

FRÍSTUNDASTYRKUR

50.000 kr. styrkur árið 2022

75.000 kr. styrkur frá og með árinu 2023

Íþrótt og frístundastyrkurinn tryggir að öll börn á aldrinum 6 -18 ára í Reykjavík, geti tekið þátt í uppbyggilegu frístundastarfi.

Foreldrar/forráðamenn ráðstafa styrknum í samstarfi við börn sín til námskeiðs sem hægt er að borga með styrknum.

Frekari upplýsingar má finna á www.fristund.is og hjá Suðurmíðstöð í síma 411 1300 eða á breidholt@reykjavik.is

ÖLL BÖRN GETA TEKID ÞÁTT Á EINHVERN HÁTT

Rannsóknir sýna fram á að börn sem stunda íþróttir eða taka þátt í reglulegu frístundastarfi eru líklegri til að temja sér jákvæð viðhorf og lífsgildi og öðlast heilsteypari sjálfmynd sem dregur úr líkum á að þau ánetjist tóbaki, áfengi eða öðrum vímugjöfum.

MYNDBÖND Á YOUTUBE

Það eru myndbönd á Youtube undir

Þjónustumiðstöð Breiðholts.

Á ensku, tælensku, pólsku, arabísku, rúmensku, spænsku, albönsku og litháísku með upplýsingum um:

1. Mikilvægi þátttöku barna í íþróttum og frístundum.
2. Hvaða íþróttir og frístundir eru í boði fyrir börn í Breiðholti.
3. Hvernig skrái ég barnið mitt í íþróttir eða frístundir í Breiðholti.

FRÍSTUNDAMIÐSTÖÐ

Frístundamiðstöðin okkar í Breiðholti heitir Miðberg. Frístundamiðstöðin stendur fyrir fjölbreyttu og innihaldsríku starfi fyrir börn og ungmenni frá aldrinum 6 – 16 ára.

Á vegum Miðbergs eru rekin sex frístundaheimili og fjórar félagsmiðstöðvar.

MIÐBERG

www.midberg.is - midberg@rvkfri.is

Sími: 411 5750

FRÍSTUNDAHEIMILI 6 - 9 ÁRA

| | | |
|--------------------|----------------|-------------------------------|
| Bakkasel | 1. – 4. bekkur | Breiðholtsskóli |
| Álfheimar | 1. – 2. bekkur | Hólabrekkuskóli |
| Hraunheimar | 3. – 4. bekkur | Fellaskóli og Hólabrekkuskóli |
| Vinasel | 1. – 2. bekkur | Seljaskóli |
| Vinaheimar | 1. – 2. bekkur | Ölduselsskóli |
| Regnboginn | 3. – 4. bekkur | Seljaskóli og Ölduselsskóli |

Þar að auki er frístundaheimilið Vinafell rekið í Fellaskóla fyrir 1. - 2. bekk.

FÉLAGSMIÐSTÖÐVAR 10 - 16 ÁRA

Félagsmiðstöðvar eru reknar af Reykjavíkurborg og störf þeirra eru aðallega leidd af ungu fólki.

Félagsmiðstöðvar miða að því að skapa fjölbreytt, öruggt og skemmtilegt umhverfi sem öll geta eytt tíma sínum í eftir að skólatíma lýkur.

| | | |
|-----------------|----------------|--------------------|
| 111 | Efra-Breiðholt | 111@rvkfri.is |
| Hólmasel | Seljahverfi | holmasel@rvkfri.is |
| Bakkinn | Bakkahverfi | bakkinn@rvkfri.is |

Fyrir börn og unglinga með fötlun 10 - 16 ára.

| | | |
|------------------|---------------|---------------------|
| Hellirinn | Kleifarsel 18 | hellirinn@rvkfri.is |
|------------------|---------------|---------------------|

HEILSU
EFLANDI
BREIÐHOLT



Breiðholt
ÍÞRÓTTIR OG FRÍSTUNDIR



www.facebook.com/breidholtid



www.instagram.com/breidholt.is



Þjónustumiðstöð Breiðholts



ÍPRÓTTAFÉLÖG

Félögin bjóða upp á mismunandi úrval íþrótta og taka á móti byrjendum sem og reyndum íþróttaiðkendum.

