FRÉTTABLAÐIÐ
27. TÖLUBLAÐ 20. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 1. FEBRÚAR 2020

Engin glansmynd

Fjórar leikkonur stíga á svið í Iðnó um næstu helgi og frumflytja verkið Mæður. Þær ræða móðurhlutverkið; vandamálin og sigrana; þakklætið, hræðsluna, svefnleysið og óttann við að geta aldrei aftur sett á sig maskara. → 22

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fer með átta hlutverk

Þorsteinn Bachmann snýr aftur í Samkomuhúsið. → 26

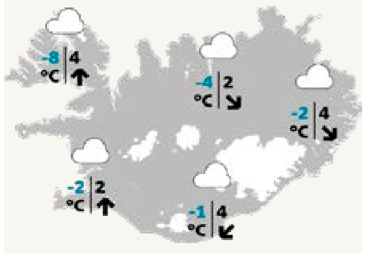
Feðgar í heimsreisu

Ferðasaga Sveppa og Sverris Friðþjófssonar. → 32

Starfaði með Al Gore

Jamie Nack ráðleggur íslenskum stjórnendum. → 28

Veður

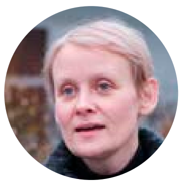


Hæg breytileg átt í dag, skýjað með köflum og yfirleitt þurrt, en dálítil él norðaustan til fyrri part dags. Frost 1 til 12 stig, kaldast í innsveitum norðaustanlands.
SJÁ SÍÐU 40

Mikil áhrif verkfalla á leikskólana

KJARAMÁL Foreldrar barna á leikskólum Reykjavíkurborgar fengu í gær sent bréf vegna fyrirhugaðra verkfalla félagsmanna stéttarfélagsins Eflingar. Í bréfinu kemur fram að komi til verkfalla muni það hafa veruleg áhrif á starfsemi leikskóla borgarinnar.

Fyrsti dagur verkfalls er fyrirhugaður þriðjudaginn 4. febrúar þegar allir félagsmenn Eflingar munu leggja niður vinnu frá klukkan 12.30 til klukkan 23.59. Fimm aðrar verkfallsaðgerðir eru fyrirhugaðar á tímabilinu frá 6. til 17. febrúar náist ekki samningar.



Sólveig Anna Jónsdóttir.

Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar, segist ekki bjartsýn á að samningar náist fyrir fyrirhugað verkfall á þriðjudag.

„Það er ekkert sem bendir til þess að það muni gerast. Við erum ekki að fara að funda um helgina en munum vissulega fara á fund á mánudaginn en þar sem enn er mjög langt á milli held ég að við getum öll verið viss um að verkföll hefjist á þriðjudaginn.“

Þeir starfsmenn leikskóla sem ekki eru félagsmenn í Eflingu starfa í leikskólunum meðan verkfallsaðgerðir standa yfir en í bréfi borgarinnar segir að ljóst sé að hópar úr öllum leikskólum muni ekki geta mætt í leikskóla þá daga sem verkföll standi yfir. Þá muni verkföll einnig hafa áhrif á opnunartíma einhverra leikskóla. – **bdj**

Ferðir og flug í Laugardalshöll

Um 650 þátttakendur frá 24 löndum beggja vegna Atlantshafs auk eitt hundrað íslenskra fyrirtækja í ferðaþjónustu eru á ferðakaupstefnunni Icelandair Mid-Atlantic sem hófst í gær í Laugardalshöll. Meðal viðstaddra við opnunina voru Sigurður Ingi Jóhannsson samgönguráðherra, Þórdís K. R. Gylfadóttir, ráðherra ferðamála, Dagur B. Eggertsson borgarstjóri og Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, formaður borgarráðs. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Greiðsla til 35 fyrir hljóðritun

TÓNLIST Rúmar tuttugu milljónir voru greiddar úr ríkissjóði á síðasta ári á grundvelli laga um tímabundnar endurgreiðslur vegna hljóðritunar á tónlist.

Fá má endurgreitt 25 prósent af endurgreiðsluhæfum kostnaði við hljóðritun hér á landi.

Samkvæmt lögunum er unnt að fá endurgreitt 25 prósent af endurgreiðsluhæfum kostnaði sem fellur til við hljóðritun hér á landi, hafi meira en 80 prósent af framleiðslukostnaði fallið til hérlendis.

Samþykktar voru 35 umsóknir í fyrra, þar af fimm erlendar. Heildarfjárhæð endurgreiðslna var 20.190.359 krónur, þar af 1.987.911 krónur til erlendra aðila.

Markmið endurgreiðslna úr ríkissjóði er að efla tónlistariðnað á Íslandi. – **aá**

Ver frístundum sínum í að hjálpa fólki í neyð

Andrea Þ. Björnsdóttir er vel kunn á Akranesi þar sem hún safnar peningum fyrir þá sem á hjálpinni þurfa að halda. Hún var valin Skagamaður ársins 2019 um síðustu helgi en nafnbótina hlaut hún fyrir óeigingjarnt starf sitt.

SAMFÉLAG „Þetta kom verulega á óvart og er mér mikill heiður,“ segir Andrea Þ. Björnsdóttir, Skagamaður ársins 2019. Nafnbótina hlaut hún á þorrablóti Akraness um síðustu helgi og segir hún titilinn hafa komið sér vel á óvart. „Ég varð bara hálf bjánaleg og meyr.“

Andrea hlaut titilinn fyrir óeigingjarnt starf sitt við að aðstoða þá sem glíma við alvarleg veikindi. „Ég nýti frítíma minn í að selja sælgæti og alls konar punterí hér í bænum og að mestu leyti hafa peningarnir runnið til fólks með börn sem eru að berjast við krabbamein og svo annarra einstaklinga sem vantar hjálp, en krabbinn er mjög stór þáttur,“ segir Andrea.

„Ég hef gert þetta í nokkur ár og ég get ekki lýst því en þetta gefur mér alveg rosalega gott í hjartað,“ segir Andrea.

Guðbjörg, yngsta dóttir Andreu, benti henni fyrir nokkrum árum á fjölskyldu sem hún þekkti til þar sem ung stúlka í fjölskyldunni var að berjast við veikindi. „Hún kom með þessa hugmynd og ég byrjaði á því að hjálpa þar, svo hefur þetta undið upp á sig og ég get ekki hætt. Það má því kannski segja að þetta sé Guðbjörgu að kenna eða þakka,“ segir Andrea og hlær.

Margir íbúar á Akranesi þekkja til Andreu og hafa orðið varir við hana við sölu á sælgætinu í verslunarkjarna bæjarins. Margir þeirra yngri kalla hana ömmu Andreu og tekur hún því vel

Andrea B. Björnsdóttir vill létta undir með öðru fólki. MYND/SANDRA BJÖRK

„Ég hef alltaf verið mikil barnakerling og ég hef eignast þau einhver skáömmubörnin sem ákváðu bara að ég væri amma þeirra,“ segir Andrea. „Mér þykir óskóp vænt um það og held að það sé bara heiður að litlir krakkar í bænum vilji kalla mig ömmu. Það er bara dásamlegt.“

> **Held það sé bara heiður að litlir krakkar í bænum vilji kalla mig ömmu.**
> Andrea Þ. Björnsdóttir, Skagamaður ársins

Andrea segist hvergi nærri hætt í því að safna fyrir þá sem á því þurfa að halda. „Ég þekki það vel að upp komi veikindi í fjölskyldum og svo ekki sé nú talað um höggið sem þeim fylgir, þá kostar þetta óhemju,“ segir hún. „Ég get ekki hjálpað til við sjúkdómana sjálfa en ef ég get gert þetta til að létta aðeins undir með fólki þá geri ég það.“

Andrea stefnir að því hefja söfnun að nýju í febrúar og þá safna fyrir tuttugu mánaða dreng sem glímir við langvinnan sjúkdóm.

„Ég ákvað að hvíla þetta aðeins í janúar og gera nú ekki alveg út af við Skagamenn. En ég mun líklegast aldrei hætta alveg í þessu, þetta gefur mér svo mikið,“ segir Andrea.
birnadrofn@frettabladid.is

NÁNAR Á UU.IS | INFO@UU.IS | SÍMA 585 4000

blómaval

FERMINGARSÝNING í Blómavali

1. - 2. FEBRÚAR 2020 Í SKÚTUVOGI

30% afsláttur
af ÖLLUM vörum í Blómavali
Gegn framvísun heimsenda fermingarpóstsins

RISA happdrætti
Samsung 65" sjónvarp
Xlaomi rafmagnshlaupahjól
Philips HUE smartlýsing
Remington sléttujárn
Remington rakvél.
Flash gjafabréf
Gallerí 17 gjafabréf
Selfie gjafabréf
Veislan gjafabréf
Múlakaffi gjafabréf
Kransakökunámskeið gjafabréf

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

ALLT FYRIR FERMINGUNA Á 30% AFSLÆTTI
PANTAÐU HJÁ OKKUR UM HELGINA

SÉRTILBOÐ Á SERVÍETTUM
Með áletrun

VEITINGAR:
Múlakaffi
Veislan
Kransakökunámskeið Blómavals

FATNAÐUR:
Gallerí 17
Flash

Múlakaffi og Veislan gefa smakk og sýna allt það nýjasta á veisluborðið

LJÓSMYNDIR OG SKEMMTUN FYRIR VEISLUNA
Rut ljómsyndari
Selfie.is
Rent a party

VEISLUSKREYTINGAR:
Blómaskreytar Blómavals sýna flottar skreytingar og réttu handtökin á staðnum.

DAGSKRÁ
UM HELGINA

- Danshópur frá Dansstúdíó World Class sýnir kl 14:00
- Allir fá ís alla helgina
- Öll fermingarbörn fá 2 fyrir 1 í Virtualmax VR í Smárlind.

Öll fermingabörn fá **2 fyrir 1** í Virtualmax VR á skemmtisvæði Smárabíó

Gefum öllum ís alla helgina

Danshópar frá Dansstúdíó World Class sýna dans kl. 14 á laugardaginn

10 STK.
-25%
Túlípanar
10 stk.
1.490kr
~~1.990kr~~

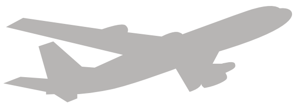
ORKIDEU SÝNING
Alla helgina
Margar gerðir
-30%
Orkidea
1.880kr
~~2.690kr~~
12 cm pottur.
11325000

SÉRTILBOÐ SERVÍETTUR
með áletrun
80 servíettur með áletrun
3.690kr
~~5.685kr~~
100 servíettur með áletrun
3.990kr
~~6.685kr~~

Margar tegundir, litir og útfærslur í boði

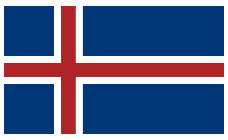
TÖLUR VIKUNNAR 19.01.2020 TIL 25.01.2020

95%
starfsmanna Eflingar samþykktu verkfallsboðun eða um 1.894 þeirra sem eru á kjörskrá.



72
þúsund störf skapast beint eða óbeint af flugsamgöngum hér á landi.

17,5
milljónir voru sóknargjöld zúista á árinu 2019. Samkvæmt Fjársýslu ríkisins var ekkert greitt til sóknarinnar.



5%
Íslendinga treysta ekki netverslun samkvæmt tölum frá Eurostat.

774
milljónir voru greiddar úr ríkissjóði til þeirra sem sýknaðir voru í Guðmundar- og Geirfinnsmálum.

Þrjú í fréttum
Bæjarstjóri, bankastjóri og bíóstjóri

Sigurjón Árnason
fyrrverandi bankastjóri Landsbankans

fær efnismeðferð á kæru sinni hjá Mannréttindadómstól Evrópu. Sigurjón var ásamt öðrum lykilstarfsmönnum bankans dæmdur árið 2016 til fangelsisrefsingar fyrir markaðsmisnotkun.

Hrönn Sveinsdóttir
framkvæmdastjóri Bíó Paradísar

staðfesti að öllu starfsfólki kvikmyndahússins verði sagt upp og að kvikmyndahúsið muni koma til með að verða lokað þann 1. maí næstkomandi. Helsta ástæða lokunarinnar sem gefin hefur verið upp er hækkun á húsaleigu.

Guðmundur Gunnarsson
bæjarstjóri Ísafjarðarbæjar þar til í síðustu viku

lét óvænt af störfum. Í tilkynningu sem gefin var út vegna starfslokanna var ólík sýn Guðmundar og meirihluta bæjarstjórnar sögð ástæðan að baki uppsögninni en bæjarfulltrúar sem Fréttablaðið ræddi við segja aðdragandann hafa verið mun lengri.

