankinn.is](https://landsbankinn.is) en við hvetjum viðskiptavini til að nýta sér rafræna þjónustu eins og hægt er. Þannig vinnum við saman að því að þú getir áfram gengið að allri þinni þjónustu þótt hún sé með breyttu sniði.





**QWIC** ...margverðlaunuð hollensk rafmagnshjól  
rafmagnshjól.is // Fiskislóð 45 // S. 534 6600



Körfuboltavöllur í Bústaðahverfi

Ljósmynd í eigu Reykjavíkurborgar

## Hugmyndasöfnun fyrir Hverfið mitt

Hugmyndasöfnun fyrir Hverfið mitt hófst 4. nóvember síðastliðinn og stendur til 20. janúar 2021. Nú eru íbúar beðnir um að koma með hugmyndir að stærri og dýrari verkefnum enda hefur fjármagn verið nær tvöfaldað og verður að þessu sinni 850 milljónir króna í stað 450 milljóna áður. Þá mun hugmyndasöfnunin standa lengur yfir eða í tólf vikur.

Lýðræðisverkefninu hefur nú verið breytt þannig að það nær yfir tvö ár og kosning fer fram á tveggja ára fresti. Með þessu móti gefst tækifæri til að auka samráð við höfunda hugmyndanna og íbúa í

hverfunum, bæði hvað varðar hönnun og framkvæmd á verkefnum þeirra.

Hugmyndasmiðir eru hvattir til að skila inn vel unnum hugmyndum í samræmi við forsendur hugmyndasöfnunarinnar. Stöðugt hefur verið unnið að því að bæta samráðsferlið og auðvelda innsetningu hugmynda á undanförmum árum. Auk þess að lýsa hugmynd í orðum er mögulegt að láta ljósmyndir og teikningar fylgja til skýringar. Einnig er hægt að skila inn hugmynd á myndbandsformi eða sem hljóðupptöku.

### Helstu tímasetningar:

- Hugmyndasöfnun 4. nóvember 2020 til 20. janúar 2021
- Mat hugmynda, frumhönnun og undirbúningur kosninga janúar til september 2021
- Íbúakosningar um framkvæmdir september til október 2021
- Framkvæmd kosinna hugmynda apríl til september 2022

Hugsum stórt, verum snjöll og verum með. Sendu inn þína hugmynd á [www.hverfidmitt.is](http://www.hverfidmitt.is).



Aparóla

Ljósmynd í eigu Reykjavíkurborgar

**DÝRALÆKNASTOFA**  
**DAGFINNS**

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

**Opið 8:30-17:00**  
**Bílastæði á lóðinni**  
**Skólavörðustíg 35A - Verið velkomin**

**EIGNAUMSJÓN**

Eignaumsjón hf • Suðurlandsbraut 30 • 108 Reykjavík  
[www.eignaumsjon.is](http://www.eignaumsjon.is) • sími 551 3160



**Réttir dagsins kr. 1890.**  
**Hamborgari, smælki og gos 1500.**  
**Barnaréttir 600.**  
**Stór bjór 850.**

**Miðvikudagar eru Grillvikudagar**  
**Verð auglýst sérstaklega**  
**Allt sirka eins og það á að vera.**



Gnoðarvogi 46 • Sími: 789-8539





## Streymt frá fundi um aðalskipulag

Ídag miðvikudaginn 11. nóvember klukkan 15 verður beint streymi frá fundi íbúaráða borgarinnar um aðalskipulag Reykjavíkur til ársins 2040. Haraldur Sigurðsson, deildarstjóri aðalskipulags, heldur kynninguna fyrir öll íbúaráð borgarinnar. Hann kynnir þar drög að tillögum að breytingum á aðalskipulagi Reykjavíkur. Öllum er velkomið að horfa á fundinn sem verður streymt beint af Facebook síðu Reykjavíkurborgar.

Tillögurnar gera ráð fyrir því að

tímabil aðalskipulagsins verði fram- lengt til ársins 2040 í stað 2030 áður og í tilefni þess eru sett fram ný megin markmið í völdum mála- flokkum. Við mótun tillagnanna var horft til þess að tvinna betur saman áætlanir um uppbyggingu húsnæðis og fjölgun íbúa og starfa, við áform um byggingu og styrkingu vist- vænna samgöngukerfa; Borgarlínu, stofnleiðir Strætó, hjólastígakerfi og gönguleiðir. Það er í takti við Loftslagsstefnu borgarinnar til ársins 2040, leiðarljós svæðisskipu- lags til ársins 2040, megin mark-

mið gildandi aðalskipulags, áform húsnæðisáætlunar og áherslur Græna plansins.

Skapa á forsendur fyrir kröftugri vöxt borgarinnar jafnhliða því að styðja við markmið um sjálfbæra borgarþróun, kolefnishlutleysi árið 2040, vernd náttúrusvæða og líffræðilega fjölbreytni og sam- keppnishæft, lífvænlegt, réttlátt og fjölbreytt borgarsamfélag.

Hægt er að gera athugasemdir við tillögurnar fram til 27. nóvember n.k.

### STIGIÐ Á STRIK

Fæst í verzlunum okkar á Selfossi og í Ármúla 42

lilililil Bókakaffið



Góður hádegisverður gerir góðan dag!



Veitingastaður • Fyrirtækjaþjónusta • Veisluþjónusta  
Gnoðarvogur 44 • 104 Reykjavík • sími 519 5775  
Veitingastaðurinn er opinn frá kl. 11:30 - 13:30

Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir

Auglýsingasími 568 8862

# 787

hugmyndir hafa orðið að veruleika

Sendu inn  
þína hugmynd  
á hverfidmitt.is





# Ég skal baka þér kökusnúð...



## Ensk jólakaka (Dundee kaka)

225 g smjör  
225 g ljósbrúnn púðursykur  
4 stór egg  
350 g hveiti  
1-2 msk mjólk  
175 g sultanas  
175 g kúrenur  
175 g rúsínur  
75 g sultaður appelsínubörkur  
75 g sultuð kirsuber  
50 g smátt skomar möndlur  
Rifinn börkur af einni appelsínu eða sitrónu

75 g afhýddar möndlur sem raðað er á kökuna.

**Aðferð**  
Hitið ofninn í 170° C. Smyrjið 20 cm hringlaga form eða notið bökunarpappír í formið.

Hrærið smjör og sykur létt og ljóst, bætið eggjunum við (hræruðu), einu í senn. Þeytið vel.

Bætið hveitinu í hræruna.

Ef hræran er stíf, setjið þá örlítið af mjólk í deigið. Hún á aðgeta dottið svona hengsla-lega af matskeið, þegar skeiðinni er slegið léttilega í skálina.

Bætið öllu öðru saman við hræruna, nema afhýddu möndlunum (75 g)

Hellið hrærunni í bökunarmið og raðið afhýddu möndlunum (75 g) fallega ofan á.

Kakan er bökud í um 2 tíma, eða þangað til bökunarpjónn sem stungið er í kökuna kemur hreinn út. Látið kökuna jafna sig í bökunarfominu um stund. Þegar hún hefur gert það, látið þið hana á bökunargrind og að lokum pakið þið henni í álpappír og geymið til jóla.



## Ítalskar smákökur

150 g smjör  
200 g sykur  
½ tsk vanilludropar  
1 eggjarauða  
½ tsk muldar kardíommur  
75 g möndlur  
200 g hveiti  
100 g súkkulaði

**Aðferð**  
Þeytið smjör, sykur og vanillu. Bætið eggjarauðunni, kryddi, möluðum möndlum og smátt skomu súkkulaði við, og síðast hveitinu. Bakað við 200° C í um 8-9 mínútur.



## Challah-brauð

Challah-brauð (eitt brauð, ég tvöfalda uppskriftina reyndar)  
1 bolli ylvolgt vatn (37°C)  
2 tsk ger  
4 - 4 ½ bollar hveiti  
¼ bolli sykur  
1 tsk salt  
2 egg  
¼ bolli hlutlaus matarolía, t.d. Canola.

Aðferð við brauðbakstur. Sjá Skrár í Að baka brauð með Kristínu á Fb.



## Partar

4 bollar hveiti  
½ bolli sykur  
½ bolli sykur  
½ tsk lyftiduft  
½ ltr sjóðandi mjólk

Hnoðað, flatt út og skoríð í parta. Steikt í feiti.

## Kókosrósir

250 g sykur  
250 g kókosmjöl  
125 g smjör  
250 g hveiti  
kúrenur eða rúsínur  
2 stk egg  
½ tsk hjartasalt  
vanilludropar  
Kokteilver

Hnoðað, rúllað í lengjur, kælt, skoríð í sneiðar og ½ kokteilver sett í miðjuna.

## Drömmur

250 g hveiti  
200 g smjör  
125 g sykur  
1 tsk lyftiduft  
vanilla (vanilludropar)  
Búnar til kúlur og hálf mandla sett ofan á. Bakist við hægan hita (lágan hita)



## Osta eplakaka

fyrir 6-8

200 g sykur  
35 g hveiti  
¼ tsk hveiti  
4-5 epli  
140 g hveiti  
50 g sykur  
1 ½ tsk lyftiduft  
½ tsk salt  
150 g 26% ostur, rifinn  
65 g smjör, brætt  
¼ bolli mjólk

Hitið ofninn í 200°C. Afhýðið eplin, takið kjarnann úr og sneiðið þau þunnt. Blandið saman sykri, hveiti og kanil og blandið eplunum saman við. Setjið í 24 cm eldfast mót.

Deig: Blandið saman hveiti, sykri, lyftidufti, salti og osti, hrærið smjör og mjólk saman við og jafnið yfir eplablönduna. Bakið í 30 mínútur. Berið fram með þeyttum rjóma, sýrðum rjóma ís eða grískri jógúrt.



Hveiti og hjartarsalti sáldrað á borð. Smjörliki og sykur mulinn saman við. Vætt í með eggjum, hnoðað, þar til það er sprungulaust. Bíði á köldum stað. Skipt í tvo hluta, sem flattir eru út með kökukefli. Stungið út með glasi í kringlóttar kökur, sem smurðar eru með eggi og dýft ofan í möndlur, sem saxaðar eru og blandað saman við sykur. Settar á smurða plötu og bakaðar ljósbrúnar.

## Tíglar

200 g smjörliki  
100 g sykur  
1 dl mjólk  
8 möndludropar  
280 g hveiti

Smjörliki og sykurrinn er hrærður, þar til það er sem smyrsl, mjólk og möndludropum hrært saman við, hveitinu hnoðað upp í, breytt út í þykka köku sem skorin er í tígla, sem bakaðir eru ljósbrúnir við venjulegan hita.



Njóttu bakstursins,  
við hreinsum fötin

Háaleitisbraut 58-60 • haaleiti@bjorg.is • Sími: 553 1380

FIÐLSKYLDFYRIRTEKI Í 65 ÁR  
EFNALAGIN  
BJÖRG  
HÁALEITISBRAUT  
STOFNAD 1953



Minningar 28 einstaklinga sem komnir eru á efri ár. Fólk á aldrinum 69-94 ára, úr öllum stéttum og víðs vegar af landinu, rifjar upp líf sitt.

Fróðleg og skemmtileg bók.