ÍR

www.ir.is - ir@ir.is Sími: 587 7080

Íþróttir: Fótbolti, fimleikar, frjalsar íþróttir, handbolti, körfubolti, júdó, karate, keila, skíði og Taekwondo.

LEIKNIR

www.leiknir.com - leiknir@leiknir.com

Sími: 557 8050

Íþróttir: Fótbolti, blak, körfubolti, hjólreiðar og badminton

BANDÝ

atli.thor@gmail.com

sími:618 5745

SUNDFÉLAGIÐ ÆGIR

www.aegir.is - aegir@aegir.is

Sími: 820 3156

Sundþjálfun fyrir fjögurra ára og eldri.

Að fara í sund, til að synda eða bara til að sitja í heita pottinum, er stór partur af menningu Íslendinga. Grunnskólabörn læra á skólatíma en Ægir þjálfa þau börn sem vilja keppa í sundi og býður einnig upp á byrjendanámskeið.

HJÓLREIÐAR

HJÓLAKRAFTUR

www.hjolakraftur.com - valdi@hjolakraftur.com

Sími: 848 8822

Hjólreiðar fyrir 12 - 18 ára.

BORGARBÓKASAFN GERÐUBERG

borgarbokasafn.is/bokasofn/gerduberg

gerduberg@borgarbokasafn.is

Sími: 411 6170

Borgarbókasöfnin eru frábær auðlind upplýsinga, bókasafnið í Breiðholti er á annarri hæð Gerðubergs.

Í Okinu í bókasafninu er boðið upp á smiðjur, fyrirlestra, hópvinnu, skapandi vinnu og næði fyrir krakka til að vinna að eigin verkefnum.

Heimanámsaðstoð er í boði á vegum bókasafnsins og fjölskyldumiðstöðvarinnar í Gerðubergi.

DANS

DANSSKÓLI BRYNJU PÉTURS

www.brynjapeturs.is

dansbrynjupeturs@gmail.com

Sími: 821 4499

Metnaðarfullur dansskóli sem meðal annars leggur mikla áherslu á jákvæða sjálfsmynd.

Dansstílar: HipHop, Dancehall, Waacking, Break, House, Popping, Locking og Top Rock.

DANSGARÐURINN KLASSÍSKI LISTDANSSKÓLINN

www.dansgardurinn.is

info@ballet.is

Sími: 534 9030

Fagleg og fjölbreytt danskennsla og fræðsla um sviðslistir. Dansstílar: Klassískur ballet, nútíma listdans, samtímadans, spuni, tásakótækni og söguleg dansverk.

SKÁTAR

HAFERNIR

www.hafernir.org - hafernir@skatar.is

Sími: 839 3050

SEGULL

www.skatarnir.is/segull - segull@skatar.is

Sími: 567 0319

MYNDLIST

MYNDLISTASKÓLI REYKJAVÍKUR

www.mir.is - mir@mir.is

Sími: 551 1990

TÓNLIST

TÓNSKÓLI EDDU BORG

www.teb.is - teb@teb.is

Sími: 557 3452

Kennsla: Forskóli og kennsla á flest hljóðfæri, auk 10 vikna námskeiðs á rytmísk hljóðfæri: hljómborð, bassa, gítar og slagverk/trommur.

TÓNSKÓLI SIGURSVEINS

www.tonskolisigursveins.is

tonskolisigursveins@tonskolisigursveins.is

Sími: 568 6828

Kennsla: Ýmis hljóðfæri, Suzuki námskeið, tónfræði, samleikur, hljóðfærafræði, útsetning og tónsmíðar.

SKÓLAHLJÓMSVEIT ÁRBÆJAR OG BREIÐHOLTS

www.arbaer.skolahljomsveit.is

anna.sigurbjornsdottir@rvkskolar.is

Sími: 893 2213