Kynjahlutfallið gæti jafnast

Flestir dómarar í Hæstarétti koma úr dómarastétt. Einn með langa dómarareynslu og einn úr fræðasamfélaginu. Tvær konur sitja nú í Hæstarétti og fimm karlar. Laus staða dómara verður auglýst á næstunni.

Gréta Baldursdóttir var eina konan í Hæstarétti áður en Ingveldur Einarsdóttir var skipuð. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

HÆSTIRÉTTUR Fimm af sjö dómurum við Hæstarétt voru dómarar á neðri dómstigum áður en þeir voru skipaðir í Hæstarétt. Aðeins einn dómara við réttinn, Karl Axelsson, átti langan feril úr lögmennsku áður en hann settist í Hæstarétt.

Eftir að Markús Sigurbjörnsson og Viðar Már Matthíasson létu af embætti síðastliðið haust er Þorgeir Örlygsson eini dómarinn við réttinn sem varði mestum hluta starfsferils síns í háskólasamfélaginu áður en hann settist í Hæstarétt. Þorgeir gegndi prófessorsstöðu við lagadeild Háskóla Íslands frá 1987 áður en hann var skipaður dómari við EFTA-dómstólinn 2003 og svo við Hæstarétt 2011. Auk Þorgeirs hefur Benedikt Bogason þó haft töluverða viðkomu í háskólanum meðfram dómarastörfum. Hann hefur verið stundakennari í kröfurétti og réttarfari við lagadeild HÍ frá 1993 og varð lektor 2003, dósent 2005 og loks prófessor við deildina 2016, fjórum árum eftir að hann settist í Hæstarétt.

Helgi I. Jónsson hefur tilkynnt dómsmálaráðherra að hann hyggist láta af embætti við Hæstarétt 1. maí næstkomandi. Þótt dómarar við Hæstarétt séu skipaðir ævilangt geta þeir fengið lausn frá embætti 65 ára án þess að missa neins í af launum sínum eins og segir í 61. gr. stjórnarskrárinnar. Þeim aldri nær Helgi 23. apríl næstkomandi.

Líklegt þykir að þeir, sem sóttu um stöðu dómara við Hæstarétt í fyrra og voru metnir hæfastir ásamt Ingveldi Einarsdóttur sem skipuð var, sæki aftur um þegar staða Helga verður auglýst. Það eru Landsréttardómararnir Davíð Þór Björgvinsson og Sigurður Magnús Tómasson. Þeir gegndu báðir prófessorsstöðu áður en þeir voru skipaðir dómarar við Landsrétt 2018, Sigurður Tómas við lagadeild Háskólans í Reykjavík og Davíð Þór við lagadeild Háskóla Íslands. Verði Davíð Þór skipaður þyrfti hann ekki að starfa nema nokkra mánuði við Hæstarétt áður en hann getur farið á full eftirlaun en hann verður 65 ára í apríl á næsta ári.

> **Verði kona skipuð nú í stað Helga I. Jónssonar verða kynjahlutföllin jafnari í réttinum en nokkru sinni fyrr en þá yrðu konurnar þrjár og karlar fjórir.**

Nafn Bjargar Thorarensen, prófessors í stjórnskipunarrétti við lagadeild Háskóla Íslands, hefur mikið verið nefnt manna í millum en eiginmaður hennar, Markús Sigurbjörnsson, lét af störfum við réttinn í fyrra eftir aldarfjórðung í Hæstarétti. Áður en Ingveldur Einarsdóttir var skipuð við réttinn nú um áramót gegndi aðeins ein kona dómarastöðu við Hæstarétt, Gréta Baldursdóttir. Verði kona skipuð nú í stað Helga verða kynjahlutföllin jafnari í réttinum en nokkru sinni fyrr en þá yrðu konurnar þrjár og karlar fjórir.

Ekki er útilokað að Páll Hreinsson muni sækjast eftir embætti við Hæstarétt að nýju en hann óskaði lausnar frá embætti 2017. Hann var skipaður dómari við EFTA-dómstólinn árið 2011 og tók sér þá leyfi frá Hæstarétti og óskaði lausnar við réttinn 2017 þegar skipun hans við EFTA-dómstólinn var endurnýjuð til sex ára.

Ekki þykir líklegt að Róbert Spanó, dómari við Mannréttindadómstól Evrópu, muni sækjast eftir stöðu hæstaréttardómara á næstunni en sterkur orðrómur er um að hann hyggist sækjast eftir embætti forseta Mannréttindadómstólsins í vor. **adalheidur@frettabladid.is**

ISBAND
UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16
Jeep

Núna bjóðum við úrval jeppavænna tilboðspakka með nýjum Hilux hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota á Íslandi.
Jeppaðu upp tilveruna með aukahlutapakka á sjaldséðum kjörum.
Sjá nánar á toyota.is

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

7 3+4 ÁBYRGÐ — 2 ÁRA ÞJÓNUSTA — SPORLAUS

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
480 8000

Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. Gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Geti látið borgarstjóra fá óundirbúnar fyrirspurnir

REYKJAVÍK „Fyrst og fremst viljum við með þessari tillögu auka upplýsingaflæði til borgarfulltrúa og almennings til að ýta undir lýðræðislega umræðu. En við viljum líka glæða áhuga almennings og fjölmiðla á borgarmálunum,“ segir Marta Guðjónsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

Marta lagði fram tillögu á fundi forsætisnefndar í gær um að teknar yrðu upp óundirbúnar fyrirspurnir til borgarstjóra á fundum borgarstjórnar. Var afgreiðslu tillögunnar frestað til næsta fundar.

„En auðvitað er þetta líka mikilvægur liður í að ýta undir og efla eftirlitshlutverk okkar kjörnu fulltrúa. Þetta myndi auðvelda almenningi að fylgjast með framvindu mála sem eru á vettvangi borgarstjórnar,“ segir Marta.

Samkvæmt tillögunni yrði um tilraunaverkefni til eins árs að ræða sem hæfist að loknu sumarleyfi borgarstjórnar. Nánari útfærsla yrði í höndum forseta borgarstjórnar, forsætisnefndar og skrifstofu borgarstjórnar.

Þetta myndi auðvelda almenningi að fylgjast með framvindu mála sem eru á vettvangi borgarstjórnar.

Marta Guðjónsdóttir borgarfulltrúi

„Mér finnst mikilvægt að vera með þennan dagskrárlið í tilraunaskyni í eitt ár og sjá hverju hann skilar. Ef það kemur í ljós að við erum að auka gagnsæi og upplýsingaflæði og auka áhuga almennings og fjölmiðla á fundunum, þá höfum við náð því markmiði sem tillagan gengur út á.“ **– sar**

Álagning fasteignagjalda 2020

Upphafsálagningu fasteignagjalda í Bláskógabyggð er nú lokið fyrir árið 2020.

Sveitarfélagið Bláskógabyggð hefur lokið upphafsálagninu vegna ársins 2020. Álagningaseðlar eru ekki sendir út en hægt er að nálgast þá á heimasíðunni **www.island.is** en þar eru þeir aðgengilegir á „Mínar síður“ undir kassa merktur Pósthólf. Innskráning er með rafrænum skilríkjum eða íslykli.

Greiðsluseðlar eru ekki sendir út nema þess sé sérstaklega óskað en kröfur vegna fasteignagjalda koma inn á heimabanka viðkomandi gjaldanda og birtast þar.

Allar nánari upplýsingar um álagningareglur Bláskógabyggðar má finna inni á heimasíðu Bláskógabyggðar, www.blaskogabyggd.is. Eldri borgurum og öryrkjum með lögheimili í Bláskógabyggð er sérstaklega bent á að skoða sinn rétt varðandi afslátt af fasteignagjöldum og bent á að kynna sér samþykkt um tekjuviðmið, sem er um afsláttarreglur.

Þeim sem óska frekari upplýsinga um álagninguna er bent á að hafa samband við **Sigríði Emilíu Eiríksdóttur**, skrifstofu Bláskógabyggðar í síma: 480-3000 (mánudaga – fimmtudaga frá kl. 9.00 -12.00 og 13.00 – 15.00, en föstudaga 9.00 – 12.00) eða í netfang: **emma@blaskogabyggd.is** .

Bláskógabyggð.

Tvö hundruð breskir ríkisborgarar voru fluttir frá Wuhan í Kína til Bretlands í gær. Fólkið var sett í fjórtán daga einangrun á Arrowe Park sjúkrahúsinu í Wirral þar sem því verður veitt læknisþjónusta. NORDICPHOTOS/GETTY

Undirbúa Landspítala fyrir hugsanlegt smit

Undirbúningur ef hafinn á Landspítalanum til að geta tekið á móti einstaklingum sem smitast af kórónaveirunni. Koma á upp sérstakri gámaeiningu til að taka á móti fólki með grun um smit. Uppsetning mun taka um tvær vikur.

HEILBRIGÐISMÁL Tæplega tíu þúsund tilfelli af kórónaveirunni höfðu í gær verið staðfest víða um heim. Er fjöldi smitaðra þar með orðinn meiri en þegar HABL-veirufaraldurinn geisaði í byrjun aldarinnar.

Enn sem komið er hefur enginn látist utan Kína en fjöldi látinna var kominn yfir tvö hundruð í gær. Bretland og Svíþjóð hafa nú bæst í hóp þeirra landa sem veiran hefur greinst í.

Upplýsingafundur var haldinn í þjóðaröryggisráði í gær vegna yfirlýsingar Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar sem lýst hefur yfir neyðarástandi á heimsvísu. Þar var farið yfir stöðu mála og viðbúnað.

Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra ræddi málið einnig á ríkisstjórnarfundi í gær. Þar lagði hún fram tvö minnisblöð vegna kórónaveirunnar, annars vegar frá Landlækni og hins vegar frá Landspítala.

Í minnisblaði Landlæknis, sem dagsett er síðastliðinn mánudag, er farið yfir stöðuna og opinber viðbrögð við henni. Þar segir meðal annars að lengi hafi verið ljóst að aðstöðu vanti á Landspítala til að taka sjúklinga með smitandi sjúkdóma beint inn í einangrun á bráðamóttöku. Vísað er í nýlegar tillögur um að leysa úr þessu með léttri viðbyggingu eða jafnvel gámi.

„Landlæknir leggur til að þegar verði hafin vinna við slíka viðbyggingu og að framkvæmdum verði hraðað sem allra mest,“ segir í minnisblaðinu.

Minnisblað Landspítala er dagsett síðastliðinn fimmtudag. „Coronaveirufaraldur í Kína og víðar er raunveruleg ógn og nauðsynlegt að undirbúa Landspítala fyrir móttöku veikra einstaklinga,“ segir í minnisblaði spítalans.

Þar er einnig vísað í fyrrnefnda tillögu um tímabundna aðstöðu fyrir móttöku á sjúklingum með grun um hættulegt smit. Uppsetning sérstakrar gámaeiningar myndi taka um tvær vikur og kosta um sex milljónir króna.

Þá er í minnisblaðinu tillaga um sérstaka farsóttareiningu á smitsjúkdómadeild þar sem meðal annars yrði afmengunaraðstaða fyrir þá starfsmenn sem myndu sinna hinum smituðu.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er undirbúningur þessara framkvæmda þegar hafinn.

Í minnisblaðinu er einnig gerð grein fyrir frumtillögu að viðbyggingu fyrir tvær einangrunarstofur á bráðamóttökunni í Fossvogi en aðkoma í þær yrði utan frá. Tillagan er til meðferðar hjá byggingaryfirvöldum en talið er að hægt yrði að ljúka verkinu á fjórum mánuðum.

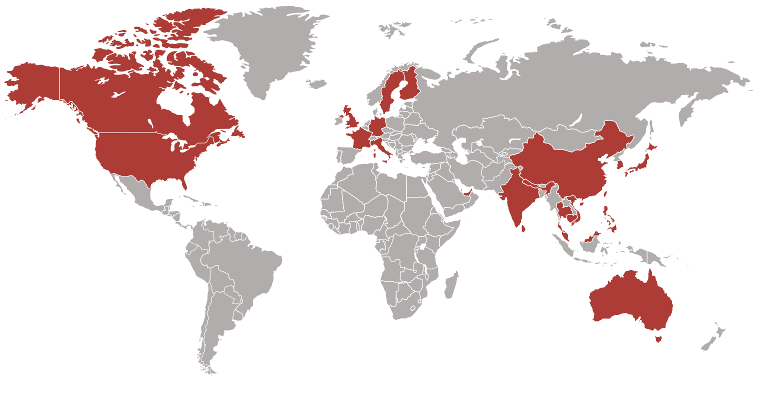
Kostnaður við viðbygginguna myndi nema um 70 milljónum króna en heildarkostnaður á næstu mánuðum vegna viðbúnaðar gæti orðið um 107 milljónir króna.

sighvatur@frettabladid.is

Kórónaveirufaraldur í Kína og víðar er raunveruleg ógn og nauðsynlegt að undirbúa Landspítala fyrir móttöku veikra einstaklinga.