**SKRUDDA**  
skrudda@skrudda.is

## Súkkulaðikaka

110 g smjör  
100 g sykur  
70 g dökkuð púðursykur  
125 g dökkt súkkulaði  
1 msk sýróp  
2 egg  
1 tsk vanilludropar  
110 gr hveiti  
½ tsk lyftiduft  
3 msk kakóduft

Smurðu að innan 20 - 23 cm form.

Settu í pott; smjör, sykur, púðursykur, súkkulaði og sýróp og bræddu allt saman yfir lágum hita. Passaðu vel að brenni ekki við, hrærðu annaðslagið í. Þegar blandan er orðin mjúk og glansandi slekkurðu undir pottinum og tekur af hellunni.

Þeyttu eggin í stórn skál þar til þau eru létt. Bættu þá við vanilludropunum, hveiti, lyftidufti og kakódufti. Hrærðu vel saman. Helltu nú út í skálina súkkulaðiblöndunni úr pottinum og hrærðu vel saman.

Ef vill er gott að setja hnetur eða þurkaða ávexti í degið s.s. gráflkjur döðlur og fl.

Settu í bökunarformið og bakaðu í miðjum ofni í 25-30 mínútur við 180°C.

## Vanillukökur með appelsínusúkkulaði

180 g smjör  
150 g sykur  
2 egg  
300 g hveiti  
1 tsk lyftiduft  
vanilludropar eða vanillustöng fráein  
tvær plötur Lindu appelsínusúkkulaði  
pistasíuhnetur muldar

Smjör og sykur hrætt saman síðan egg eitt í einu þá þurrinum bætt í og sett á plötu með skeið og þrýst örlítið niður bakað í ca 15 min við 180°C, látið kólna og þá er Lindu appelsínu súkkulaði brætt og sett í yfir kókummar í ræmum, best að hrista súkkulaðið yfir með gaffli og muldum pistasíuhnetur stráð yfir súkkulaðið

## Kökusnúðar með fyllingu

1 kg brauðhveiti  
20 g þurrger  
30 g hunang eða sykur  
30 g salt  
6,5 dl ylvolgt vatn

Ger og hunang leyst upp í helming af vatninu hveiti og salt sett í skál og upp-leystu geri blandað í og afg af vatninu hnoðað saman í ca. 5 min gott að hnoða í höndum, veltið deginu vel, sett í skál og látið ca. tvöfaldast. Skiptið deginu í tvo parta, fletjið degið út í ferkantaða lengju svo það verði 17cm á lengd og 1/2 cm á þykkt.

### Fylling í snúðana

200 g mjúkt ísl smjör  
200g hersleihnetur saxaðar og ristaðar  
200g saxað Lindu suðursúkkulaði eða blana af dökku og ljósu.  
Þessu er hrætt saman og surt jafnt á degið þá er deginu vafið upp í rúllu og srúllan skorin í ca. 2cm stk sett á plötu sem klædd hefur verið með bökunarpappír, gott millibil á milli þá látið lyfta sér.  
Bakað við 200°C í ca. bil 20 mín.  
- Það má líka nota degið sem Pizza deig eða nota það til að baka pizza snúða sami háttur hafður á nema fylling er þá pizzasósa, rífin ostu og skinka eða pepperoni.

## Verði þér að Góu

200 g salthnetur  
50 g pekanhnetur  
200 g Góu súkkulaði- og rjómakarmellur  
3 stór lindubuff  
500 g Lindu suðusúkkulaði

Setjið smjörpappír í stórt eldfast mót. Þekið botninn af hnetum.  
Skerið karmelluna og lindubuffið í litla bita og dreyfið yfir hnetumar.  
Bræðið súkkulaðið og hellið yfir. Ýtið við hnetum og sælgæti svo súkkulaðið nái í gegnum blönduna og þekið allt vel.  
Kælið í ískáp og brjótið/skerið í bita áður en borið er fram.



## Sælgætismolar

450 g saxaðar döðlur  
100 g púðursykur  
230 g smjör

150 g sýróp  
150 g suðusúkkulaði (í blönduna)  
300 g lakkriskurl  
150 g Rice Krispies  
400 g suðusúkkulaði (til að smyrja ofan á)

Setjið döðlur, púðursykur, smjör og sýróp í pott og hitið við meðalháan hita í um 10-15 mínútur þar til döðlumar mýkjast og úr verður hálfgerðt mauk. Mikilvægt er að hræra stanslaust í pottinum á meðan.

Súkkulaðið fer saman við döðlublönduna þegar hún er við það að verða tilbúin og hrætt í þar til það er bráðið og þá er blandan tekin af hellunni.

Rice Krispies og lakkriskurl er að lokum blandað vel saman við og blöndunni hellt í kókuform íklætt bökunarpappír (um 20x30cm) og sett í frysti í um 20 mínútur.

Suðusúkkulaðið er þá brætt og smurt ofan á og blandan sett aftur í frysti í um 30 mínútur.

Gott er að lyfta öllu saman upp úr forminu á bökunarpappírnum, snyrta kantana og skera síðan í teninga, um 2 x 2 cm í þvermál. Blandan gefur um 60 - 70 stk af slíkum molum.

Uppskrift frá Gotteri og gersemar

**Lindur**

*Ljúffengt  
með Lindu*

**LINDOR**  
HVITT SÚKKULAÐI

**Appelsínusúkkulaði**

**Mjótkukur**  
Súkkulaði

**Góu**  
GOTT Í EFTIRRETTIN  
OG BAKSTURINN

Framleitt af Góu

# MINNISSTÆTT FÓLK – Gísli Rúnar Jónsson



Gleðilgjafinn, leikarinn, leikstjórinn og rithöfundurinn Gísli Rúnar Jónsson í eldhúsinu heima með góða sögu á vörnum. Mynd.: Helgi Jónsson

Stundum er það þannig í lífinu að upp koma í huga manns samskipti við annað fólk sem hafa haft djúpstæð áhrif á mann. Þannig er það einmitt með þau samskipti sem ég ætla að ræða um núna. Þegar ég fer meira en hálfa öld aftur í tímann þá var ég á kaf í leiklist og átti samskipti við ýmsa aðila sem voru í sambandi við mig bæði utan sem og á leiksviðinu. Á þessum árum var sett upp leikritið Sandkassinn á sviði Lindabæjar og gerði það bara ágætis lukku og ekki af ástæðulausu. Leikfélagið okkar hér Leikfruman og var Sandkassanum leikstýrt af Stefáni Baldurssyni, sem varð síðar þjóðleikstjóri, og ég held að þetta hafi verið frumraun hans á því sviði. Þarna gerðist ég svo heppin að fá að taka þátt í sýningu ásamt mörgum einstaklingum sem áttu eftir að verða stóruleikarar og listamenn í íslenskum menningarheimi. Ég var svo sannarlega stódd í góðum félagskap þarna. Einn af þessum samstarfsmönnum mínum frá því í

gamla daga var Gísli Rúnar Jónsson heitinn, sem féll frá fyrir ekki alls löngu, því miður langt fyrir aldur fram.

## Fjölskyldan

Gísli Rúnar var fæddur 20. mars árið 1953 og hann lést 28. júlí síðastliðinn. Móðir hans hét Guðrún Valgerður Gísladóttir og var skáldkona, en faðir hans var Jón Konráð Björnsson kaupmaður. Hann lærði í Leiklistarskóla Ævars heitins Kvaran eiginmanns míns frá 1969-70 og menntaði sig víðsvegar í leiklist og sviðslistum. Edda Björgvinsdóttir stóruleikona var lífsförunautur Gísla eins og alþjóð veit, og ég er ekki hissa að hún hafi fallið fyrir honum, því hann var heillandi hæfileikamaður og góðmenni. Edda sjálf er náttúrulega ein af okkar bestu leikkonum, ekki síst sem gamanleikkona, en það áttu þau skötu hjúin svo sannarlega sameiginlegt, að vera ótrúlegir húmoristar. Hnyttin og orðheppin

með ólíkindum. Edda á sér enga keppinauta að mínu mati og þau hjónin voru magnaður dúett, óaðskiljanlegir stórvinir, gagnrýnendur og uppörvarar hvers annars. Saman áttu þau og ólu upp fjögur frábær börn. Synir þeirra Róbert Óliver og Björgvin Franz hafa báðir fetað leiklistarveginn líkt og foreldrarnir. Ég hef reynt svo heppin að fara á leiksýningar þar sem elsti sonur þeirra hjóna hann Björgvin Franz hefur farið á kostum. Hann var einstaklega eftirminnilegur í hinni vinsælu leiksýningu Ellý, en þá sýningu fór ég á oftast einu sinni, því hún var svo frábær. Svo var hann klárlega barn föður síns og móður þegar hann lék ófrýnilegu skólastýruna í barnasýningunni Matthildi. Hann á svo sannarlega ekki langt að sækja hæfileikana. Ég drakk í mig allar minningagreinar um Gísla og þar kom mjög klárlega fram hvað fjölskyldan hans kunnir að meta hann. Orð Eddu um Gísla komu svo við mig að ég hef sjaldan lesið eins einlæg minningarorð. Það er ljóst að fráfall hans var reidarslag fyrir alla og hefur eflaust skilið eftir sig ör sem seint gróa. En andleg veikindi eru svo erfið, þau sjást ekki utaná fólk og geta skolið á með engum fyrirvara og þá sekkur sálin oft hratt niður í myrkur sem getur orðið hverjum sem er ofviðað.

## Þjóðargersemi og átrúnaðargoð

Gísli var auðvitað svo mikil þjóðargersemi að hvert mannsbarn þekkti skil á honum og öllum karakterunum sem hann skapaði. Hver man ekki eftir Kaffibrúsaköllunum þar sem hann og Júlíus Brjánsón fóru á kostum í Ríkissjónvarpinu? Þeir félagar skemmtu landsmönnum lengi vel, af kunnri snilld og það var ekki af þeim skafið. Gísli gat umsvifalaust breytt um ham og hoppað frá einu hlutverki yfir í annað. Hann átti líka ekkert erfitt með að spinna á staðnum, enda hafði hann gríðarlegt vald á íslenskri tungu

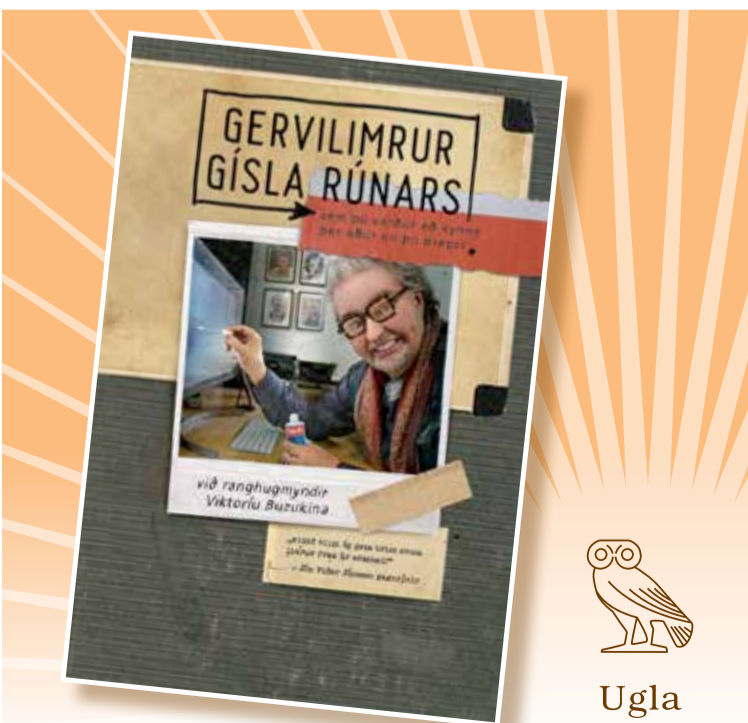
og var með ólíkindum orðheppinn og hnyttinn. Hann minnti mig oft á meistara Oscar Wilde sem bjó til ódauðlega frasa sem enn lifa með fólk meira en öld eftir fráfall hans. Hann var ekki bara leikari af Guðs náð heldur var hann einstakur leikstjóri, handritahöfundur og ekki síst sérlega hæfileikaríkur þýðandi. Einkadóttir mín hún Nína, var einlægur aðdáandi Gísla alla ævi. Hún sat þínulitil á stofugólfinu og horfði á Kaffibrúsaköllana af mikilli einbeitingu. En hennar uppáhaldsplata af öllum var Algjör sveppur: Dagur í lífi stráks. Nína spilaði þessa plötu svo oft, og þá meina ég árum saman, að það var með ólíkindum. Umslagið var allt orðið sundurtætt og platan frekar rispuð. Hún var alsæl þegar platan var gefin út á geisladisk og þá er hún Nína komin vel yfir tvítugt og Gísli var enn hennar átrúnaðargoð. Ekki var það verra þegar við skrúppum í Húsdýragarðinn mæðgurnar nokkru seinna og rákumst á Gísla Rúnar þar. Við Gísli röppuðum aðeins saman um gamla tíma og Nína var með stjörnur í augunum og lét taka mynd af sér með Gísla til að eiga sem minjagrip.