Úr minnisblaði Landspítalans til heilbrigðisráðherra

Fjöldi skráðra smita og dauðsfalla af kórónaveirunni



Land	Tilvik	Dauði
Kína	9.723	213
Bandaríkin	6	0
Kanada	3	0
Indland	1	0
Japan	14	0
Suður-Kórea	7	0
Taívan	9	0
Taíland	14	0
Singapore	13	0
Víetnam	5	0
Nepal	1	0
Malasía	8	0
Filippseyjar	1	0
Srí Lanka	1	0
Kambódía	1	0
SAF	4	0
Frakkland	6	0
Þýskaland	5	0
Finnland	1	0
Ítalía	2	0
Bretland	2	0
Ástralía	9	0
Svíþjóð	1	0
Samtals	**9.836**	**213**

Fagnaðu komu vetrar **með Touareg**

Tilboðsverð Offroad+
9.850.000 kr.
Verðlistaverð 11.030.000 kr.

Fjórhjóladrifinn og tilbúinn í hörkuna.

Þægindin eru meiri en þú hefur áður kynnst og akstурseiginleikarnir engu líkir. Fjölmörg aðstoðarkerfi eru staðalbúnaður og í mælaborðinu finnur þú aðgerðaskjá með raddstýringu. Ný og framúrskarandi tækni í Touareg gera aksturinn enn betri, þægilegri og öruggari. Komdu og skoðaðu Touareg Offroad í návígi.

Veldu þinn uppáhalds Touareg á www.hekla.is/volkswagensalur

Búnaður í Offroad

- Hlífðarpanna undir vél og gírkassa
- Loftpúðafjöðrun með akstursstillingakerfi
- Snertiskjár með íslensku leiðsögukerfi
- LED aðalljós, dagljós og afturljós
- Leðurklætt aðgerðarstýri með hita
- Lyklalaust aðgengi og ræsing
- Rafdrifin og snertilaus opnun/lokun á skotthlera
- Fjarlægðatengdur hraðastillir með „Stop and-Go"
- Bakkmyndavél með bílastæðaaðstoð „Park Assist"
- Rafdrifin ergoComfort sæti með „Vienna" leðuráklæði
- Rafdrifinn mjóbaksstuðningur og minni í bílstjórasæti
- Árekstrarvörn, akreinavari og vöktun umferðaskilta
- Dráttabeisli með rafdrifinni innfellingu og bakkaðstoð „Trailer Assist"
- 18" Cascade álfelgur

Tækni

- Vél 3.0 TDI V6
- 230 hestöfl 500 Nm
- Sjálfskipting 8 gíra
- 4Motion fjórhjóladrif
- Dráttargeta 3.500 kg

FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU 5

www.volkswagen.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · Bílakjarninn Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

Áhrif veru Íslands á gráa listanum á starfsemi fjármálafyrirtækja hér virðast vera lítil

VIÐSKIPTI Svo virðist sem ákvörðun FATF, alþjóðlegs starfshóps ríkja um aðgerðir gegn peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka, um að setja Ísland á svonefndan gráan lista í síðastliðnum október, hafi enn sem komið er ekki haft teljandi áhrif á starfsemi eftirlitsskyldra aðila hérlendis. Þetta kemur fram á vef Seðlabankans.

Fjármálaeftirlitið óskaði eftir upplýsingum frá sextán eftirlitsskyldum aðilum í lok desember. Um var að ræða fjóra viðskiptabanka, þrjár greiðsluþjónustur, fjögur vátryggingafélög, þrjá lífeyrissjóði, Kauphöll og verðbréfamiðstöð Nasdaq. Óskað var upplýsinga um hvaða áhrif vera Íslands á listanum hefði haft á starfsemi þeirra, hvort viðskiptum við þessa aðila eða viðskiptavini þeirra hefði verið sagt upp, eða þeim seinkað.

Niðurstaðan varð sú að enn sem komið er virðist ákvörðun FATF ekki hafa haft áhrif nema í tilviki viðskiptabanka. Viðskiptum við þá eða viðskiptamenn þeirra hefur ekki verið slitið en tilvik komið upp þar sem greiðslur hafa tafist. Jafnframt eru dæmi þess að erlendir bankar hafi hafnað milligöngu um greiðslur til og frá landinu.

Fjármálaeftirlitið hyggst óska eftir sambærilegum upplýsingum á ný á fyrri hluta þessa árs. **– jþ**

Dæmi eru um að greiðslur hafi tafist vegna aðgerða FATF. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Íslendingar fagna á góðri stund á Arnarhóli. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Landsmönnum fjölgaði í fyrra

SAMFÉLAG Við lok síðasta árs bjuggu 364.260 manns á Íslandi, tæplega 187 þúsund karlar og rúmlega 177 þúsund konur. Þetta kemur fram í tölum Hagstofu.

Þá kemur fram að landsmenn hafi í upphafi síðasta árs verið tæplega 357 þúsund. Þannig fjölgaði íbúum þessa lands um tæplega 7.300 á síðasta ári. Á síðasta fjórðungi ársins fjölgaði þeim hins vegar um 1.400.

» Í lok fjórða ársfjórðungs bjuggu 49.500 erlendir ríkisborgarar á Íslandi, eða 13,6 prósent af heildarmannfjölda.

Síðustu þrjá mánuðina fæddust 1.120 börn en 610 einstaklingar létust. Fram kemur að á tímabilinu hafi 900 manns flust til landsins umfram þá sem fluttu brott.

Danmörk var helsti áfangastaður brottfluttra íslenskra ríkisborgara en þangað fluttust 100 manns á fjórða ársfjórðungi. Til Danmerkur, Noregs og Svíþjóðar fluttust 250 íslenskir ríkisborgarar af 460 alls. Af þeim 1.200 erlendu ríkisborgurum sem fluttust frá landinu fóru flestir til Póllands, 420 manns.

Í lok fjórða ársfjórðungs bjuggu 49.500 erlendir ríkisborgarar á Íslandi, eða 13,6 prósent af heildarmannfjölda. **– jþ**

Áhyggjur af tungumálanámi

Nemendum sem stunda nám í erlendum tungumálum í framhaldsskólum fer fækkandi. Prófessor í dönsku hefur áhyggjur af minnkandi dönskukunnáttu. Rektor MR vill snúa þessari þróun við.

MENNTAMÁL Hlutfall nemenda í framhaldsskólum sem lærðu að minnsta kosti eitt erlent tungumál skólaárið 2018-2019 var 68,6 prósent en var 71,7 prósent árið áður. Þetta kemur fram í nýjum tölum frá Hagstofu Íslands.

Á árunum 2003 til 2015 var hlutfall nemenda sem lærðu erlend tungumál á bilinu 72 til 74 prósent en hefur farið minnkandi á allra síðustu árum. Hagstofan bendir á að stytting framhaldsskólans sem hófst 2015 skýri að einhverju leyti þessa þróun þar sem áföngum í tungumálanámi til stúdentsprófs hefur fækkað.

Auður Hauksdóttir, prófessor í dönsku við Háskóla Íslands og fyrrverandi forstöðumaður Stofnunar Vigdísar Finnbogadóttur í erlendum tungumálum, segir þá staðreynd að þeim fækki sem leggi stund á erlend tungumál verulegt áhyggjuefni.

„Þetta dregur úr tækifærum Íslendinga til að gera sig gildandi á alþjóðavettvangi, stunda nám, sækja atvinnu og láta rödd sína heyrast. Ég er ekki í vafa um að það var mikill veigur í því fyrir okkur á síðustu öld hve margir Íslendingar bjuggu yfir góðri og almennri tungumálakunnáttu,“ segir Auður.

Ef litið er til einstakra tungumála hefur hlutfall þeirra sem læra ensku haldist nokkuð svipað undanfarin ár. Skólaárið 2018-2019 stunduðu 58 prósent framhaldsskólanema nám í ensku en hlutfallið var í kringum 60 til 63 prósent síðustu fimmtán árin þar á undan.

Hlutfall þeirra sem læra dönsku hefur hins vegar minnkað töluvert. Skólaárið 2018-2019 var það komið niður í 24,4 prósent en var tæp 25 prósent árið áður. Þetta hlutfall var á bilinu 34 til 38 prósent á árunum 2002-2010 og hefur farið minnkandi síðan.

Hlutfall þeirra framhaldsskólanema sem læra dönsku hefur minnkað umtalsvert. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

„Það er full ástæða til að hafa miklar áhyggjur af minnkandi dönskukunnáttu vegna þess hve margir leita til Norðurlandanna í nám og vinnu. Það er gríðarlega mikilvægt fyrir okkur að tapa ekki þessum beinu tengslum við þessi norrænu málsamfélög. Það er alveg ótrúlegt hvað kunnátta í Norðurlandamálum nýtist fólki vel og opnar mörg tækifæri,“ segir Auður.

Þá bendir Auður á að hingað til hafi íslenskt stúdentspróf dugað til inngöngu í danska háskóla. Það sé spurning hvort það breytist verði dönskukunnátta minni.

„Íslendingar hafa aldrei þurft að keppa við útlendinga um að komast inn í skólana vegna málakunnáttu. Þetta gæti þannig reynst afdrifaríkt.“

Þetta dregur úr tækifærum Íslendinga til að gera sig gildandi á alþjóðavettvangi, stunda nám, sækja vinnu og láta rödd sína heyrast.

Auður Hauksdóttir

Elísabet Siemens, rektor Menntaskólans í Reykjavík, segir að skólinn hafi undanfarin ár séð fækkun í skráningu nemenda í máladeild eins og aðrar menntastofnanir.

„Tungumálanám við MR er órjúfanlegur hluti af sögu og framtíðarsýn skólans og því er þetta þróun sem við ætlum að snúa við, enda eru útskrifaðir nemendur okkar af máladeild ánægðir með námið og það þykir góður grunnur,“ segir Elísabet.

Það sjáist vel á því hversu mikil fjölbreytni sé í starfsvettvangi nemenda sem útskrifast af máladeild. Breyta þurfi því hugarfari að líta á nám til stúdentsprófs sem einhvers konar vegabréf í ákveðin störf.

„Það er hins vegar langtímaverkefni og við ætlum að hefja þá vegferð núna. Tungumálakunnátta er ein mikilvægasta kunnátta í alþjóðasamfélagi 21. aldar og skapar raunverulegt samkeppnisforskot þegar út í atvinnulífið er komið.“

sighvatur@frettabladid.is

Kerecis fær aukinn styrk til þróunar á sáraroði

VÍSINDI Bandaríska varnarmálaráðuneytið tilkynnti í gær um styrkveitingu upp á eina milljón dollara, eða um 120 milljónir króna, til Kerecis vegna áframhaldandi prófana og þróunar á sáraroði sem notað er til að meðhöndla bruna- og sprengjusár.

Eru styrkveitingar vegna framtíðarverkefna fyrirtækisins komnar vel yfir hálfan milljarð króna. Auk varnarmálaráðuneytisins koma styrkirnir meðal annars frá Evrópusambandinu og Tækniþróunarsjóði.

Sáraroðið, sem unnið er úr roði af villtum þorski, hefur þegar fengið samþykki bandaríska lyfjaeftirlitsins. Verður nýi styrkurinn nýttur til rannsókna svo tryggja megi að varan henti til notkunar á hamfarasvæðum.

„Brunasáraroðið getur haft mikilvægt notagildi við meðhöndlun á hópbrunaslysum til dæmis eftir jarðelda eins og urðu á Nýja-Sjálandi þegar 30 manns brunnu alvarlega og líkhúð var ekki tiltæk til að meðhöndla alla sjúklingana,“ segir Hilmar Kjartansson, bráðalæknir og yfirmaður klínískrar þróunar hjá Kerecis.

» Verður nýi styrkurinn nýttur til rannsókna svo tryggja megi að varan henti til notkunar á hamfarasvæðum.

Hann segir að aukin notkun á heimagerðum sprengjum í vopnuðum átökum hafi leitt til fjölgunar á erfiðum brunasárum og hærri dánartíðni. „Til að bjarga mannslífum og auka lífsgæði eftir slíka áverka er mikilvægt að fram komi bætt meðhöndlunarúrræði og teljum við að tækni okkar leggi þar mikilvæg lóð á vogarskálarnar.“ **– sar**

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

NISSAN
Innovation that excites

NÝR NISSAN JUKE

FRUMSÝNING Í DAG FRÁ 12–16

ENNEMM / SÍA / NM97412

SKARTAR ÖLLU ÞVÍ NÝJASTA

Ný kynslóð af Nissan JUKE fangar athyglina frá öllum hliðum. Nýstárlegt og framsækið útlitið sækir fyrirmynd sína í kraftmikla hönnun upprunalega Juke-bílsins. Nýr Nissan JUKE er einn tæknilegasti bíll sem Nissan hefur kynnt, öll ljós á ytra byrði eru LED og á aðalljósum er að auki sjálfvirk birtustýring á háum og lágum geisla. neyðarhemlun og tengingar við Apple CarPlay og Android Auto eru staðalbúnaður og nýtt ProPilot akstursöryggiskerfi fylgist með akstri ökumanns og stýrir ef þörf krefur, dregur úr eða eykur hraðann þegar á þarf að halda.

TÆKNILEGASTI JUKE HINGAÐ TIL

INTELLIGENT NEYÐARHEMLUN

PROPILOT AKSTURS-ÖRYGGISKERFI

INTELLIGENT 360° MYNDAVÉL

NISSAN JUKE ACENTA, bensín, sjálfskiptur
Verð frá: 3.790.000 kr.

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

B|L

Jarðskjálftar og eldvirkni á Reykjaneskaga frá 1151

1151 „Eldur uppi í Trölladyngjum, húsrið og manndauði“.

1211 „Eldur kom upp úr sjó fyrir utan Reykjanes. Sörli Kolsson fann Eldeyjar hina nýju, en hinar horfnar er alla æfi höfðu staðið. Þá varð landskjálfti mikill hinn næsta dag fyrir Seljumannamessu og létu margir menn líf sitt. ... og féllu ofan alhýsi á fjölda bæjum og gjörðu hina stærstu skaða.“

1240 „Landskjálftar miklir fyrir sunnan land. Sól rauð. Eldur fyrir Reykjanesi.“

1724 Jarðskjálfti í ágústmánuði. Hrapaði bærinn í Herdísarvík og maður fórst við sölvatekju undir Krísuvíkurbjargi.

1754 Jarðskjálfti í Krísuvík, og kom þar upp hver, 6 faðma víður og 3 faðma djúpur.

1785-1886 Jarðskjálftar fundust mörgum sinnum í Reykjavík og nágrenni.

1879 „Allharðir landskjálftakippir á Reykjanesskaga um lok maímánaðar, harðastir voru þeir í nánd við Krísuvík, sterk baðstofa á Vigdísarvöllum féll og í Nýjabæ við Krísuvík flýði fólk úr húsum. Um sama leyti hófst eldgos á mararbotni fyrir utan Reykjanes nærri Geirfuglaskeri.“

1887 Jarðskjálftahrina gekk yfir Reykjanes og fundust margir kippir um Suðvesturland. Valahnúkur, sem Reykjanesviti stóð á, klofnaði og féllu úr honum stykki. Leirhverinn Gunna breyttist töluvert.

1889 Sterkur skjálfti olli minni háttar tjóni í Reykjavík og nærliggjandi byggðum. Nokkur hús hrundu á Vigdísarvöllum og í Krísuvík.

1899 Skjálftahrina gekk yfir Reykjanes og varð tjón á vitanum. Við Gunnuhver opnaðist sprunga og breytingar urðu á hvernum.

1900-1910 Vægir skjálftar fundust við Reykjanesvita. Tjón varð 1905 á Vigdísarvöllum, Litla Nýjabæ og Ísólfsskála.

1919 Reykjanesviti skemmdist í skjálfta. Nýr hver myndaðist á Reykjanesi.

1920 Skjálfti sem mældist 5,2 þann 14. maí átti líklega upptök í Krísuvík.

1924 Sterkur jarðskjálfti varð 4. september í Krísuvík, fannst víða. Nýr hver, Austurengjahver, myndaðist, sprungur opnuðust og grjót hrundi úr fjöllum. Stærðin mældist 5,1.

1924 Í desember varð áköf hrina á Reykjanesi. Olli minni háttar tjóni á vitanum. Stærsti skjálftinn metinn 4,7 stig.

1925-1928 Tíðir jarðskjálftar á Reykjanesi. Vitinn skemmdist 25. október 1926. Sprungur mynduðust í jörð og hverir breyttust.

1929 Hinn 23. júlí varð stærsti skjálfti sem vitað er að hafi orðið á Reykjanesskaga. Upptök hans voru nálægt Brennisteinsfjöllum, líklega á hinu svokallaða Hvalhnúksmisgengi. Stærðin var 6,3 og skjálftinn fannst víða um land og olli umtalsverðu tjóni í Reykjavík og nágrenni.

1933 Skjálfti 10. júní fannst víða á Suðvesturlandi. Upptökin voru líklega suður af Keili og vestan Núpshlíðarháls. Mikið rót á yfirborði. Mælingar erlendis gáfu stærð skjálftans tæp 6 stig.

1935 Skjálfti 9. október átti upptök á Hellisheiði. Minni háttar tjón varð, en grjót hrundi úr fjöllum og vörður á Hellisheiði féllu. Mælingar gefa stærð um 6 stig.

1952 Skjálfti að stærð 5,2 átti upptök nærri Kleifarvatni. Hann fannst víða en olli engu tjóni.

1955 Skjálfti að stærð 5,5, sem varð 1. apríl, átti upptök austarlega á Hellisheiði. Hann olli litlu tjóni.

1967 Kröftug skjálftahrina átti upptök á Reykjanesi 28.-30. september. Miklar breytingar á jarðhitasvæðinu þar og sprungur mynduðust. Stærsti skjálftinn var 4,9 að stærð.

1968 Jarðskjálfti af stærðinni 6,0 varð 5. desember með upptök í Brennisteinsfjöllum, líklega á Hvalhnúksmisgenginu, líkt og skjálftinn 1929. Olli minni háttar tjóni í Reykjavík.

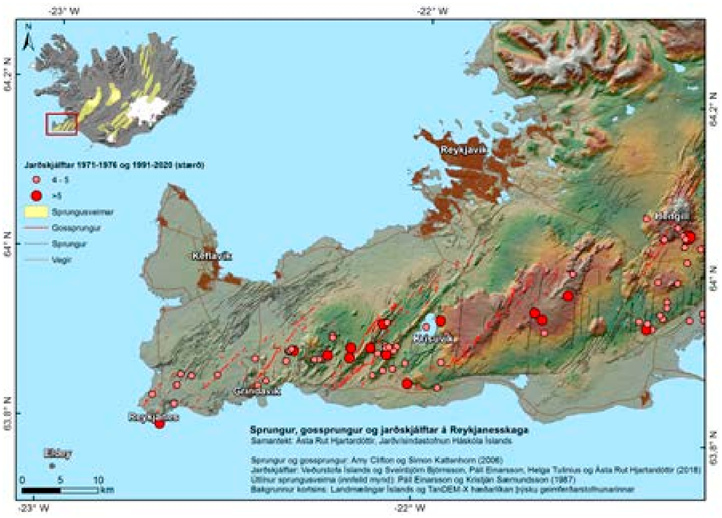
1973 Skjálftahrina gekk yfir Reykjanesskaga 15.-17. september. Fimm skjálftar voru stærri en 4, þar af þrír stærri en 5, sá stærsti 5,6.

2000 Jarðskjálftinn 17. júní á Suðurlandi hleypti af stað röð skjálfta á flekaskilunum sem liggja um Reykjanesskagann, allt vestur að Núpshlíðarhálsi. Þrír skjálftanna voru stærri en 5. Sá stærsti (5,9) átti upptök undir Kleifarvatni. Vatnsborð Kleifarvatns féll um 4 metra á næstu vikum.

2003 Jarðskjálfti að stærð 5,0 varð 23. ágúst og átti upptök nálægt Krísuvík. Honum fylgdu margir smærri eftirskjálftar sem röðuðu sér á N-S línu.

2013 Skjálfti að stærð 5,2 með upptök skammt austan Reykjaness varð 13. október. Ekkert tjón varð en sprungur sem hreyfðust á svæði austan jarðhitasvæðisins gáfu til kynna færslur á vensluðum sniðgengjum með stefnur í norður og aust-norð-austur.

Heimild: *Samantekt Páls Einarssonar, prófessors emeritus við jarðvísindadeild Háskóla Íslands*



Jarðskjálftavirkni á Reykjanesskaga

Í kjölfar atburða síðustu daga á Reykjanesskaga hefur Páll Einarsson, prófessor emeritus við jarðvísindadeild HÍ, tekið saman yfirlit yfir jarðskjálftavirkni á Reykjanesskaga og byggir á nýlegri grein Sveinbjörns Björnssonar og fleiri.

JARÐHRÆRINGAR Svo virðist sem nú hafi heldur dregið úr jarðskjálftavirkni nærri Grindavík og landrisi við fjallið Þorbjörn. Fróðlegt er að skoða skjálftavirkni á Reykjanesi aldir aftur í tímann.

Páll Einarsson, prófessor emeritus við jarðvísindadeild Háskóla Íslands, hefur einmitt tekið saman yfirlit um þessi skjálftavirkni og er stiklað á því hér með góðfúslegu leyfi Jarðvísindastofnunar. Upplýsingarnar ná yfir tímabilið 1151 til 2013.

Að því er segir á vef Jarðvísindastofnunar kveður Páll gögn fyrir tímabilið fyrir árið 1900 byggja á samantekt Þorvaldar Thoroddsen. Skýrsla Kjartans Ottóssonar sé helsta heimildin fyrir tímabilið 1900-1930 og skýrslur Eysteins Tryggvasonar fyrir áratugina 1930-1960. „Frá 1960 er stuðst við lista frá International Seismological Centre, Veðurstofu Íslands og Sveinbirni Björnssyni og fleiri. Eftir að mælitæki koma til sögunnar eru skjálftar á listanum einungis tilgreindir ef stærðin er 5 eða meira, eða ef þeir ollu tjóni, tengdust sprunguhreyfingum eða breytingum á hveravirkni.“

gar@frettabladid.is

JEPPADAGAR
GOTT ÚRVAL FJÓRHJÓLADRIFINNA BÍLA Á FRÁBÆRU VERÐI

NOTAÐIR BÍLAR ASKJA
Kletthálsi 2
Bílakjarnanum Eirhöfða 11
110 Reykjavík
Sími 590 2160

Opnunartímar:
Virka daga 10–18
Föstudaga 10–17
Laugardaga 12–16

Skoðaðu úrvalið á notadir.is

MERCEDES-BENZ CLA 220D
Árgerð 2018, ekinn 19 þús. km, dísil, 2.143 cc, 177 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Klettháls
Raðnúmer: 341356
6.190.000 kr.
Verð áður 6.790.000 kr.

KIA SORENTO EX
Árgerð 2017, ekinn 58 þús. km, dísil, 2.199 cc, 200 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Klettháls
Raðnúmer: 994267
5.190.000 kr.
Verð áður 5.590.000 kr.

MERCEDES-BENZ GLC 220D
Árgerð 2019, ekinn 5 þús. km, dísil, 2.143 cc, 170 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Bílakjarninn Eirhöfða
Raðnúmer: 994357
8.990.000 kr.
Verð áður 9.690.000 kr.

MERCEDES-BENZ GLS 350D
Árgerð 2018, ekinn 32 þús. km, dísil, 2.987 cc, 259 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Klettháls
Raðnúmer: 994417
14.290.000 kr.

KIA SPORTAGE GT-LINE
Árgerð 2016, ekinn 83 þús. km, bensín, 1.591 cc, 177 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Bílakjarninn Eirhöfða
Raðnúmer: 994468
3.890.000 kr.
Verð áður 4.290.000 kr.

LAND ROVER DISCOVERY
Árgerð 2018, ekinn 80 þús. km, dísil, 1.999 cc, 150 hö, sjálfskiptur.
Staðsetning: Klettháls
Raðnúmer: 994526
4.990.000 kr.
Verð áður 5.390.000 kr.

Birt með fyrirvara á verðbreytingum, innsláttarvillum og myndarugli

Fermingarsýning Garðheima

1. og 2. febrúar

30% AFSLÁTTUR

GEGN FRAMVÍSUN FERMINGARBRÉFSINS DAGANA 1. OG 2. FEBRÚAR
20% AFSLÁTTUR AÐRA DAGA FRAM AÐ FERMINGU.