## Greiningar á fullorðinsaldri



Jóna Rúna, Gísli Rúnar, Nína Rúna

Það er erfitt að gera sér fyllilega grein fyrir fjölhæfni Gísla því hún var nánast ómennsk. Maður féll í stafi yfir öllum þeim makalausum uppátækjum, leik, sönggrænu tilprifum og textagerð sem hann framléiddi. En Gísli var ofurmennti á ákveðinn hátt sem framúrskarandi listamaður, en að sama skapi var hann líka gríðarlega viðkvæmur. Ég hugsa með hryllingi til þess að hann hafi langt fram á fullorðinsaldur þurft að berjast við erfiðleika og ekki fengið greiningu á sínum einkennum fyrr en svo seint. Hann sagði opinskátt frá því að hann væri með ADHD, Tourette-heilkenni og þráhyggju- og árátturöskun. Þetta er engin smábyrði að bera, og það án þess að hafa skilgreiningu á þessu lengst framan af. Ég held að þessar raskanir Gísla ásamt því hvað hann var kröfuharður listamaður, gagnvart sjálfum sér og öðrum, hafi gert það að verkum að hann var stundum settur út í horn af leiklistarheiminum. Hann þótti á stundum erfiður í samstarfi en það var bara vegna þess að hann vildi hafa allt fullkomið. Hann þoldi ekki hálfkák og gerði miklar kröfur, það var hluti af snilligáfunni. Ég held að hann hafi átt erfitt með að lifa við hrós og of mikla aðdáun. Hann gat dregið sig í



Ugly



hlé öllum að óvörum. Eins og hann svo gerði endanlega að lokum þegar hann sagði skilið við þessa jarðvist. Núna fyrir jólin kemur út bók sem lýsir dyggilega magnaðri hlið Gísla sem limruhöfundar. Bókin heitir Gervilimur og er það algjörlega klassískur Gísla-húmor sem sést í titlinum. Ég hlakka mikið til að lesa hana, hún er örugglega algjör meistarastykki því Gíslu gerði ekkert nema að taka það alla leið og hafa það fullkomið.

#### Meðfæddir hæfileikar

Sem barn var Gíslu afburðateiknari. Hann var reyndar svo góður að þegar hann var í barnaskóla teiknaði hann mynd af kennaranum sínum sem bað hann um að hreinlega gefa sér myndina. Þarna kom strax fram listamannseðlið, fimur fingur og nákvæmt auga hjá ungum drengnum. Hann var stöðugt að fön-dra og búa til figúrur. Hann hafði gaman af því strax á barnsaldri að setja á svið sýningar fyrir gesti og gangandi með öllu tilheyrandi og miklum leikrænum tilprifum. Fólk í nærliggjandi húsum naut góðs af. Hann kunni snemma að klæða sig skemmtilega og hafði mikið auga fyrir slíku. Strax sem litill strákur hannaði hann á sig alls kyns búninga með hárkollum, stöfum og alls konar skrauti sem viðhengi. Hann var gríðarlega orkumikill en á þessum tíma hvarflaði það ekki að neinum að ef til vill ætti eitthvað að orkunni uppsprettu í þeim heilkennum sem hann fékk síðar á ævinni greiningu á. Ég held að lexían sem við getum lært af samskiptum við sérvitringa eins og Gísla og annað fólk sem virkar skrytið eða öðruvísi, sé að sýna um-burðarlyndi og kærleika. Við vitum aldrei hvað kann að liggja að baki og það getur endað með skelfilegum afleiðingum ef að fólk sem verður fyrir hunsun og höfnun vegna eðlisþátta sinna eða óvenjulegrar hegðunar, er stöðugt brotið niður.

#### Þakklæti efst í huga

Ég held að Gíslu hafi í öllum aðal-atríðum verið elskaður mjög heitt. Hann átti eiginkonu og fjögur börn sem elskuðu hann og eins foreldra og bræður. Ekki má svo gleyma þjóðinni



Átrúnaðargoð, Gíslu Rúnar Jónsson og Nína Rína Ævarsdóttir Kvaran

sem sér nú svo mikið eftir honum. Ég held að innst inni hafi flestum þótt vænt um Gísla og samstarfsfólk hafi að mestu leyti verið fullt aðáunar á honum. Maður sá það á minningargreinum um hann að þeir sem voru vinir hans syrgja hann mjög og allir staðfesta þeir sama hlutinn: að Gíslu var ofboðslega góður vinur, alltaf til í að gefa af sínum tíma, tilfinningaríkur og kærleiksríkur. En hæfileikaríkt fólk kemst sjaldan í gegnum lífið án þess að verða fyrir ófund og einhvers konar höfnun. Það bara fylgir því að vera snillingur. Ég er svo innilega þakklát fyrir að mín fjölskylda skuli hafa fengið tækifæri til þess að kynnast Gísla, hvert okkar á sinn

hátt. Gíslu var í Leiklistarskóla Ævars R. Kvaran heitins eiginmanns míns, ég starfaði með honum í Leikfrumunni og varð þess heiðurs aðnjótandi að fá að koma fram með honum á sviði, og Nína var hans helsti aðdáandi árum saman, og er enn. Hún var miður sín þegar hann féll frá og það sama má segja um mig. Við felldum báðar tár þegar fréttir bárust af ótímabæru andláti hans. Ég fann mig knúna til þess að yrkja handa honum kveðjuljóð sem ég birti í minningarorðum í Morgunblaðinu því mér fannst hann svo stórkostleg manna:

Jóna Rína Kvaran  
www.jonaruna.com



Engill vina vængs í ljósin  
við í kveðju, þökk öll árin.  
Minning vin, þú eilíf rósin  
í orði kærleiks von á tårin.

Björgin bæn þú englarósin  
Jesú bænin er óskín í sárin.  
Í blævæng brátt fer í ljósin  
er bera kærleik í trega tårin.

Björg bænarósk englarósin  
biðjum Jesú um trú í sárin.  
Hugsa í öll góðu liðnu árin  
engu lík, tregi sár við sárin.



Látinn í kærleik, vill ljósin  
líf í Drottni því raun er sár.  
Vökull hjá vinum þú rósin  
veröld í sorg en von á tårin.

Í blævæng brátt sést í ljósin  
er bera kærleik á Guðs árin.  
Björg í bæn, sést englarósin  
biðjum Jesú um trú í sárin.

Drottinn tekur þig nú til sín  
dvöl þín á himni verður fín.  
Í vina væng englanna í ljósin  
af virðing þakka liðnu árin.

Minning merka eilífa rósin  
meyr sál óskar líknar í tårin.  
Í blævæng sól leitar í ljósin  
sem bera kærleik í öll sárin.



Jóna Rína Kvaran

PRENTUN, LJÓSRITUN,  
SKÖNNUN, PLÖSTUN,  
BOÐSKORT, NAFNSPJÖLD  
TEIKNINGAPRENTUN  
OG LJÓSMYNDAPRENTUN



Borgartúni 24 • 105 Reykjavík • Sími 553 3200  
prenta@prenta.is • www.prenta.is

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi

SÍÐAN 1996



ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA



Kristín Ingólfssdóttir



Sverrir Einarsson



Margrét Ásta Guðjónsdóttir

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utfarin.is  
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



Engar tímabantanir - bara mæta!



DEKKJAHÖLLIN

REYKJAVÍK - EGILSSTAÐIR - AKUREYRI

Skútuvogur 12 J • Skeifan 5

## Nýtt Laugardalsprestakall



Áskirkja

Nú í byrjun október urðu breytingar á skipulagi kirkjustarfs í hverfunum við Laugardal en samkvæmt ákvörðun kirkjubings varð til nýtt prestakall þriggja sókna í stað þeirra þriggja prestakalla sem áður höfðu hvert um sig innifalið eina sókn. Nýtt Laugardalsprestakall innifelur sóknirnar þrjár við Laugardal : Ássókn, Langholtssókn og Laugarnessókn.

Sameiningunni er ætlað að auka samvinnu og samstarf sóknanna þriggja sem og starfsfólks safnaðanna eftir því sem samkomulag verður um og er talið þjóna kirkjulegri þjónustu á svæðinu sem best.

Áfram munu þjóna fimm prestar og einn djákni í prestakallinu og verða starfsstöðvar þeirra þær sömu og áður.

Guðbjörg Jóhannesdóttir er sóknarprestur hins nýja prestakalls og hefur starfsstöð í Langholtskirkju sem og Aldís Rut Gísladóttir prestur. Sigurður Jónsson prestur og Jóhanna María Eyjólfssdóttir djákni hafa starfsstöð í Áskirkju. Davíð Þór Jónsson prestur og Hjalti Jón Sverrisson prestur hafa sem fyrr starfsstöð í Laugarneskirkju.



Langholtskirkja

Von er að fólk velti því fyrir sér hver munur á prestakalli og sókn sé? Í stuttu máli má segja; að prestakall sé skipulagseining sem er vettvangur samvinnu um kirkjulega þjónustu vígðra starfsmanna sóknanna, í prestakalli er einn sóknarprestur og einn eða fleiri prestar, sem og einn eða fleiri djáknar. Sókn er hins vegar grunneining þjóðkirkjunnar og eru sóknirnar í landinu á þriðja hundrað. Hverri sókn er stýrt í samvinnu sóknarprests og prests/eða presta og sóknarnefndar sem kosin er á aðalsafnaðarfundi sóknarinnar, en í sóknarnefnd sitja óvígðir safnaðarmeðlimir. Formaður Ássóknar er Kristján Guðmundsson, í Laugarnesi er það Aðalbjörg Stefania Helgadóttir sem er formaður og í Langholtsi Elmar Torfason. Því er enn um þrjár sjálfstæðar sóknir að ræða í hinu nýja prestakalli, þar sem ólík menning og áherslur búa til fjölbreytileika og aukna vidd.