LAUGARDAG OG SUNNUDAG MILLI 13 OG 17

» **Veisluskreytingar** að hætti blómaskreyta og stílista Garðheima
» Pantanir á **áletrunum** fyrir servíettur, kerti, sálmabækur o.fl.
» Tískusýning á glæsilegum fermingarfatnaði frá **Cosmo** kl 14:00
» **Rent a party** kynnir ýmislegt skemmtilegt fyrir veisluna
» **Rakel Ósk ljósmyndari kynnir fermingarmyndatökur**
» **Dóttir** sýnir fallega skartgripi fyrir fermingarbarnið
» Glæsilegar fermingartertur frá **Sætum Syndum**
» **Matar Kompaný** kynnir spennandi veitingar fyrir veisluna
» **Nítró** sýnir flottar vespur og motorcross hjól
» **Samskipti** kynnir fermingarboðskort
» **Lukkupottur** fyrir fermingarbarnið með glæsilegum vinningum

FORELDRAGLAÐNINGUR!

Skilið inn afrifu af fermingarbréfinu í lukkupott foreldra og eigið möguleika á að vinna foreldra-dekur:

» Gisting fyrir tvo á Center Hotels með morgunverði
» Gjafabréf frá Cosmo
» Úttekt í Garðheimum að upphæð 25.000

Nú er hægt að panta fermingarvörur í vefverslun okkar: gardheimar.is

center hotels
RENT A PARTY
Rós www.rakelosk.com
SAMSKIPTI prentlausnir fyrir skapandi fólk
COSMO Kringlunni
Sætar Syndir
dóttir
NITRO
MatarKompaní

GARÐHEIMAR
Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

Áhrif útgöngu Breta á ESB

Eftir 47 ára aðild gengu Bretar úr Evrópusambandinu í gær. Ljóst er að brotthvarf Breta mun hafa talsverð áhrif á sambandið.

BRETLAND Bretar yfirgáfu Evrópusambandið í gær eftir 47 ára aðild. Það er 1.317 dögum eftir að þeir greiddu atkvæði um ESB-aðildina.

Fátt mun þó breytast á því aðlögunartímabili sem er til loka árs 2020. Á þeim tíma munu Bretar og Evrópusambandið væntanlega reyna að gera fríverslunarsamning um tollfrjálsan og kvótalausan aðgang vöru og markaðsaðgang þjónustu. Þær viðræður ættu að geta hafist nú í mars. Í júní er síðan fyrirhugaður leiðtogafundur ESB og Bretlands. Allt fram til júlí geta Bretar óskað eftir meiri framlengingu á aðlögunartímabili sem er í dag til ársloka 2020 en getur orðið allt til ársloka 2022.

Margt hefur verið skrifað, spáð og rætt um áhrif Brexit á Bretland. En hver verða áhrifin á ESB?

Við brotthvarf Breta mun sambandið missa 13 prósent af íbúafjölda sínum. Bretar eiga líka um 15 prósent af sameiginlegri landsframleiðslu ESB-ríkjanna. Með útgöngu Breta úr sambandinu munu fjárlög ESB einnig dragast saman um 12 prósent.

david@frettabladid.is

Brexit: Bretland og Evrópusambandið

1.317
dögum frá atkvæðagreiðslu ganga Bretar úr ESB.

Vilja norræn nafnskírteini

FINNLAND Tveir ráðherrar Sænska þjóðarflokksins í Finnlandi, Anna-Maija Henriksson dómsmálaráðherra og Thomas Blomqvist, ráðherra norrænnar samvinnu, vilja hraða upptöku rafrænna skilríkja eða nafnskírteina, sem gildi jafnt í Finnlandi, Svíþjóð, Danmörku, Noregi og á Íslandi. Það er í dag hluti af stafrænni áætlun finnsku ríkisstjórnarinnar en þau vilja hraða þeirri þróun.

Norðurlandaráð samþykkti fyrst tillögu um sameiginleg nafnskírteini fyrir þjóðirnar fimm árið 2017.

Norðurlandabúar hafa með Norræna vegabréfasambandinu haft leyfi til að ferðast og búa í öðrum norrænum ríkjum. Það þróaðist í þremur áföngum. Í upphafi afnámu Danmörk, Noregur, Svíþjóð og Finnland kröfur um vegabréf til ferðalaga milli landanna árið 1952. Tveimur árum síðar var borgurum heimilað að búa og starfa í einhverju landanna án dvalar- eða atvinnuleyfis. Árið 1966 gekk síðan Ísland til liðs við sambandið. **– ds**

Fánar við þing Skota í Holyrood í Edinborg. NORDICPHOTOS/GETTY

Meirihlutinn vill sjálfstæði Skotlands

SKOTLAND Nú þegar Bretland hefur gengið formlega úr Evrópusambandinu beinist athyglin að Skotum.

Meirihluti Skota studdi áframhaldandi aðild að ESB í þjóðaratkvæðagreiðslunni árið 2016. Alls voru 62 prósent fylgjandi áframhaldandi aðild að ESB en 38 prósent vildu útgöngu.

Samkvæmt nýrri skoðanakönnun sem YouGove birti í vikunni vill meirihluti Skota sjálfstæði frá Stóra-Bretlandi. Munurinn er þó ekki mikill, því 51 af hundraði Skota styður að lýst verði yfir sjálfstæði Skotlands, 49 prósent eru á móti. Þetta er í fyrsta sinn frá árinu 2015 sem sjálfstæðissinnar eru fleiri.

Fyrsti ráðherra Skotlands, Nicola Sturgeon, sem leiðir Skoska þjóðarflokkinn, hefur áður lýst því að hún vilji atkvæðagreiðslu um sjálfstæði Skota síðar á þessu ári. Aðspurðir hvort eigi að kjósa á þessu ári segjast 56 prósent Skota andvíg því, einungis 34 prósent samþykk. Meirihlutinn telur að efna ætti til kosninga á næstu fimm árum.

YouGove segir það mikilvæga niðurstöðu að meirihluti þeirra (51 prósent) sem tóku ekki þátt í fyrri þjóðaratkvæðagreiðslunum (þar með talið þeir sem voru of ungir til að kjósa) eru fylgjandi sjálfstæðu Skotlandi.

Alls tóku 1.039 Skotar sextán ára og eldri þátt í könnuninni.

Forsætisráðherra Bretlands, Boris Johnson, hefur sagt að ekki komi til greina að heimila Skotum að efna til atkvæðagreiðslu um sjálfstæði.

Í vikunni var síðan gengið til kosninga á þingi Skota í Holyrood í Edinborg, um þá tillögu Nicolu Sturgeon að áfram yrði flaggað fána Evrópusambandsins við þingið. Vakti það reiði stjórnarandstöðuflokkanna. Eftir harðar umræður studdu 63 þingmenn fánatillöguna en 54 voru á móti. **– ds**

Nýjar áskoranir – nýjar leiðir

Styrkir til krabbameinsrannsókna

160
milljónum úthlutað

36
styrkir veittir

Markmið Vísindasjóðs Krabbameinsfélagsins er að efla rannsóknir á orsökum krabbameina, forvörnum, meðferð og lífsgæðum sjúklinga. Fjölbreytt rannsóknarverkefni eru styrkt af Vísindasjóðnum. Sérstaklega er hvatt til umsókna til klínískra rannsókna og rannsókna sem tengjast börnum og unglingum.

Stofnfé sjóðsins eru styrkir og gjafir frá almenningi og fyrirtækjum um allt land. Við þökkum öllum velunnurum félagsins. Með ykkar stuðningi varð stofnun sjóðsins að veruleika.

Óskað er eftir umsóknum um styrki úr sjóðnum
- Umsóknareyðublað, úthlutunarreglur og aðrar upplýsingar er að finna á *www.krabb.is/visindasjodur/*
- Umsóknarfrestur rennur út á miðnætti **miðvikudaginn 4. mars**
- Umsóknir skal senda rafrænt á *visindasjodur@krabb.is*
- Hámarksupphæð styrks er 10 milljónir króna
- Styrkur vegna sama verkefnis er veittur að hámarki í þrjú ár

Dæmi um rannsóknarverkefni sem styrkt eru af sjóðnum

Ljósm. Kristinn Ingvarsson

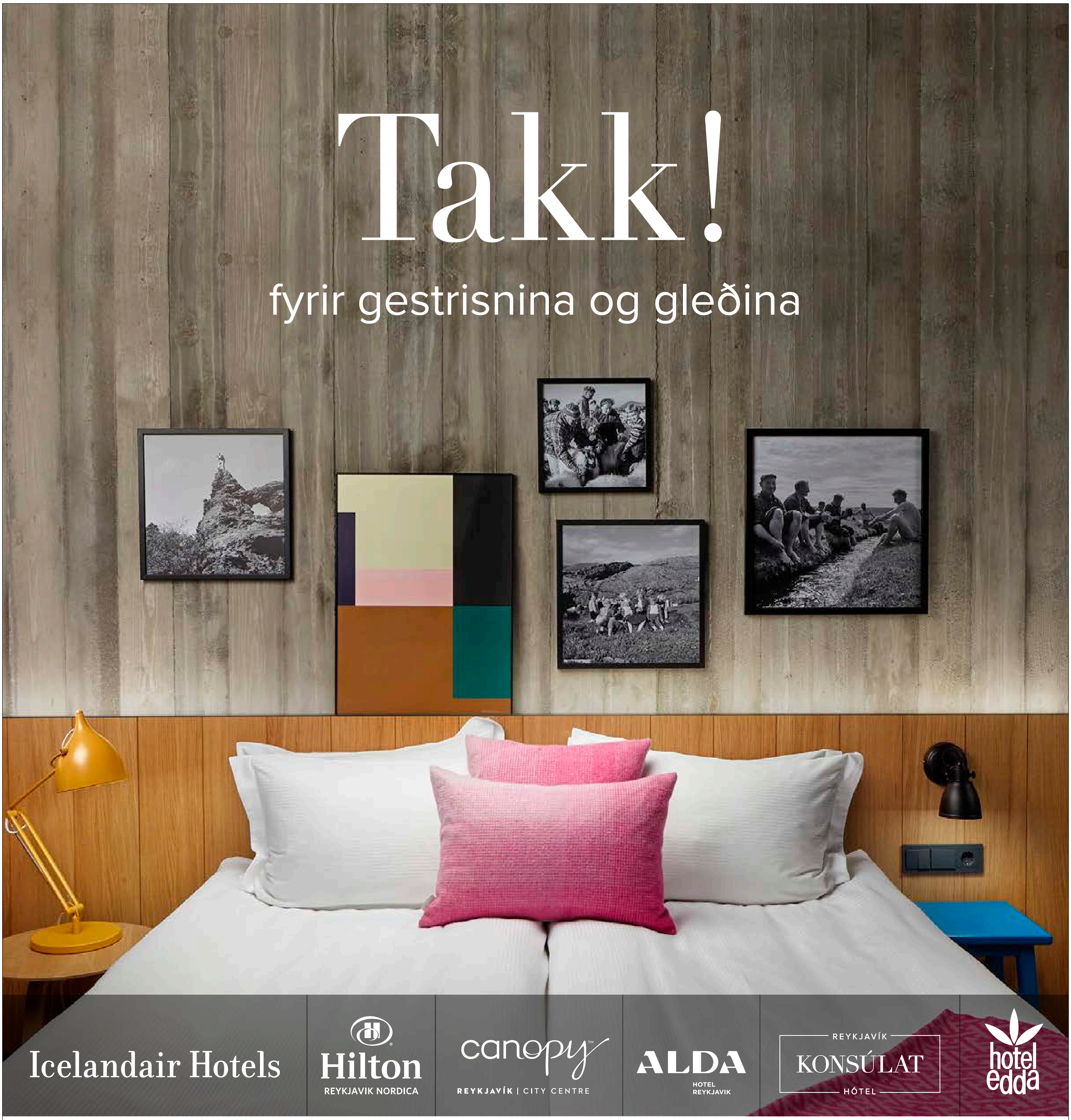
„Stuðningurinn hefur skipt sköpum og hjálpað okkur að afhjúpa ferla sem auka skilvirkni ónæmiskerfisins í því að drepa æxlisfrumur.“
Erna Magnúsdóttir hlaut 10 milljónir króna úr sjóðnum 2019.

„Þessi styrkur mun gera okkur kleift að rannsaka áhrif skimunar og greiningar á forstigi mergæxlis á andlega heilsu.“
Andri Steinþór Björnsson hlaut 7,4 milljónir króna úr sjóðnum 2019.

„Aukinn skilningur á áhrifum krabbameinslyfja og þróun frjósemisverndandi lyfja myndi auka verulega lífsgæði stúlkna og kvenna í kjölfar krabbameinsmeðferðar.“
Bríet Bjarkadóttir hlaut 2,5 milljónir króna úr sjóðnum 2019.

Krabbameinsfélagið
Vísindasjóður

Hægt er styrkja sjóðinn á krabb.is eða í síma 540 1900



Viltu vinna gistingu og vera ferðamaður í eigin landi?

Á hverju ári laðar Ísland að sér fjölda erlendra gesta og við hjá Icelandair hótelunum leggjum nótt við dag til að gera heimsóknir þeirra sem ánægjulegastar. En án gestrisni Íslendinga væri það til lítils.

Okkur finnst landsmenn allir eiga hrós skilið fyrir höfðinglegar móttökur og fyrir þann einstaka anda sem heillar ferðamenn hvaðanæva að. Þess vegna langar okkur að bjóða ykkur að upplifa Ísland eins og ferðamenn.

Icelandair hótel bjóða í fría gistingu í eina nótt í 100 herbergjum í Reykjavík og á landsbyggðinni helgina 7.-9. febrúar. Herbergjunum fylgja morgunverður og aðgöngumiðar að völdum söfnum og ferðamannastöðum. Jafnframt munu landsbyggðarhótel okkar, ásamt veitingastöðunum VOX, Geira Smart, Slippbarnum og Satt í Reykjavík bjóða sérstök Takk-tilboð í febrúar.

Skráðu þig til leiks á icelandairhotels.is og þú gætir komist í hóp þeirra heppnu. Dregið verður úr hópi þátttakenda 4. febrúar.

www.icelandairhotels.is

DIALMA BROWN

RÝMUM FYRIR NÝJU SÝNINGARSVÆÐI
ÖLL DIALMA BROWN SÝNINGAREINTÖK

50–60%
AFSLÁTTUR

CLEVELAND
Hornsófi með tungu. Hægri eða vinstri tunga. Dökk- eða ljósgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 308 × 140/203 × 81 cm

20% AFSLÁTTUR

143.992 kr. ~~179.990 kr.~~

SCOTT
Hornsófi úr sterku dökkgráu bonded leðri (leðurblöndu). Innra byrði púðanna er úr kaldpressuðum, mjög endingargóðum, svampi, trefjafyllingu og loks mjúku yfirlagi. Fæturnir eru sterkir úr svörtu járni. Fæst með hægra eða vinstra horni (ekki færanlegt). Stærð: 293 x 217 x 85 cm.

15% AFSLÁTTUR

229.491 kr. ~~269.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

FRIDAY
Þéttur, þægilegur og rúmgóður sófi með háu baki og góðum bakstuðningi. Tungan er færanleg frá vinstri til hægri. Slitsterkt áklæði í þremur litum; gráu, dökkgráu og ljósbrúnu. Stærð: 285 × 232 × 91 cm

151.992 kr. ~~189.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

COSTA XL
Tungusófi í svörtu Cobaco áklæði með leðurútliti. Sterkir og fallegir krómfætur. Í setum Costa eru saumar sem gefa honum sérstakt útlit.
Stærð: 287 × 215 × 84 cm.

279.992 kr. ~~349.990 kr.~~

CLARKSTON
Grátt, slitsterkt áklæði.
Stærð: 94 × 102 × 112 cm

LA-Z-BOY

25% AFSLÁTTUR

104.993 kr. ~~139.990 kr.~~

BATILDA
Hægindastóll. Grátt, grábrúnt og dökkblátt sléttflauel og svartir fætur

29.993 kr. ~~39.990 kr.~~

25% AFSLÁTTUR

KAMMA
Hægindastóll. Blátt, skógargrænt, grátt eða bleikt sléttflauel.

71.992 kr. ~~89.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

Reykjavík Bíldshöfði 20
10 – 18 virka daga
11 – 17 laugardaga
13 – 17 sunnudaga

Akureyri **Dalsbraut 1**
10 – 18 virka daga
11 – 16 laugardaga

Ísafjörður **Skeiði 1**

www.husgagnahollin.is
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru. Gildir til 9. febrúar eða á meðan birgðir endast.

RISA ÚTSALA

VEFVERSLUN
www.husgagnahollin.is
ALLTAF OPIN

Allt að 60% afsláttur

KIRUNA
U-sófi. Hægri eða vinstri tunga.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði. Stærð: 301 x 200 x 78 cm
175.992 kr. ~~219.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

ALBERTA
Borðstofus-tóll, svart eða grátt PVC-áklæði.

25% AFSLÁTTUR
6.743 kr. ~~8.990 kr.~~

OTTAWA
Borðstofustóll, brúnt, grátt eða svart PVC áklæði.

25% AFSLÁTTUR
8.993 kr. ~~11.990 kr.~~

ERIS
Borðstofustóll. Svört, grá eða hvít skel og sessa með samlitum fótum.

30% AFSLÁTTUR
6.993 kr. ~~9.990 kr.~~

BATILDA
Borðstofustóll. Svart PU-leður og eikarfætur

34% AFSLÁTTUR
9.893 kr. ~~14.990 kr.~~

29% AFSLÁTTUR

HERITAGE
Borðstofuborð úr olíubornum, spónlögðum eikarflísum sem lagðar eru með fiskbeinamynstri. Svartmálaðir fætur úr MDF. Stækkanlegt með tveimur 50 cm stækkunum sem seldar eru sér.

Heritage-borð:
100 x 200 x 75 cm
120.693 kr.
~~169.990 kr.~~

Heristage-stækkun:
100 x 50 cm (1 stk.)
19.163 kr.
~~26.990 kr.~~

NEW WILSON
Vinsælir, einstak-lega vel hannaðir og endingargóðir stólar. Ólitaður askur eða svart-málað birki.

30% AFSLÁTTUR
12.593 kr. ~~17.990 kr.~~

Feilspor

Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is

Það eru mikil kaflaskil, nú þegar Bretland er formlega komið út úr Evrópusambandinu eftir 47 ára aðild. Samstarfsþjóðirnar í Evrópu hafa verið einróma um að það verði mikil eftirsjá að Bretlandi.

Bretar, sem nú hafa sagt sig frá allri ákvarðanatöku sambandsins, hafa gegnt mikilvægu hlutverki í uppbyggingu Evrópusamstarfsins. Þannig hefur Bretinn Arthur Cockfield verið þekktur sem „faðir innri markaðarins“ og Roy Jenkins ruddi braut sameiginlegs gjaldmiðils álfunnar. Bretar hafa stutt mjög fjölgun aðildarríkjanna.

Brottför Bretlands verður ekki auðveld því það er mjög samofið innri markaði Evrópu. Við tekur aðlögunartímabil næstu ellefu mánuði með litlum breytingum á starfsháttum íbúa og fyrirtækja. Á þeim tíma verða viðræður sem ef til vill verða á svipuðum nótum og nýlegir samningar ESB við Kanada og Japan. Það eru milljón breskar mílur frá því nána sambandi sem Íslendingar eru í við Evrópusambandið.

Þótt einhverjir vilji sem minnst vita af sameiginlegum leikreglum er skynsamlegt að ná saman um þær. Sem fyrr er skynsamlegt að fólki og fyrirtækjum sé tryggð jöfn staða, lagalegur grunnur og fyrirsjáanleiki. Og það er skynsamlegt að stuðla að nýsköpun, samkeppnishæfni og velsæld þvert yfir landamæri Evrópulanda. Og flestir gera sér grein fyrir skynsemi þess að vinna saman að fjölþjóðlegum áskorunum á borð við loftslagsvá, flóttamannavanda og hryðjuverk.

Forystumenn Breta leggja áherslu á að ná tvíhliða samningum við sem flest ríki. Auk Evrópusambandsins, þar sem langstærstu hagsmunirnir liggja, verður reynt að gera samninga við Bandaríkin, gömlu Samveldisríkin og hið vaxandi Kína.

Að Brexit gengnu mun samstarf þeirra 27 ríkja sem eftir eru í Evrópusambandinu væntanlega styrkjast, því flestum að óvörum hafa átökin um Brexit augljóslega þjappað þeim saman. Kannanir sýna stóraukinn stuðning íbúa álfunnar við Evrópusambandið.

Á sama tíma og Bretar vilja af innri markaði Evrópu hefur stuðningur við aðild að þeim markaði aukist hér á landi. Starfshópur utanríkisráðherra um mat á ávinningi Íslands af þátttökunni í EES-samstarfinu undir forystu Björns Bjarnasonar, sem skilaði skýrslu í haust, var eindreginn um ábata Íslands af þátttöku í innri markaði Evrópu. Án EES-samningsins væri hætta á einangrun, stöðnun og afturför í íslensku þjóðlífi.

Hagsæld Íslands byggir að miklu leyti á alþjóðlegri samvinnu. Með fjölþjóðasamvinnu gætum við betur íslenskra hagsmuna en með gerð samninga milli tveggja ríkja, líkt og felst í þeirri vegferð sem Bretar eru að hefja. Tvíhliða samningur er svolítið eins og að fara í sjómann. Sá sterkari sigrar gjarnan. Í fjölþjóðasamstarfi eins og Evrópusambandinu eru hins vegar leikreglur sem geta bæði verndað réttindi smáríkja og um leið varnað því að þau gangi um of á hagsmuni stórríkjanna. Þannig helst friður og farsæld í álfunni.

Ágreiningur um Evrópusamvinnu Breta er líklega rétt að byrja. Útgöngusamningur þeirra snerist um mikilvæg formsatriði. Eftir er að semja um hið raunverulega verkefni: framtíð Bretlands í Evrópu. Það er öllum mikilvægt, ekki síst Íslandi, að vel takist til. Velferð Íslands hefur verið samofin velferð Breta. Vonandi verður svo áfram.

> **Ágreiningur um Evrópusamvinnu Breta er líklega rétt að byrja. Útgöngusamningur þeirra snerist um mikilvæg formsatriði. Eftir er að semja um hið raunverulega verkefni: framtíð Bretlands í Evrópu.**

Gunnar

Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir

Galakvöld fyrir skattfælna

Í síðustu viku birti breska dagblaðið The Sunday Times lista yfir þá þegna sem borga hæstu skattana þar í landi. Á listanum voru meðal annarra rithöfundurinn JK Rowling og ryksuguframleiðandinn James Dyson. Athygli vakti að margir af allra ríkustu íbúum landsins voru fjarri góðu gamni, þar með talinn Íslandsvinurinn Jim Ratcliff.

Rowling, sem skapaði galdrastrákinn Harry Potter, kveðst borga skatta með stolti en síðasta skattaár greiddi hún 49 milljónir punda í skatt af þeim 100 milljónum sem hún hafði í tekjur af höfundarlaunum og réttindagreiðslum. Hún segist forðast bókhaldsbrellur og önnur töfrabrögð endurskoðenda. „Þegar ég var á botninum í lífi mínu bjargaði velferðarkerfið mér,“ segir Rowling sem skrifað Harry Potter á servíettur á kaffihúsum þegar hún var blásnauð, einstæð móðir. „Það væri fyrirlitlegt ef ég stingi af til Vestur-Indía um leið og glitti í fyrstu sjö tölustafa höfundarlaunaávísunina.“

Gjafmildi eða níska

Írski tónlistarmaðurinn Bono er metinn á 86 milljarða íslenskra króna. Hann er þekktur fyrir tvennt; að vera söngvari hljómsveitarinnar U2 og að láta sig góðgerðarmál varða. Hann berst gegn hungursneyð í Afríku og að ríkisstjórnir verji hærri fjárhæðum í þróunaraðstoð. En þrátt fyrir gæskuna er Bono einn umdeildasti maður heimalands síns.

Árið 1969 voru höfundarlaun listamanna gerð skattfrjáls á Írlandi til að styðja við menningu og listir. Hljómsveitin U2 naut góðs af framtakinu. Árið 2006 setti ríkisstjórn Írlands 250.000 evra (34 milljóna króna) þak á afsláttinn. U2 og Bono fluttu samstundis höfundarlaunagreiðslur sínar í skjól til Hollands til að koma sér undan skatti á Írlandi.