Eitt af meginmarkmiðum þessarar breytingar, sem biskup Íslands kynnti í vísitásiu sinni í prófastsdæminu 2018, er að auka samvinnu prestanna á svæðinu. Prestarnir í Laugardalsprestakalli munu því frá áramótum þjóna til skiptis við sunnudagshelgihaldið í kirkjunum, og leysa hvern annan af um helgar. Þetta þýðir að hálfmánaðarlega messar sami prestur



Laugarneskirkja

tvisvar sama sunnudaginn. Af því leiðir að breyta þarf messutímanum á a.m.k. einni af kirkjunum þremur. Áskirkja ríður á vaðið og mun messutíminn þar frá og með næstu áramótum færast fram til kl. 9:30, og á sú breyting einnig við um sunnudagaskólann í Áskirkju. Því mun sá prestur, sem messar í Áskirkju kl. 9:30, einnig messa ýmist í Langholtskirkju eða Laugarneskirkju sama dag kl. 11:00.

Raddir sóknarfólksins eru mikilvægar í þessu breytingarferli og hugmyndir vel þegnar. Um leið og aðstæður leyfa munum við hringja til sameiginlegrar stofnmessu prestakallsins sem og kynningarfundis þar sem spáð yrði í framtíðina.

Það er von okkar allra, starfsfólks og sjálfboðaliða í hinu nýja prestakalli að sameiningin gefi tækifæri til frekara samstarfs og samvinnu. Bent er á heimasíður sóknanna fyrir upplýsingar um starfsemi í hverri sókn fyrir sig.

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

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

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



Ekið og gengið eftir Borgartúninu á átt að Hrafnistu í Laugarásnum með happdrættisvinninga í DAS 1958. Vinningarnir eru ekki af verri endanum, glæsivagnar og trilla.



Skrúðganga í Skeiðarvogi til að fagna komu fyrstu handritanna frá Kaupmannahöfn 1971



Skrúðganga í Bústaðahverfi á sumardaginn fyrsta

## Skrúðgöngur í austurhverfunum

Yfirleitt tengir fólk skrúðgöngur frekar við miðbæinn en úthverfin en þær eru þó ekki óþekktar í austurhverfunum. Árlega er farinn skrúðganga á sumardaginn fyrsta í Bústaða og Fossvogshverfi með skátana og skólahljómsveitina í broddi fylkingar og um tíma voru 17. júnihátíðahöldin flutt út í hverfin til að


sporna við unglíngadrykkju í miðbænum. Nokkrar gamlar og skemmtilegar skrúðgöngumyndir hafa rekið á fjórum blaðsins sem okkur langar til að deila með lesendum.

Viðhaldslitlar

# ÁLPAKRENNUR

Þegar hús eru klædd með „viðhaldsfrírri“ klæðningu er nauðsynlegt að nota „viðhaldsfríar“ þakrennur

Rennurnar frá Grövík Verk í Noregi eru gerðar úr 0.9 mm áli og tærast ekki, ryðga né brotna. Fyrsta rennan var framleidd árið 1956 og er enn í notkun. Litir til á lager: Svartar, hvítar, gráar, rauðbrúnar og ólitaðar.



HAGBLIKK ehf.

Smiðjuvegi 4C  
Box 281 202 Kópavogur  
Sími 587 2202 Fax 587 2203  
[hagblikk@hagblikk.is](mailto:hagblikk@hagblikk.is) [www.hagblikk.is](http://www.hagblikk.is)

# Fiskinn minn, nammi, nammi...



## Himneskt humarpasta

### Pasta:

500 g Dececco pastasknúfur  
6 - 700 g skefflettur humar  
1 laukur  
3 hvítlauksrif  
500 g kirsuberjatómatar  
600 ml rjómi  
2 lúkur rifinn parmesanostur  
3 msk. söxuð steinselja  
1 tsk. humarkraftur  
Smjör og ólífuolía til steikingar  
Salt, pipar og hvítlausduft

Affrystið humarinn, skolið og þerrið.

Sjóðið pasta samkvæmt leiðbeiningum á pakka.

Steikið lauk og hvítlauk upp úr smjöri þar til það fer aðeins að mýkjast og bætið þá humrinum saman við. Kryddið með salti, pipar og hvítlausdufti eftir smekk og setjið í skál um leið og humarinn er tilbúinn.

Bætið þá ólífuolíu á pönnuna og setjið tómatana saman við (skerid þá fyrst til helminga). Steikið þá við meðalhita þar til þeir mýkjast aðeins og saltið og piprið.

Hellið nú rjómanum yfir tómatana ásamt parmesanosti, steinselju og humarkrafti.

Kryddið til með salti, pipar og hvítlausdufti.

Þegar pastað er tilbúið má bæta því út í sósuna ásamt humrinum og ná upp smá

hita að nýju.

Best er síðan að bera pastað fram með rifnum parmesan og hvítlauksbrauði (sjá uppskrift að neðan).

### Hvítlauksbrauð:

1 stórt baguette brauð  
100 g smjör  
2 hvítlauksrif  
Salt, pipar og hvítlausduft  
Rifinn ostur

Skerið brauðið eftir því endilöngu og radið á bökunarplötu.

Bræðið smjör við vægan hita, rífið hvítlauksrifin út í pottinn og kryddið eftir smekk.

Penslið vel af smjöri á brauðið og rífið næst ost yfir allt saman.

Hitið við 200°C í um 7 mínútur eða þar til osturinn er bráðinn.

Skerið niður í sneiðar og berið fram með pastanu.

Rjómalöguð sósa með parmesan og tómötum fer virkilega vel með pastanum og humrinum. Að þessu sinni notaði ég marglita kirsuberjatómata en það var auðvitað meira fyrir útliti en bragðið, það er að sjálfsgöðu hægt að nota bara þessa rauðu litu fallegu.

Gotteri og gersemar



## Humar með parmesanhjúp

Fyrir um 2-3 manns

### Humar

- 800 g humarhalar frá
- 150 g bráðið smjör
- 3 rifin hvítlauksrif
- 2 msk. söxuð steinselja
- Salt og pipar

Kljúfið humarhalana á meðan þeir eru hálfrosnir, hreinsið, þerrið og leggið þá í ofnskúffu. Saltið og piprið.

Hrærið saman smjöri, hvítlauk og steinselju og penslið yfir humarinn áður en parmesanhjúpurinn er settur ofan á.

Geymið restina af smjörböndunni til þess að bera fram með humrinum, þá getur hver og einn skammtað sér að vild.

### Parmesanhjúpur

100 g brauðrasp  
40 g rifinn parmesanostur  
150 g brætt smjör  
2 msk. sitrónusafi  
Salt og pipar eftir smekk  
Blandið öllu saman í skál með höndunum þar til brauðraspið drekkur smjörið og vökvann í sig.

Setjið parmesanblöndu yfir hvern humarhala og bakið í 225°C heitum ofni í um 7-9 mínútur (eftir stærð humarhalanna). Gott er að setja grillið á síðustu 2-3 mínúturnar til þess að fá stökkan og fallegan parmesanhjúp.

Gott er að bera humarinn fram með klettasalati, fetaosti, hvítlauksbrauði og sitrónusneiðum. *Gotteri og gersemar*



## Fiskibakstur eða fiskigratín

Fiskibakstur eða fiskigratín að hætti tengdamömmu, sem eldaði oft þennan rétt fyrir fjölskylduna og þá gjarnan úr afgangum af soðnum fiski. Ég syð hinsvegar fiskinn sérstaklega því soðinn fiskur einn og sér hefur aldrei verið í uppáhaldi.

### Fiskibakstur

1 kg ýsa  
100 gr. smjör  
100 gr hveiti  
5 dl mjólk c.a.  
¼ tsk múskat  
1 tsk hvítur pipar  
salt  
3 - 4 egg  
brauðraspur

Fiskflök roðflett og beinhreinsuð soðin. Hvít þykk sósa bökun upp úr smjöri, hveiti og mjólk og síðan kæld. Egg aðskilin og eggjarauðunni bætt út í sósuna og hvítan stífþeytt. Fiskurinn, sem tekinn er sundur með sleif, er settur út í sósuna ásamt kryddi og síðast stífþeyttum eggjahvítum.

Eldfast fat smurt með slatta af smjöri og raspi dreift í botninn og uppá hliðarnar.

Fisksoppa þar ofan á og að síðustu brauðraspur og klípur af smjöri.

Bakað í ofni í u.þ.b. 45 mínútur.

Borið fram með íslenskum kartöflum og bræddu smjöri eða hrærðu.

# HAFBERG

## fiskbúð sælkerans



## Nýr stór humar

Glæný stórlúða  
Glæný smálúða  
Stór humar

Túnfiskur  
Klausturbleikja  
Humarsúpa

Opið virka daga 10.00-18.15, laugardaga 11.00-14.00 | Gnoðarvogi 44, 104 Reykjavík | Sími 588 8686

## Þríkrossinn



Skartgripur með táknræna merkingu, seldur til styrktar blindum og sjónskertum á Íslandi. Íslenskt handverk. Fæst um land allt.

BLINDRAFÉLAGIÐ  
Samtök blindra og sjónskerta á Íslandi  
STOFNAÐ 1939



Stuðningur til sjálfstæðis

## Einvígi allra tíma

NÝ BÓK UM EINVÍGI SPASSKY OG FISCHER

Einvígi allra tíma er ný bók þar sem Guðmundur G. Þórarinnsson - forseti Skáksambands Íslands á tíma einvígisins – segir frá hinum magnaða aðdraganda einvígisins og sögunum úr innsta hring atburða á meðan á einvíginu stóð - þar sem oft mátti litlu muna að allt færi út um þúfur. Loks gerir höfundur upp hinn einstæða eftirlík árána eftir einvígð þar sem Spassky flúði heimalandið og Fisher endaði á Íslandi - landflóttá og eftirlýstur.

Að auki er í bókinni afar fróðlegur kafli um uppruna skákarinnar og alla heimsmeistara karla í skák frá upphafi.

Raunveruleikinn hefur ekki burði til að endurtaka þær mögnuðu aðstæður sem umluktú einvígð; spennan

milli stórveldanna, ótrúlegur áhugi umheimsins og hinir ólíku keppendur; herramaðurinn Boris Spassky, þrautþjáfaður liðsmaður sovéska skákskólans gegn ólíkindatólinu Bobby Fischer, einfara og uppreisnarmanni. Skákeinvígi allra tíma verður aldrei endurtekið.



# Fischer og Spassky

Menn segja gjarnan að sagan endurtaki sig. Það er ekki alltaf rétt. Heimsmeistarainvígí þeirra Borisar Spassky og Bobby Fischers verður aldrei endurtekið og sennilega aldrei skákeinvígi í nokkurri líkingu við það. Ég er þess fullviss að hin ótrúlega hringiða flókinna andstæðna sem umluktú einvígð á öllum sviðum skipulagningar, framkvæmdar, sem og keppinnar sjálfar, mun aldrei aftur sjá dagsins ljós. Ef til vill var þarna undantekningin sem afsannar regluna.

Hinn raunverulegi heimur okkar mun aldrei aftur hafa þá burði, aldrei ná þeirri stjórnmálalegu og efnislegu uppbyggingu, né eignast þá ótrúlega ólíku keppendur, sem þarf til að skapa sömu kringumstæður

aftur og kveikja þann lifandi afvaka á ný meðal þjóðanna, sem þarf til að endurtaka slíkt. Jafnvel er hæpið að unnt sé að ná hinni undarlegu atburðarás í skáldsögu.

Þetta einvígi hefur verið kallað Einvígi aldarinnar. Það er ekki réttnefni. Eftir á að hyggja má segja: þetta var Einvígi allra tíma. Aldrei aftur mun skákkeppni fanga slíka athygli og áhuga jafn mikils mannfjölda um allan heim, sem að jafnaði lætur skák sig litlu skipta. Aldrei aftur verður haldið skákeinvígi sem vekur slíkan áhuga á skáklistinni.

Og nú vil ég slá fram umdeilanlegri fullyrðingu: Þetta var í raun og veru ekki mögulegt. Það var ekki mögulegt að setja þennan atburð á

svið og gera þetta einvígi að veruleika. En Íslendingar gerðu það samt, með hjálp ótrúlegra tilviljana, misskilnings og heppni. Reyndar segir máltækið að heppni komi eingöngu til þeirra sem eru viðbúinir.

Hvernig skilgreinum við hvað er mögulegt? Ef líkindareikningur stærðfræðinnar segir okkur að möguleikarnir á að framkvæma eitthvað séu einn á móti milljón værum við líklega sammála um að raunverulega sé það ómögulegt. Við værum sammála um að það þyrfti svo margar jákvæðar tilviljanir og heppni í svo óraunverulegum, svo ólíklegum mæli, að verkefnið yrði að teljast ómögulegt.

Júgóslavar gáfust upp þegar risa-

öldur og brotsjó erfiðleikanna bar við himin og dr. Max Euwe, forseti Alþjóðaskáksambandsins, FIDE, reyndi án árangurs að finna skipuleggjendur til að taka að sér fyrri hluta einvígisins í stað þeirra. Það þyrfti langa röð tilviljana og atburða, sem samkvæmt stærðfræðilegum líkindareikningi gátu ekki átt sér stað á sama tíma, á sama stað, til að gera þetta einvígi að veruleika. Þess vegna þessi undarlega staðhæfing: Það var ekki mögulegt að hrinda þessu einvígi í framkvæmd, ekki mögulegt að bjarga einvíginu ... en það var samt gert!

Alþekkt er að menn hvorki sjá né upplifa atburði eins. Þegar menn ganga inn í skóg sjá ekki allir það sama, upplifa ekki það sama. Náttúrufræðingurinn sem gengur inn í skóginn veltir fyrir sér gróðrinum, trjágerðum, lággróðri, laufblöðum og jafnvel frjósemi jarðvegsins. Dýrafræðingurinn horfir á dýralífið, ikorna og önnur dýr skógarins, skordýrin og margvísleg litbrigði fiðrilda. Trésniðingurinn skoðar trén frá því sjónarhorni hvort efniviður sé ákjósanlegur til smíða, viður í siglutré, fánastangir eða heppilegur til að fletta í borð og efniseiginleikar góðir til úti- eða innismiða. Ungt og ástfangið fólk sér skóginn í rómantísku ljósi og rjóðrin sem ákjósanlegan fundarstað. Þeir sem dulsæjastir eru sjá skóginn sem bústað

skógargyðjunnar eða íverustað flökkusálma og þannig mætti lengi telja. Lýsing þessara aðila á skóginum yrði mjög misvísandi og ólík. E.t.v. mætti skoða frásagnir af heimsmeistarainvíginu út frá þessum viðhorfum.

Eftir því sem einvígð verður fjarlægara í tíma, rennur upp fyrir mér að ólíkir atburðir færast í brenni-depil þegar horft er frá mismunandi sjónarhólum. Ólíkir einstaklingar skynja ekki raunveruleikann á sama hátt, lífa e.t.v. ekki í sama heimi.

Þegar ég ræði við marga þáttagerðarmenn, fréttamenn og rithöfundu – sem eru enn, fimmtíu árum eftir þennan sérkennilega atburð, að vinna við kvikmyndagerð, eða rita bækur um einvígð – verður þetta alltaf skýrara og skýrara fyrir mér. Atriði sem nú vekja mestan áhuga eða mismunandi viðhorf og nú koma fram í sviðsljósið, eru ekki þau sömu og séð voru frá sjónarhóli íslensku skipuleggjendanna, með augum Alþjóðaskáksambandsins, augum keppendanna Spasskys og Fischers, aðaldómarans eða almennings sem fylgdist af áhuga með einvíginu á sinum tíma. Allir hafa þessir aðilar sinn eigin sjónhring. Sagan mun dæma og meta einvígð þegar réttur tími rennur upp og yfirsýn næst yfir víðara samhengi og skyldleika atburðanna.



**GARÐS  
APÓTEK**  
- í yfir 60 ár

**Einkarekið apótek**

**Nú einnig netapótek: Appotek.is**

**Lágt lyfjaverð - góð þjónusta**

**Sogavegi við Réttarholtsveg og Miklubraut**

Opið kl. 9-18 virka daga | Sími 568 0990 | gardsapotek.is | appotek.is

**GA**  
**SMÍÐAJÁRN**  
Sterkir í stálunu síðan 1970



Immanuel Kant skrifaði um það sem hann kallaði „Das Ding an sich selbst“, eða „Hluturinn í sjálfum sér“ og ræddi um mismuninn á hlutunum, annars vegar eins og við skynjum þá og hins vegar eins og þeir eru í raun og veru, mismuninn annars vegar á atburði eins og við upplifum hann og hins vegar eins og hann gerist í raun og veru. Í einu af meistaraverkum Shakespeares segir hann: „Our thoughts are ours, their ends none of our own.“ Sem e.t.v. mætti þýða: „Til hugans en ei lengra ná okkar ráð, við hugðum á annað mark en loks var náð.“ Spurningin er því: Hvað gerðist í raun og veru? Hvers vegna gerðist það? Árið 1972 var kalda stríðið í algleymingi. Stórveldin tvö, Bandaríkin og Sovétríkin, voru upptekin við umfangsmikla og hættulega vopnauppbyggingu. Því var haldið fram að kjarnorkuvopn væru eina vonin, eina vopnið, til að koma í veg fyrir allsherjarstríð. Fæling var lykilorð og bæði stórveldin dönsuðu í takt við slíka hljómlist.

Sovétríkin og Bandaríkin höfðu skipt heiminum í bandamenn og óvini, heiminum var skipt landfræðilega í vinveitt og óvinveitt svæði og hugmyndafræðilega var heiminum skipt í landsvæði eftir ríkjandi stjórnskipan, kommúnisma og kapítalismisma. Sérhver deila milli þessara stórveldavakti ótta og áhyggjur meðal íbúa jarðarinnar. Þessa gjá virtist ómögulegt að brúa.

Annað stórveldið, Sovétríkin, hafði þann þjóðarmetnað að sigra aðrar þjóðir við skákborðið og sýna þannig yfirburði kommúnismans yfir kapítalismann, yfir markaðshyggjuna, í þessari list rökhyggju og djúprar hugsunar. Menn geta lengi velt fyrir sér orsökum þess að skákin varð fyrir valinu, sumir benda á að bæði Marx og Lenin voru áhugamenn um skák.

Skákin var þjóðariþrótt Sovétríkja. Sovétríkin höfðu sýnt algjöra yfirburði á skáksviðinu í öllum skákviðburðum heimsins frá 1948. Enginn skákmeistari utan Sovétríkja hafði náð að keppa um heimsmeistaratitilinn síðan 1948. Í 45 ár, frá 1927, höfðu allir heimsmeistarar í skák, að frátöldum árunum 1935–1937, þegar dr. Max Euwe vann titilinn af Aljékín, verið fæddir í Rússlandi/Sovétríkjunum. Það virtist óraunsær draumur að skákmeistari utan Sovétríkja gæti unnið titilinn í fyrirsjáanlegri framtíð. Sovéski skákskólinn var heimsfrægur, þar voru hæfustu ungu skákmennirnir þjálfaðir kerfisbundið og árangurinn var sannfærandi, yfirburðir á heimsmælikvarða.

Sovétríkin voru land skáklistarinnar. Ef menn líta yfir farinn veg sjá þeir hvað Sovétríkin gerðu fyrir skákina. Á hinn bóginn var skák ekki sérstaklega vinsæl meðal almennings í Bandaríkjunum og ekki ofarlega á forgangslista stjórnvalda þar. Þrátt fyrir að Bandaríkjamenn ættu mjög sterka stórmeistara var skák ekki almenningsþrótt þar í landi. Fischer hafði að vísu vakið gríðarlega athygli síðustu 15 árin, eða allt frá því hann varð skákmeistari Bandaríkja árið 1958, einungis 14 ára.

Það var því auðvelt að skilja að fólk sem engan áhuga hafði sýnt á skák varð hugfangið af þessu einvígi. Áhugi á skák jókst langt umfram það sem við höfðum áður séð. Það var eins og fólk liti á þetta einvígi sem baráttu eins manns gegn kerfinu, baráttu Fischers gegn ósigrandi skákkerfi Sovétríkja. Í viðbót

við allt þetta voru keppendurnir eins ólíkir og hugsast gat. Annar var á vissan hátt afurð þaulskipulagðs og þróttmikils kerfis en hinn var sonur fátækra einstæðrar móður, án teljandi aðstoðar utanfrá.

Eini sameiginlegi snertiflötur þeirra virtist skák. Þessir óvenjulegu afburðamenn voru yfirburða gáfadir, mjög agaðir í list sinni, og áttu sameiginlegan hæfileika óvenjulegs sjálfstrausts, voru báðir knúnir áfram af þessu einkennilega demoníska afli, ást á skák. Báðir höfðu náð hæstu metorðum við skákborðið. Svo langt gengu umræður að ýmsar fráleitar og broslugar hugmyndir og tilgátur komu fram. Allt frá því að telja að einvígið væri í raun barátta milli góðs og ills eða barátta milli ljóss og myrkurs.



Boris Spassky og Robert Fischer Reykjavík 1972 eftir Sigurð K Árnason

70 ára

NÝJA  
SENDIBÍLASTÖÐIN  
SÍMI 568 5000

Traustir bílstjórar  
á traustum grunni

actavis

Valaciclovir Actavis 500 mg

valaciclovir

10 filmhúðaðar töflur  
Til meðferðar við frunsum

FÆST ÁN  
LYFSEÐILS

## Valaciclovir Actavis

– til meðhöndlunar á frunsum

Valaciclovir Actavis 500 mg, filmhúðaðar töflur. Lyfið er notað við meðhöndlun á frunsum hjá heilbrigðum einstaklingum með eðlilega nýrnastarfsemi, sem ekki eru með skert ónæmiskerfi, sem eru 18 ára og eldri, hafa áður verið greindir af lækni með áblástur (frunur) og þurfa endurteknar meðferðir vegna áblásturs. Kynnið ykkur notkunarleiðbeiningar, varnaðarorð og frábendingar áður en lyfið er notað. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á [www.serlyfjaskra.is](http://www.serlyfjaskra.is). Markaðsleyfishafi Actavis Group PTC ehf.