Þekkt er að íslenskt auðfólk er eins og Bono: Því er meinilla við að greiða skatta. Í Panamaskjölunum, gögnum sem lekið var frá lögfræðistofunni Mossack Fonseca í Panama um aflandsfélög, hafa fundist um 800 félög sem tengjast 600 Íslendingum. Á topp 10 lista yfir banka heimsins með flesta viðskiptavini í Panamaskjölunum var Landsbankinn í níunda sæti.

En framandi aflandseyjar eru ekki eina flóttaleið hinna skattfælnu. „Ef þú hefur áhyggjur af erfðafjárskattinum sem þarf að greiða þegar þú fellur frá má lækka skattareikninginn með því að arfleiða góðgerðarsamtök að fé í erfðaskránni,“ segir á heimasíðu bresku samtakanna „The money advice service“.

Reglulega má sjá á lífsstílssíðum blaðanna myndir af samkomum þar sem uppábúið fyrirfólk klætt kjólfötum og pallíettum með engilbjört bros á andlitum og opin seðlaveski gæðir sér á gulli slegnum veitingum og klingir kristalsglösum undir því yfirskini að uppátækið sé til styrktar góðu málefni. Ekki liggur þó alltaf eintóm manngæska að baki sparibúnum framlögum til líknarmála. Auk þess að bæta karmað eru ástæðurnar gjarnan skattalegs eðlis, kúnstir til að lækka reikninginn frá ríkisskattstjórum heimsins en gjafir til líknarmála má víða nota til skattafrádráttar.

Við fyrstu sýn virðist það kannski ekki tiltökumál að Bono kjósi heldur að nota peningana sína í góðgerðarmál en til að greiða skatta. Góðgerðarmál eru þó ekki alltaf árangursríkasta leiðin til að ná fram umbótum. Til góðgerðarstofnunar geta talist samtök sem stunda krabbameinsrannsóknir eða reisa barnaspítala. En góðgerðarsamtök geta líka talist sértrúarsöfnuðir og „afhommunar sjúkrahús“. Þegar gefið er til líknarmála til skattfrádráttar verður ríkissjóður af fjármunum sem hefðu farið í velferðarþjónustu, heilbrigðiskerfi, samgöngur og menntamál.

Nú styttist í að landsmenn setjist niður við gerð skattframtala. Ef til vill ætti ríkisskattstjóri að íhuga að halda galakvöld á skiladag sem hvatningu fyrir þá sem leita nú allra leiða við að koma fjármunum annað en í ríkiskassann. Því eins og rithöfundurinn JK Rowling áttar sig á: Skattar eru hið æðsta líknarmál.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir **RITSTJÓRAR:** Davíð Stefánsson *david@frettabladid.is*, Jón Þórisson *jon@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.IS:** Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is*.
Fréttablaðið kemur út í 80.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Björk Eiðsdóttir *bjork@frettabladid.is* **MENNING:** Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is*
LJÓSMYNDIR: Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

SPARIÐ
20-40%
AF ÖLLUM ELDHÚS- OG BORÐSTOFUSTÓLUM
*GILDIR ÚT 04. 02
SPARIÐ
20-40%
AF ÖLLUM SÆNGUM
*GILDIR ÚT 03. 02
RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
SPARIÐ*
20-40%
AF ÖLLUM SÆNGURVERUM
*GILDIR ÚT 03. 02
SPARIÐ*
20%
AF ÖLLUM PLASTKÖSSUM
*GILDIR ÚT 03. 02
SPARIÐ*
20%
AF ÖLLUM RÖMMUM
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ*
20%
AF ÖLLUM SKÓGRINDUM
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ*
25%
AF ÖLLUM SKRAUTPÚÐUM
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ ALLT AÐ*
20.000
AF SLEEPWELL RÚMI
Sleepwell
NÚ VERÐ FRÁ:
39.950
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ ALLT AÐ*
43%
AF GOLD T65 YFIRDÝNUM
GOLD
EINSTÖK GÆÐI
WELLPUR
MEMORYFOAM
NÚ VERÐ FRÁ:
12.950
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ*
25%
AF ÖLLUM VAXDÚKUM
*GILDIR ÚT 04.02
SPARIÐ*
25%
AF ÖLLUM GRJÓNAPÚÐUM
*GILDIR ÚT 04.02

Super Bowl 2020

2. febrúar
Hard Rock Stadium
Miami Gardens, Flórída

CHIEFS		49ERS	
Meistarar í Ameríkudeildinni		Meistarar í Þjóðadeildinni	
Tímabilið 2019		**Tímabilið 2019**	
Sigrar	12	Sigrar	13
Töp	4	Töp	3

Innbyrðis viðureignir
6 sigrar | **7** sigrar

Undanúrslit Ameríkudeildar

51	23
Chiefs	Texans

Undanúrslit Ameríkudeildar

27	10
49ers	Vikings

Úrslit Ameríkudeildar

35	24
Chiefs	Titans

Úrslit Ameríkudeildar

37	20
49ers	Pacers

Meðaltal í leikjum

Sóknarleikur			Varnarleikur	
28,2	29,9	Stig	19,2	19,4
379,2	381,1	Jardar	349,6	281,8
98,1	144,1	Hlaupajardar	128,2	112,6
281,1	237	Kastjardar	221,4	169,2

11 Þetta er í ellefta skiptið sem Super Bowl fer fram í Miami. Engin borg hefur hýst jafnmarga leiki um Ofurskálina.

1 Þetta er í fyrsta sinn sem tvö lið sem klæðast rauðu mætast í Super Bowl. Chiefs telst á heimavelli og valdi rauðu treyjuna.

2 í síðustu fimmtán leikjum Super Bowl hefur liðið sem klæðist öðrum lit en hvítum aðeins unnið tvo leiki af fimmtán.

Öflug vörn mætir enn öflugri sókn

Hinn árlegi leikur um Ofurskálina (e. Super Bowl) fer fram í Miami um helgina þar sem Kansas City Chiefs mætir San Fransisco 49ers. Þetta er í fyrsta sinn sem Kansas City leikur til úrslita í fimmtíu ár en með sigri getur San Fransisco komist upp að hlið New England Patriots og Pittsburgh Steelers.

SUPER BOWL Hinn árlegi leikur um Ofurskálina (e. Super Bowl) fer fram um helgina, einn stærsti íþróttaviðburður Bandaríkjanna þegar San Fransisco 49ers og Kansas City Chiefs mætast á Hard Rock-vellinum í Miami, heimavelli Miami Dolphins. Að vanda munu augu heimsins vera á leiknum og öllu því sem fylgir honum og verður öllu tjaldað til í Miami. Demi Lovato mun sjá um þjóðsönginn áður en Jennifer Lopez og Shakira taka við keflinu í hálfleik. Þau eru ekki einu stjörnurnar sem koma fram í Miami um helgina því á dögunum fyrir leikinn má sjá Lady Gaga, Black Eyed Peas, Guns'n Roses, Snoop Dogg, Maroon 5 og Diddy halda uppi fjörinu. Þetta verður í fyrsta sinn sem þessi lið mætast í Super Bowl í sjöundu heimsókn 49ers á meðan Chiefs tekur þátt í þriðja skiptið og í fyrsta sinn síðan 1970. Veðbankarnir telja lið Chiefs líklegra en það er afar mjótt á munum milli þessara liða.

Úr öskunni í eldinn

Eftir fimm mögur ár hjá San Francisco 49ers er félagið komið aftur í úrslitakeppnina og það með látum. Ári eftir að hafa unnið fjóra leiki af tólf var 49ers ásamt Green Bay Packers með næstbesta árangurinn á tímabilinu með þrettán sigurleiki af sextán. Þetta verður í sjöunda skiptið sem 49ers leikur til úrslita í Super Bowl og í annað sinn á sjö árum eftir að hafa tapað í Super Bowl í fyrsta sinn í sögu félagsins árið 2013.

Von félagsins er að núverandi leikmannahópur geti fært félaginu nýja gullöld á við þá sem átti sér stað þegar 49ers vann fimm meistaratitla á þrettán árum frá 1981-1994. Undir stjórn Jims Harbaugh komst liðið í Super Bowl árið 2013 en vann engan meistaratitil áður en liðið splundraðist ári síðar og enduruppbygging hófst á ný.

Eftir þrjú vonbrigðatímabil fékk Kyle Shananan lyklana að 49ers-liðinu og byrjaði á að sækja Jimmy Garoppolo, varaskeifu Toms Brady hjá New England Patriots, til að leysa höfuðverkinn sem leikstjórnendastaða liðsins var. Garoppolo sýndi hvað í honum bjó með því að vinna fyrstu fimm leikina sem hann byrjaði í og var því eftirvænting fyrir því hvað koma skyldi næstu ár. Næsta tímabil Garoppolo entist ekki lengi, hann sleit krossband í þriðja leik og tímabilinu var lokið. Án leikstjórnandans vann 49ers þrjá af næstu fjórtán og var með næstversta árangurinn í deildinni sem skilaði öðrum valrétti í nýliðavalinu í vor. Í ár hefur Garoppolo stýrt liði 49ers vel, kastað í þeim leikjum sem þarf en oftast er hann tilbúinn að setjast í baksætið og leyfa öflugum hlaupaleik liðsins að ráða ríkjum.

Undanfarin ár hefur 49ers nýtt fyrsta valrétt til að styrkja varnarleik liðsins og var það engin undantekning í ár þegar 49ers valdi Nick Bosa með fyrsta valrétt. Bosa kom eins og stormsveipur inn í deildina og var illviðráðanlegur ásamt öðrum leikmönnum sem hafa verið teknir snemma í nýliðavalinu og Dee Ford, fyrrverandi leikmanni Chiefs. Þessi varnarlína og öflug bakvarðasveit hefur gjörbreytt varnarleik 49ers sem var með næstbestu vörnina í NFL á nýafstöðnu tímabili.

Fimmtíu ára bið að baki

Eftir að hafa komist í úrslitakeppnina sex sinnum á sjö árum tókst Kansas City loksins að taka næsta skref og komast í Super Bowl þetta árið með leikmannahóp sem gæti gert atlögu að nokkrum ferðum í Super Bowl næstu árin. Leiddir af tengdasyni Mosfellsbæjar, hinum 24 ára gamla Patrick Mahomes, er sókn Kansas City illviðráðanleg og ófútreiknanleg. Síðan Mahomes sem dvaldi um tíma í Mosfellsbæ þegar kærasta hans lék með Aftureldingu tók við taumunum í sókn Kansas City sumarið 2018 hefur hann verið óstöðvandi. Á fyrsta ári sínu í deildinni kastaði Mahomes fyrir fimmtíu snertimörkum og varð með því sá þriðji í sögunni sem nær því á einu tímabili á eftir Tom Brady og Peyton Manning sem leiddi til þess að hann var valinn besti leikmaður deildarinnar (e. MVP).

Hraðir útherjar liðsins eru martröð að eiga við og þá er enginn traustari en Travis Kelce, innherji Chiefs. Kelce náði ekki að fylgja eftir síðasta tímabili í ár en í úrslitakeppninni er hann með þrettán gripna bolta fyrir 164 jördum og þremur snertimörkum í tveimur leikjum. Kelce er öryggisnet Mahomes sem bregst aldrei.

Akkelisarhæll liðs Chiefs á síðasta tímabili var vörnin. Mahomes lenti of oft í því að þurfa upp á eigin spýtur að draga lið sitt að landi með ótrúlegum köstum en þegar á hólminn var komið náði vörnin ekki að stöðva Tom Brady og félaga sem marseruðu í úrslitaleikinn og skildu Kansas City eftir í fyrra. Eftir smávægilegar breytingar hefur vörnin verið mun betri og fékk 308 stig á sig í ár til samanburðar við 421 stig í fyrra.

Komin eru fimmtíu ár síðan Kansas City lék til úrslita í Super Bowl síðast og vann eina meistaratitilinn í sögu félagsins þegar Chiefs vann 23-7 sigur á Minnesota Vikings árið 1970. Það var í annað sinn á fjórum árum sem Chiefs lék til úrslita eftir að hafa tapað fyrsta úrslitaleiknum í NFL árið 1967. Þá dagana hét leikurinn að vísu ekki Super Bowl en að hugmynd eiganda Chiefs var ákveðið að breyta nafninu árið 1970 og ári síðar var í fyrsta sinn leikið í Super Bowl.

Langþráð annað tækifæri Reids

Andy Reid, núverandi þjálfari Chiefs og fyrrverandi þjálfari Philadelphia Eagles er að ljúka tuttugasta tímabili sínu sem aðalþjálfari í NFL-deildinni. Til þessa hafa lið Reids komist þrettán sinnum í úrslitakeppnina en þetta verður aðeins í annað sinn sem hann leiðir lið inn í Super Bowl-leik. Það eina sem vantar á ferilskrána eftir magnaðan feril er þessi meistarahringur og er hann líklegur til að bæta honum við safnið á sunnudaginn.