# Klambratún – Unaðsreitur í austurbænum



Klambratún, nýja torgið og Kjarvalsstaðir

Klambratún er einn af stærri almenningsgöðum í Reykjavík og liggur þar sem austurhverfin byrja og markast af Miklubraut, Rauðarárstíg, Flóka-götu og Lónguhlíð. Á Klambratúni eru stórar grasflatir, trjálundir og leik- og íþróttasvæði og garðurinn er vinsælt útivistarsvæði. Listasafnið Kjarvalsstaðir er á Klambratúni, þar er kaffihús og nýlega var gert torg með upphækkuðum setbekkjum sunnan við húsið sem hægt er að nota fyrir ýmskonar uppákomur.

Austanmegin í garðinum er hverfastöð Reykjavíkurborgar, stórt rjóður sem hefur verið notað til leikfimiðkunar og við Lónguhlíðina er fótoltavöllur og klifurveggur. Syðst í garðinum er leikvöllur með aparólu, grillastaða, körfubolta-völlur, strandblakvöllur og frisbíggolf. Klambratún hefur oft verið vettvangur stórtónleika og annara uppákoma og hafa m.a. Sykurmolarnir, Bubbi, Megas og Sigur Rós troðið þar upp og Sirkus Íslands slegið upp tjaldi og haldið sirkussýningar.

Klambratún var áður hluti af landi þriggja bæja en það voru Háteigur, Sunnuhvoll og Klömbrur sem stóðu á tuninu miðju og af því býli dregur túnið nafn sitt. Á Klambratúni voru fyrstu skólagarðar sem starfræktir voru í Reykjavík en framkvæmdir við gerð almenningsgarðs hófust 1964 og var Reynir Vilhjálmsson landslagsarkitekt aðalhönnuður garðsins. Kjarvalsstaðir risu svo á árunum 1971-1972 en Hannes Kr. Davíðsson arkitekt hannaði bygginguna.

Þróun Klambratúns hefur verið með þeim hætti að undanförunu að í norðurhlutanum eru Kjarvalsstaðir en einnig grenndarstöðin sem gert er ráð fyrir að víki og skapast þá rými fyrir meiri og sérhæfðari gróður. Að austanverðu er hreyfisvæði en leiksvæði að sunnanverðu og í vesturhlutanum eru uppi hugmyndir um að búa til litla tjörn en í miðju garðsins er svo nýja torgið.

## Litrík leiksvæði á Klambratúni

Í sumar og undanfarin sumur hefur verið unnið að nokkrum endurbótum á Klambratúni. Mesta breytingin er torgið og dvalarsvæðið solumegin við Kjarvalsstaði. Efnisval tók mið af Kjarvalstöðum og fékk sjónsteypa, cotenstál og viður að njóta sín. Hæðarmunur svæðisins er ýktur til að skapa meira skjól til dvalar og leikja.

Undanfarið hefur verið unnið með hugmyndir um að bæta leiksvæðin í garðinum. Leiksvæði í suðurhluta verður stækkað og á að gefa á því ævintýrlegt yfirbragð með leiktækjum og lýsingu sem hafa yfirbragð skúlptúra og listaverka. Hugmyndir eru um að létta á gróðri til að tengja leiksvæðið betur við aðra hluta garðsins.

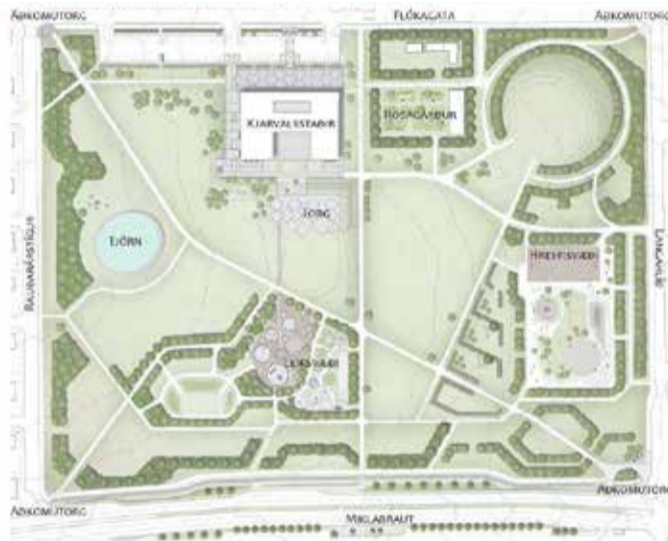
Æfingarsvæði við núverandi sparkvöll verður endurbætt meðal annars með braut fyrir skauta-, bretta- og hjólaíðkendur.

Markvisst verður unnið með mismunandi erfðleikastig og myndaðir hólar og hæðir. Hugmyndir eru til skoðunar að lýsa svæðið upp á kvöldin með margskonar litum og mynstrum.

Þessar hugmyndir eru til skoðunar og verða kynntar fyrir ráðum borgarinnar m.a. hjá íbúaráði Miðborgar og Hlíða. Hvenær þessar litríku hugmyndir verða að veruleika liggur ekki fyrir, en litirnir munu þó fá að njóta sín með vorinu á svæðum meðfram Rauðarárstíg því þar settu starfsmenn garðyrkjunnar niður töluvert af laukum nýverið.



Krakkar í skólagöðum á Klambratúni en þar voru fyrstu skólagarðar í Reykjavík



Klambratún dregur nafn sitt af býlinu Klömbrum sem stóð á miðju túninu. Dökka húsið lengst til hægri er býlið Háteigur en það hús stendur enn



Býlið Sunnuhvoll stóð norðan við túnið nálægt núverandi gatnamótum Háteigsvegar og Rauðarárstígs. Húsin voru rífin um miðja síðustu öld en þessi mynd Ólafs Magnússonar er frá því um 1920



Klambratún 1943-1945. Vinstra megin við miðju er bærrinn Klambrar, til hægri eru fjölbýlishús við Miklubraut en ofarlega t.v. sjást Þormódsstaðir og á Öskjuhlíð eru heitavatnstankar Hitaveitu Reykjavíkur. Mynd Eggert P Briem

## FYRSTA ALVÖRU NET-KJÖTBÚÐIN *á netinu*

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

- Þú sækir eða færð sent
- Nú getur þú verslað okkar helstu vörur á heimasíðunni okkar
- Við þökkum kjötinu, meðlæti, sósunni og eftirréttinum
- Engar biðradir
- Fljótlegt og gott úr kjötbordinu
- Láttu fagmenn velja þína steik



Grensásvegi 48 • Sími 571 5511 • [kjotbudin@kjotbudin.is](mailto:kjotbudin@kjotbudin.is)

SÆLKERAVERSLUN • GRILL- OG VEISLUÞJÓNUSTA • KJÖTVINNSLA



# Breyttur opnunartími



Við bjóðum eldri borgurum, sem ekki hafa tök á að nýta sér Íslandsbankaappið eða netbanka, að hringja í okkur í sérstakt **símanúmer 440-3737** fyrir alla helstu bankapjónustu.

**Góð þjónusta breytir öllu**

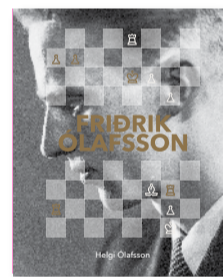


	krossgátugerð Bjarni sími: 845.2510				illkvitnar		skruggan	sögu- persóna		egnt		mótar
		1	➡					↘		8		
	berja lómínn										lagður	
	vefnaður						matast					
			↑					5		röð geta		
	fugl						númer peninga					
Teikning: Bjarni eftirprentun bónnuð	↓	fiskurinn	málmur	gjóta	hjaðna stæður					↓		kámar
litaðar						2 eins	4	rúmrusk				misræði
spásserar							↑	9			grastopp andvarpa	
skálm			eina til týna					svarar óska				
beyg				til		sva	2		gras utan			
mælir						litlaus				slæmir		blóm
álpast					óþétt	múlanum planta						rakinn
		greind	6	skvetta rangl					baldinn		röð meðlimur	
	↳							↑	duglega 2 eins			
	spanderar			staðan rengt				10				nuddaða
viðlagi						kona	fæða vefnaður					
	3	samtök		veiðarfæri áttund		7		2 eins		þreyta borg		
4 eins						málæðið						
sortera						lán						storm

**MÓTORHAUSA sögur**  
Fást í verslunum okkar á Selfossi og í Ármúla 42  
Bókakaffið



	V	E	T	U	R	I	N	N	V
	A	N	L	Y	Ð	Æ	T	I	
	N	N	L	M	Ó	L	I	N	
	R	Ö	D	D	I	N	I	L	M
	E	L	L	A	Æ	R	Ð	A	A
	I	I	Ð	R	A	U	N	A	I
	K	N	A	A	R	F	A	G	A
	N	U	N	N	A	A	T	R	R
	I	A	F	A	R	T	R	A	Ð
	V	A	N	A	R	I	Ð	A	
	É	T	A	E	K	I	N	R	S
	L	Æ	P	A	A	F	K	A	L
	K	A	R	L	A	Y	L	A	L
	H	A	L	I	Ð	N	L	O	K
	A	F	L	A	Ð	S	T	A	Ð
	F	A	T	T	F	A	T	N	Y
	N	A	M	A	R	G	A	U	R
	A	M	A	Ð	I	R	M	E	N
	R	O	T	A	A	L	U	R	S



- TÖLVUMÚS  
Lausnarorð: TÖLVUMÚS
- Leikhúskort fyrir tvo í þjóðleikhúinu Brynja Guðmundsdóttir
  - Gjafabréf frá YOYO Ásta Óskarsdóttir
  - Saumaklúbburinn - bók eftir Berlindi Hreiðarsdóttur Alma Björg Þorsteinsdóttir
  - Bók frá Sæmundi - Saga Guðanna Selma Hannesdóttir
  - Bók frá Uglu - Grafinn undir gistihúsi Þórarinn Björnsson
  - Landnámhæusegg úr Hrísey fra Rangá Guðfinna Kristjánsdóttir
  - Happþrenna HHÍ Hanna Kristin Stefánsdóttir
  - Umfelgun frá Nesdekk Hallfríður Gunnarsdóttir



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Dregið verður úr réttum lausnum 5. desember n.k.



## VERÐLAUNAKROSSGÁTA

- verðlaun: Gjafabréf frá Gæðabóni
- verðlaun: Gjafabréf frá Kjúklingastaðnum Suðurveri
- verðlaun: Mótörhaus bók fra Sæmundi
- verðlaun: Spegill fyrir Skuggabaldur frá Skruddu
- verðlaun - Múminbolli frá Ittalabúðinni
- verðlaun: Augu myrkurs frá Uglu
- verðlaun: Fimmaurabrandarar 2 frá Hólum
- verðlaun: Fríðrik Ólafsson fra HIB
- verðlaun: Landnámsgætt úr Hrísey fra Rangá
- verðlaun: Happþrenna HHÍ
- verðlaun - Dagbók frá Varmá

Lausnir sendist til: Með oddi og egg, Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir Sundlaugavegi 7, 105 Reykjavík

Nafn: .....

Heimili: .....

Kennitala: .....

Símanúmer: .....

**6 BITAR**

3 stórir bitar  
3 minni bitar  
milli franskar  
milli hrásalat  
milli kokteilsósa  
og 2 lítrar gos

**Kjúklingastaðurinn**  
★ Suðurveri ★

NR.16

**ÞAÐ BESTA FYRIR BÍLINN ÞINN**

**GÆÐABÓN**  
☎ 568 4310

Alþrif • Ceramic húðun • Djúphreinsun • Mössun  
Þvottur & Bón • Smáviðgerðir

**Ármúli 17A - 108 Reykjavík**



## Kjúklingastaðurinn Suðurveri

Við erum flest sammála því að bæði er gott og gaman að skreppa með fjölskylduna á barnvænan og góðan veitingastað svona í amstri dagsins. Við fjölskyldan eigum okkur einn uppáhaldsstað þar sem við erum fastagestir og það er Kjúklingastaðurinn Suðurveri. Þessi veitingastaður er samofinn matarmenningu okkar Reykvikinga. Það er eins og hann hafi alltaf verið til staðar fyrir svanga maga og hann á fastan kunnahóp sem sækir sér reglulega föng í hinu girnilega úrvali sem þar er í boði. Kjúklingastaðurinn byggir á 53 ára hefð, hann var stofnaður 1967 og hefur verið staðsettur í Suðurveri frá upphafi. Geri aðrir betur. Langlífi staðarins er sönnun fyrir vinsældum hans.

Það stóð til að skreppa saman öll stjórfjölskyldan og fá sér að borða en þá skall á strangt samkomubann sem gerði okkur erfitt fyrir. Lausnin varð þá að senda bara tvö okkar á staðinn og fara með matinn heim. Kjúklingastaðurinn hefur gert allt til að koma til móts við sína viðskiptavinini í samkomubanninu og gefur ekkert eftir þótt móti blási. Það var notalegt að kíkja við hjá þeim enda er umhverfið heimilislegt og hlýlegt. Innréttingarnar í mildum tónum og starfsfólkið frábært. Eigandinn Jón Eyjólfsson tók á móti okkur og við spjölluðum við hann á meðan verið var matreiða fyrir okkur réttina. Hann hefur ásamt eiginkonu sinni Guðrúnu Hermannsdóttur, rekið staðinn núna í 14 ár og er ánægður með hvernig tekist hefur til. Hann tók einmitt fram að hjarta staðarins væri starfsfólkið sem er honum dýrmæt auðlind og hefur unnið vel og lengi á staðnum. Þau hjónin keyptu staðinn fyrir tilviljun má segja. Guðrúna langaði að skipta um starfsvettvang og fór í Fyrirtækja-

söluna sem var á efri hæðinni í Suðurveri til að forvitnast um spennandi fyrirtæki til sölu. Þá var henni bent á Kjúklingastaðinn. Jón er stundum spurður að því hvort hann hafi átt staðinn frá upphafi, en svo er auðvitað ekki því hann var aðeins 3 ára þegar staðurinn opnaði. Jón er trésmiður og starfaði lengi sem slíkur hjá Reykjavíkurborg en eftir að kona hans fór í háskólanám hefur hann séð um rekstur staðarins.

Eins og nafnið gefur til kynna er sérsviðið kjúklingur og kjúklingaréttir en þar að auki er boðið upp á ýmsa aðra ljúffenga rétti. Margir hafa staðist tímans tónn og eru orðnir að klassík sem alltaf stendur fyrir sínu. En staðurinn hefur samt passað uppá að bjóða líka upp á nýjungar og nú á haustmánuðum kynnti Kjúklingastaðurinn í Suðurveri alveg nýjan og endurbættan matseðil. Þar að auki hefur verið komið fyrir upplýsingaskjám af bestu og fullkomnustu gerð til þess að gera upplifun viðskiptavinnanna enn betri. Á nýja matseðlinum hafa sumir eldri réttanna verið endurbættir og svo eru aðrir alveg splunkunýir komnir inn. Sem dæmi um þetta hefur verið verulega bætt við úrvalið af kjúklingaborgurum og einnig er kominn ljúffengur vegan borgari á matseðilinn. Hrásalatið sem fylgir ýmsum réttum er alltaf vinsælt en sumir kunnar mæta gagnert til þess að kaupa það sérstaklega.

Við ákváðum að breyta út af vananum og prófa nokkra af þessum nýju réttum og það má með sanni segja að við höfum ekki orðið fyrir vonbrigðum. Við smökkuðum á kjúklinga Tikka Masala sem er hollt val og bragðgott með mikið af salati. Eins er Quesedilla-rétturinn með Nachos mjög ljúffengur og skemmti-

leg tilbreyting. Núna er líka hægt að fá krispy-kjúklingaborgara með girnilegri kartöfluskífu sem gerir hann að algjöru lostæti. Yngsti fjölskyldumeðlimurinn fékk sér barnabox með hamborgara og var hæstánægður með það.

Sem dæmi um rétti á matseðli

- Kjúklingabitar
- Heill kjúklingur
- Kjúklingaborgarar
- Hinn klassíski Karry kjúklingur
- Kjúklingavefjur
- Kjúklingur Tikka masala
- Hamborgarar
- Vegan Borgari
- Djúpteiktur fiskur
- Steiktur fiskur
- Nautasteikur og fl.

Kjúklingastaðurinn í Suðurveri býður upp á notalega og þægilega stemningu hvort sem það er fyrir alla fjölskylduna, vini eða vinnufélagi þar sem allir geta sest niður og látið sér líða vel, og það verður tilhlökkunarrefni að geta skroppið þangað eftir að samkomubanni lýkur. En á meðan ástandið er svona, þá er boðið upp á heimsendingar í samtarfi við Aha.is eða að sækja matinn. Auk þess eru flesta daga einhver tilboð í gangi.

Sérstaða Kjúklingastaðarins í Suðurveri er sú að hafa verið starfræktur óslitið á sama stað í 53 ár. Til þess að ná slíkum árangri þarf sérlega góða aðlögunarhæfni og einnig að vera óhræddur að þróast í takt við breytta tíma. Aðgengi fatlaðra að staðnum er sérlega gott og starfsfólkið leggur sig fram um það gera sitt allra besta á hverjum degi.

Opnunartíminn er frá kl 11:30 – 20:30 virka daga og frá kl 17- 20:30 um helgar.



# ÓDÝR

Gleraugu með glampa- og rispúvörn



## Verð 19.900 kr

Sérsmíðum samdægurs í styrk +/- 6,0 með cyl. til 2,0.

**Hamrahlíð 17**  
Hús Blindrafélagsins  
Sími • 552-2002



SIJÓNTÆKJAVERSLUN

Gjafabréf frá Kjöthöllinni er góð gjöf!



Skiptiholti 70 • Sími 553 1270  
Háaleitisbraut 58-60 • Símin 553 8844




Jólavörurnar komnar í hús,  
mikið úrval af nærfatnaði frá Trofé



Álfheimar 74, Glæsibær • 104 Reykjavík • ynja.is





## Guðjón Samúelsson

### húsameistari

---

Guðjón Samúelsson húsameistari var frumkvöðull á mörgum sviðum og átti veigamikinn þátt í nútímavæðingu íslensks samfélags.

Í þessari bók skoðar höfundurinn, Pétur H. Ármannsson, verk og hugmyndir Guðjóns út frá sérstöðu hans sem háskólamentaðs arkitekts.

Bókina prýðir fjöldi mynda og teikninga.



20%

afsláttur

af yfirhöfnum gildir til 21. nóv.

Hreinsum allar yfirhafnir, trefla, húfur og fylgihluti



Lumar þú á herðatrjá? Við tökum vel á móti þeim og endurnýtum.



HÁALEITISBRAUT  
STOFNAD 1953

Háaleitisbraut 58-60 • 108 Reykjavík • haaleiti@bjorg.is • www.facebook.com/efnalauginbjorg • Sími: 553 1380



**SIMON VAUGHAN LJÓSMYNDARI**  
WWW.SIMONVAUGHANLJOSMYNDARI.COM

PANTIÐ TÍMA FYRIR MYNDATÓKU Í SÍMA 690 9670

## „Þetta er blanda af tjáningarpörf og sjúklegri meðvirkni“

segir Lóa Hjálmtýsdóttir m.a. um list sína

Lóa Hjálmtýsdóttir er búin að búa sex ár í Laugarnesinu og hún var í skóla á Kirkjusandi á myndlistabraut LHÍ. Hún ólst upp í Breiðholtiinu, flutti á Laufásveginn 15 ára, bjó síðan alltaf niðri í bæ, flutti svo til Stokkhólms, Berlínar og New York og hefur síðastliðin 10 ár verið með vinnustofu í Hafnarstrætinu. Já Lóa hefur komið víða við en það á ekki bara við um búsetuna því í listsköpun sinni hefur hún fengist við myndlist, tónlist, ritlist og leiklist og svo hefur hún unnið á milljón stöðum en er nú komin í aðstöðu til að sinna listinni eingöngu.

Ég þarf alltaf að gera hundrað hluti á sama tíma, segir Lóa, og ég náði að redda mér aðstoðarmannskju þessa viku og fólk er mikið í jólagjafahugleiðingum svo það er mikið að gera hjá mér. Ég hélt að það yrði lítið að gera út af kóvid en það virðist hafa minni áhrif á teikningar og myndlist, í fyrsta lagi vinnur þú ein og í öðru lagi eru allir bara heima hjá sér að horfa á veggina.

### Þú virðist hafa ansi mörg járn í eldinum, þú fæst við margt.

Já ég er að reyna að minnka það því þetta er náttúrulega ekki alveg heilbriggt. Allir frilansarar kannast við það að þurfa að búa til sínar tekjur svo það er svo erfitt að hætta, því þú veist ekki hvað tekur við. Fyrir fólk sem á erfitt með að segja nei þá er þetta hættulegt svæði að vera á.

### Hversvegna ákvaðstu að verða listamaður?

Þabbi er kvikmyndagerðarmaður og fór í Myndlista- og handíðaskólann og ég ætlaði að verða auglýsingateiknari eins og hann en sú grein var ekki lengur til þegar ég var orðin nógu gömul til að læra eitthvað. En ég hef alltaf haft áhuga á því að teikna og fór á listabraut í FB og þaðan á myndlistabraut í Listaháskólanum og síðan í teiknínám í Parson's New School for Design í New York. Svo fór ég 2013 í ritlist í Háskólanum og kláraði meistarnámið þar 2016.

### Hefurðu þá alltaf skrifað líka?

Já í gegnum myndasögurnar en mig



Lóa Hjálmtýsdóttir

langaði til að leggja meiri áherslu á textann og fór því í nám í skrifum og textagerð frekar en meira myndlistarnám.

### Og nú er komin út barnabók eftir þig, Grísafjörður – Ævintýri um vináttu og fjör.

Já og krakkarnir í bókinni búa á Kleppsveginum, mér finnst skemmtilegt að halda mig við hverfið því flest börn sem ég þekki búa í mínu hverfi.

### Er þetta myndasaga?

Nei, en það eru tvær myndasögusíður í bókinni en það er meiri texti í henni og hún er fyrir krakka svona 7-11 ára, krakka sem eru farnir að lesa. Bókin kemur út hjá forlaginu Sólku en ég er búin að vera að vinna fyrir það síðan 2005. Ég var meðal annars að myndskreyta Snúðru og Tuðru fyrir Sólku en ætli ég hafi ekki myndskreytt meira en tuttugu bækur í heildina. Ég hef gert þetta meðfram öðru því við túruðum svo mikið með hljómsveitina FM Belfast á árunum 2008-2016. En nú höfum við minnkað það því allir eru svo uppteknir.

### Hvernig stóð á því að þú byrjaðir í FM Belfast, hefurðu einhverntíð?

### Þú virðist hafa ansi mörg járn í eldinum, þú fæst við margt.

Bara svona eins og mörg börn, ég lærði á píanó og kornett en ég lít ekki á mig sem tónlistarmann.

### Liturðu þá á þig sem myndlistarmann aðallega?

Já. Eða sem teiknara því ef mig langar að tjá mig þá er það í gegnum teikningu. Ég sest ekki niður og skrifa söngtexta, það er svona hópastarf, samstarfsverkefni sem tengist vinum og til að hafa gaman. Ég á eiginlega ekki nein samskipti við fólk nema ég sé að vinna með því eða vegna skyldleika.

### Er það ekki rétt skilið að vinna þín í leikhúsi hafi orðið til út frá teikningunum þínum?

Jú, þetta hefur allt haldist í hendur, kannski kynnist einhver teikningunum mínum út frá tónlistinni og öfugt. Þetta kemur svolítið út eins og ég sé með allar klær úti en þetta er einhverskonar blanda af tjáningarpörf og sjúklegri meðvirkni. Ég segi bara já við einhverju af því að mér líkar vel við manneskjuna og allt í einu er ég farin að skrifa áramótaskaup sem er alveg ógeðslega skemmtileg og gefandi vinna

## LEIKFÖNG

úr silki



**BAMBUS.IS**

Nýbýlavegur 8 - Portið, sími 847 1660, www.bambus.is, bambus@bambus.is  
bambus.is bambus.is • Opíð mánudaga og fimmtudaga frá kl. 10-14

**Laugardalur, Háaleiti & Bústaðir**

**Auglýsingasími 568 8862**

## VINSÆLU GJAFASETTIN FRÁ REDKEN ERU KOMIN!

ÞÚ KAUPIR REDKEN SJAMPÓ & NÆRINGU & FÆRÐ REDKEN MASKA FRÍTT MEÐ



**EXTREME**



**ALL SOFT**



**COLOR EXTEND MAGNETICS**

**Scala**

HAIR & MAKEUP

LÁGMÚLI 5  
108 REYKJAVÍK  
SÍMI 553 1033

SKIPHOLTI 70  
105 REYKJAVÍK  
SÍMI 553 9770

**REDKEN**

fb.com/scala.hair • www.scala.is • bókarnir á noona.is

NÚ ER SCALA Á TVEIMUR STÖÐUM!



Á árinu 2020 hefur Lóa gert myndir eins og þessa daglega og birt á netinu

en fer illa með taugakerfið ef maður er með teiknaraskapgerð því það er svo opinbert. Ég hef fáttað það með því að vera á sviði að í grunninn er ég teiknari því ég var komin með svo mikinn sviðsskrekki að ég fékk martraðir og vöðvabólgu allstaðar af streitu. Ég sagði bara já af því að ég var í þannig félagsskap en þegar ég var yngri sóttist ég í að vera á ljósunum eða gera leikmyndina, það höfðaði meira til mín.

#### En það var sýnt leikverk í Borgarleikhúsinu sem byggði á teikningunum þínum.

Já, hún María Heba leikkona og leikhópurinn Sokkabandið komu og töluðu við mig en þær höfðu verið að lesa myndasögurnar mínar og það var sjúklega gaman. Leikritið hét Lóaboratorium og var leikstýrt af Kolfinnu Nikulásdóttur. Arndís, Jóhanna Friðrika, María Heba og Elma Lísu léku í leikritinu. Elma Lísu á mörg verk eftir mig og Reynir, maðurinn hennar sem ég er núna að vinna með í Skaupinu. Sú vinna er bara á netinu og við erum hvert í sínu sóthólfi því það er ekki hægt að hafa okkur öll hlajandi í sama herberginu núna.

#### Segðu mér meira frá FM Belfast.

Já síðustu tónleikar sem við höldum voru fyrir átta manns í sjóhöðunum á Húsavík og þar á undan í Havari hjá Prins Póló og svo vorum við að spila í Arkansas í febrúar. Við höfum ferðast út um allt og drifið til Japan og Ástralíu en höfum mest

túrað í Evrópu, mikið í Frakklandi, Þýskalandi og Spáni. En við höfum aldrei spilað á Ítalíu eða í Finnlandi sem er furðulegt því það eru lönd sem ég held mikið uppá.

#### Hvaða hlutverk hefur þú í hljómsveitinni, fyrir utan að syngja?

Ég er textahöfundur og sé um að koma myndatökum í kring og kem með hugmyndir fyrir vídeóin og props og svoleiðis sem mér finnst skemmtilegt. Ég hef ekki spilað á hljóðfæri með hljómsveitinni nema á ásláttarhljóðfæri. Ég spilaði reyndar á hljómborð með hljómsveitinni Prins Póló fyrir 10 árum.

#### Þú hefur ekki dregið fram kornettinn?

Nei. Síðast þegar ég spilaði á blásturhljóðfæri var í gjörningi á Snæfellsnesi þegar Svavar Pétur hélt krúttátíðina. Það voru margir af minni kynslóð svo reiðir yfir því að vera settir undir hatt krúttkynslóðarinnar þannig að við höldum mjög skemmtilega rugl- og stuðhátíð. Í gjörningnum var kona sem fæddi hjúga í hesthúsi og mitt hlutverk var að spila undir í því atriði. Þetta hljómar örugglega verr en þetta var.

#### Lóaboratorium?

Ástæðan fyrir heitinu er að ég var í svo mörgu og þetta er samsett úr nafninu mínu og orðinu laboratoríum sem þýðir rannsóknarstofa.

Mig vantaði eitthvað nafn til að halda utan um allt sem ég var að gera en núna er þetta bara fyrir myndasögurnar. En bæði hljómsveitin og teikningarnar minar tengjast internetinu mikið, hljómsveitin komst inn á Airwaves 2005 af því fólkið þar var að hlusta á okkur á Myspace og fyrsta myndasögubókin mín kom eftir að ég var búin að vera að setja myndasögur reglulega á netið. Fyrsta myndasögugerfni mitt sem ég fékk borgað fyrir var fyrir Málið sem var fylgiblað Moggans og það var í gegnum Þormóð Dagsson, bróður Hugleiks, en hann var ritstjóri og vildi hafa myndasögur og svo gerði ég myndasögur fyrir Grapevine í tólf ár. Fyrsta myndasögubókin mín kom 2009 þökk sé Hugleiki Dagssyni. Úlfhildur Dagsdóttir bauð mér að sýna myndasögurnar á Borgarbókasafninu svo ég er í mikilli þakkarskuld við Dagsson systkynin því ég fór að gera myndasögur daglega á meðan á sýningunni stóð og Hulli dró mig á fund hjá Forlaginu og þá var ég komin með nógu mikið efni í aðra bók.

#### Þú hefur verið að birta myndir daglega undir merkjum Lóaboratorium og þú ert að gefa út barnabók, er eitthvað fleira í deiglu?



Nýlega kom út barnabókin Grísafjörður eftir Lóu. Það er fyrsta bókin sem hún skrifar en myndabækur hennar og bækur sem hún hefur myndskreytt eru á þriðja tuginn

Náttúrulega að klára Skaupið og ég er að setja þessar daglegu 2020 myndir saman í bók því ég fékk styrk frá Miðstöð íslenskra bókmennta. Svo hef ég verið að gera eftirprentanir af myndasögnum og selja þær í gegnum netið. Ég hef verið að reyna að minnka við mig því ég hef líka verið að kenna í Myndlistarskóla Reykjavíkur og Listaháskólanum og ég ákvað að taka mér pásu frá því og frá námskeiðahaldi. Ég vann alltaf fulla vinnu meðfram því sem ég var að gera þar til fyrir svona tíu árum og ég þarf einhvern tíma að skrifa bók um öll störfin sé ég hef unnið. Ég vann til dæmis á bruna- og lýtalækningadeildinni á Landsspítalanum í býtibúrinu og ég hef unnið í þvottahúsi, í sjoppu og alveg milljón störf.

#### Hvernig bar þig úr miðbænum í Laugarnesið?

Ég teiknaði fasteignauglýsingu og setti hana á netið af því að það var verið að flæma okkur úr leigubúð á Baldursgötunni sem átti að breyta í ferðamannagistingu. Teiknaðar auglýsingar dreifast greinilega víða og það voru margir sem höfðu samband við okkur og þar á meðal var okkur boðið að leigja íbúð á Rauðalæknum. Við fórum að skoða og leist vel á hana og hverfið. Mér leið reyndar eins og ég væri að flytja eitthvað lengst í burtu því ég var búin að búa nánast samfleytt í tuttugu ár í miðbænum. Ég átti dálítið erfitt fyrst en af því að ég er úr hverfi, Breiðholtinu þar sem allt var fullt af börnum og unglingum, þá átti ég auðvelt með að detta inn í hverfisstemminguna hér.

#### Hvernig er svo að búa í Laugarnesinu?

Það er frábært. Ég er með sófann minn þannig að ef ég horfi beint fram þá sé ég sjónvarpið en ef ég horfi til vinstri sé ég Laugarnestangann og sjóinn. Við eigum strák í Laugarnesskóla og þá kynnist maður hverfinu á allt annan hátt, þá veit maður allt í einu hvað allir heita og heilsar fólki í búðinni og bakaríinu, það er mikill þorpsfílingur hérna.



FM Belfast



# MotorMax

## SMURSTÖÐ

**Við smyrjum allar tegundir bíla**

**OPNUNARTÍMI**

**Mánudaga - Föstudaga** 7:45 - 18:00

**Laugardaga** 10:00 - 14:00

**ENGAR TÍMAPANTANIR!**



**VIÐ ERUM VARNAGÖRÐUM**

**motormax@motormax.is** Sími: 545 4040



# MIDBAER



www.kjothollin.is • kjothollin@kjothollin.is  
Sími 553 8844 • Facebook kjöthöllin



www.mosfellsbakari.is • mosbak@mosbak.is  
Sími 566 6145



www.hradfilman.is • Sími 557 6699  
Facebook Hraðfilman



Blóm • Skreytingar • Gjafavara  
Sími 588 3344 • Facebook Ís-Blóm

Tímamantanir óparfar



Opið: mán. og þri. 9-18 • mið. og fim. 9-20 • fös. 9-18 og laug. 9-14  
Sími 581 3090 • Facebook Greiðan Hárgreiðslustofa



www.samsyn.is • Sími 570 0570  
Facebook Samsýn



KRISTNIBODSSAMBANDIÐ  
www.sik.is • sik@sik.is  
Sími 533 4900 • Facebook kristnibod



Sími 553 1380 • haaleiti@bjorg.is  
Facebook efnaugin bjorg



Fótáæðgerðastofa  
Reykjavíkur

www.faetur.is  
Sími 553 6678



www.kiropraktorstofan.is • kirotj@simnet.is  
Sími 553 7516



Félag tanntækna og aðstoðarfólks tannlækna  
www.ftat@internet.is • Sími 571 0585



Ísbúðin Háaleitisbraut  
Sími 787 1072 • Facebook Ísbúðin Háaleiti



Opið: mán.-laug. 11:00-20:00, sun. 12:00-19:00  
Sími 588 0688



www.hnit.is • hnit@hnit.is  
Sími 570 0503 • Facebook Hnitverkfræðistofa



Sími 892 3899 • joomjankongkham@gmail.com

Verið velkomin!  
Næg bílastæði



HÁALEITISBRAUT 58-60