Reynslan er heldur minni á hinni hliðarlínunni. Kyle Shanahan, þjálfari 49ers, er að ljúka þriðja ári sínu sem aðalþjálfari og er í fyrsta sinn í úrslitakeppninni. Hinn fertugi Shanahan var sóknarþjálfari Atlanta Falcons þegar Falcons lék til úrslita árið 2016 en getur nú byrjað að feta í fótspor föður síns, Mikes Shanahan, sem vann á sínum tíma tvo meistaratitla sem þjálfari Denver Broncos. kristinnpall@frettabladid.

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

Sérfræðingur verður á staðnum í dag frá 12-17

FAGLEG RÁÐGJÖF • LYF • SNYRTIVÖRUR • HEILSU- & NÁTTÚRUVÖRUR

Nýjar náttúrulegar húðvörur úr Hemp olíu

TWISTSHAKE vörurnar eru framleiddar í Svíþjóð. Allir plastpelar, stútkönnur, snuð og aðrar vörur frá TWISTSHAKE eru BPA, BPS og BPF fríar

REYKJAVÍKUR APÓTEK

SELJAVEGI – SKEIFU

Jenný segir fyrirspurnirnar sem Leiðbeiningastöðin svari vera mjög fjölbreyttar, allt frá blettahreinsun og endingu matvæla að því hvaða þvottavél eigi að kaupa fyrir heimilið. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Svipað og að hringja í mömmu

Kvenfélagasamband Íslands hrindir í dag, 1. febrúar, af stað landssöfnun í tilefni 90 ára afmælis. Starfsemin er margvísleg og fellur Leiðbeiningastöð heimilanna undir hana.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is

Kvenfélagasamband Íslands hefur starfrækt Leiðbeiningastöð heimilanna allt frá árinu 1963. Starfsemin hefur þó nokkuð breyst frá árum áður og er í dag veitt í síma tvo daga vikunnar, fyrir hádegi á þriðjudögum og eftir hádegi fimmtudaga. Eins er tölvupóstum og fyrirspurnum í gegnum Facebooksíðu Leiðbeiningastöðvarinnar svarað aðra daga og töluvert af upplýsingum er að finna á vefsíðunni leidbeiningastod.is.

Fólk búið að gúggla

Jenný Jóakimsdóttir hefur starfað hjá Leiðbeiningastöðinni frá árinu 2016 og segist bæði sækja sér fróðleik til fyrirrennara sinna sem margir hverjir séu húsmæðraskólagengnir og nýti sér ógrynni efnis sem safnast hafi á hátt í sextíu árum.

Málin eru misflókin úrlausnar og stundum þarf að grafa djúpt eftir svarinu. „Það kemur fyrir að ég þurfi að kanna málið og hringja aftur í fólk með svar enda þarf oft að hringja í okkur eftir að hafa gúgglað frá sér allt vit.“

Baráttan gegn matarsóun

Algengustu fyrirspurnirnar varða erfiða bletti sem ekki nást úr fatnaði eða húsgögnum og endingu matvæla. „Þá er fólk helst að spyrja hvort því sé óhætt að borða mat sem geymdur hafi verið lengi.“

Segja má að Kvenfélagasambandið sé brautryðjandi í baráttunni gegn matarsóun sem sjaldan hefur verið mikilvægari en núna. „Við erum í matarsóunarhópi á vegum Umhverfisstofnunar og aðilar að vefnum matarsoun.is. Leiðbeiningastöðin hefur alltaf stuðlað að hagkvæmu heimilishaldi og réttri nýtingu á mat.“

Gin á blekblettinn

„Sumt er einfalt eins og að uppþvottalögur vinnur á flestum blettum. Ef hann virkar ekki þá er það oft spritt eða alkóhól. Það hringdi hingað kona um daginn sem var að eiga við erfiðan blekblett og ég benti henni á að prófa alkóhól. Hún hringdi svo í mig og sagðist hafa farið að ráði mínu en eina alkóhólið sem til hafi verið á heimilinu hafi verið gin en það hafi algjörlega virkað á blettinn,“ segir Jenný og hlær. „Það er gaman að heyra frá fólki hvernig hafi gengið. Flestir láta mann vita, sérstaklega þegar um tölvupóst er að ræða. Fólk er mjög þakklátt fyrir þessa þjónustu.“

Álag í sultu- og sláturgerð

Stundum snýst þjónustan einfaldlega um álit á því sem verið er að gera en Jenný segist oft fá símtöl frá til dæmis konum sem eru að baka og eru að spá í útfærsluna. „Þær vita þetta alveg sjálfar en vantar örlítinn stuðning. Þetta er kannski svipað og að hringja í mömmu, maður veit þetta svo sem en þarf smá staðfestingu á að maður sé að fara rétta leið.

Mesta álagið er á vorin og haustin. Á vorin er fólk að vakna til lífsins og þrífa heimilið, það vantar þá ráð út af bletti í sófanum og svo framvegis. Á haustin er aftur á móti mikið hringt vegna sultu- og sláturgerðar.“

Jenný segir fjölmörg símtölin tengjast veislum og að fólk sé þá ekki síst að velta fyrir sér hversu miklum mat það eigi að gera ráð fyrir á hvern gest. „Inni á heimasíðu okkar er að finna hagnýtt skjal sem heitir „Magn á mann“ og þar er að finna nákvæmar upplýsingar um það hversu mikið beri að áætla á hvern einstakling.

Oftast þarf maður að benda fólki á að það sé komið með nóg af veitingum en ekki öfugt. Það virðist vera ríkt í okkur að það megi ekki klára af veisluborðinu. En við reynum að segja fólki að það sé ákveðinn sigur fólginn í því að það sé klárað,“ segir Jenný í léttum tón.

> FYRIR JÓLIN Á ÁRI HVERJU HRINGIR INN HÓPUR KARLMANNA SEM ALLTAF HITTIST Á ÞESSUM ÁRSTÍMA TIL AÐ SPREYTA SIG Á AÐ ÚTBÚA EINHVERJA VISSA TEGUND MATAR.

Gæðakannanir heimilistækja

Þó svo að fyrirspurnirnar hafi mikið færst yfir í tölvupósta segist Jenný fá símtöl á hverri vakt og allur gangur sé á því á hvaða aldri innhringjendur séu. „Eins finnst mér karlar hringja til jafns við konur. Þeir eru oft að spá í matinn, hvort óhætt sé að borða einhvern mat. Við bjóðum jafnframt upp á neytendaþjónustu en hjá okkur má fá upplýsingar um nýjustu alþjóðlegar gæðakannanir heimilistækja. Fólk hefur þá samband þegar það er til að mynda að kaupa sér nýja þvottavél og fær upplýsingar um hvaða tegund er að fá bestu einkunnina,“ segir Jenný og er ekki frá því að slíkar spurningar séu oftar frá körlunum.

Hve mikið vatn í fimm lítra pott?

Starfið er augljóslega fjölbreytt og mikilvægt að viða að sér ýmiss konar fróðleik og reynslu. „Ég fór um daginn á námskeið hjá forvörðum Þjóðminjasafnsins til að læra meira um hvernig geyma skuli gamla muni en við fáum mikið af slíkum spurningum.“

Þegar fyrirspurnirnar eru svo fjölbreyttar hljóta einhverjar að virka undarlegar. „Eitt sinn hringdi kona og spurði hversu mikið vatn hún gæti soðið í fimm lítra potti. Ég benti henni nú á hið augljósa, að í fimm lítra pott mættu fara fimm lítrar. Hún var nú ekki alveg sammála mér og viss um að það myndi sjóða upp úr ef fimm lítrar færu ofan í hann.“

Árlegt jólasímtal frá karlahópi

„Fyrir jólin á ári hverju hringir inn hópur karlmanna sem alltaf hittist á þessum árstíma til að spreyta sig á að útbúa einhverja vissa tegund matar. Þeir hafa til dæmis verið að útbúa pylsur og paté og alltaf hringja þeir í okkur til að fá ráð og spekúlera í matseldinni. Þetta símtal hefur verið árlegt frá því löngu áður en ég byrjaði hér en reyndar hringdu þeir ekki fyrir síðustu jól svo ég veit ekki hvort þetta er enn þá í gangi eða þeir hafi kannski ákveðið að gera eitthvað annað. En þetta eru virkilega skemmtileg símtöl og við höfum vonandi getað hjálpað þeim eitthvað.“

Ætla að safna 36 milljónum

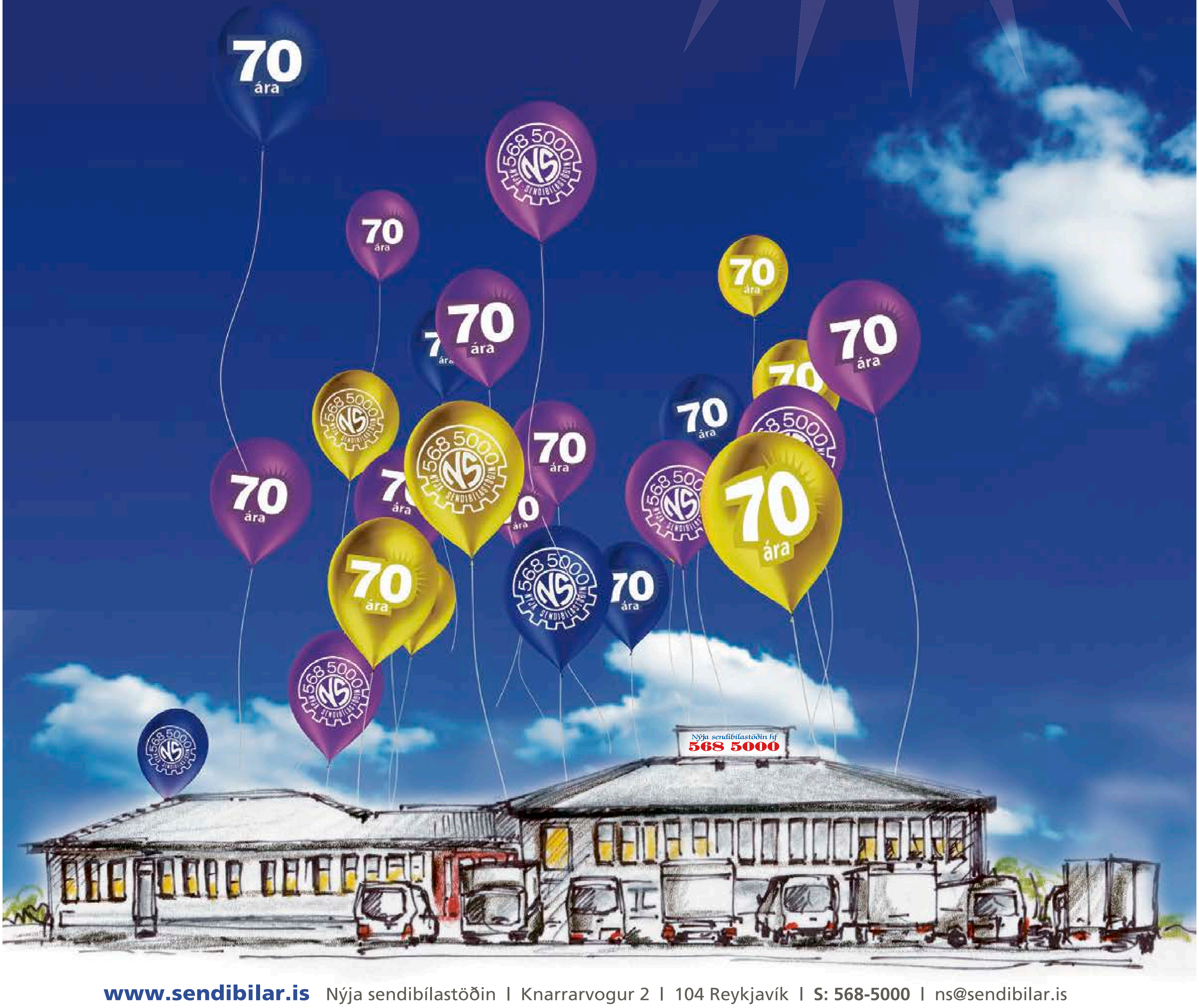
Eins og fyrr segir fagnar Kvenfélagasamband Íslands 90 ára afmæli nú 1. febrúar og verður móttaka á Bessastöðum í tilefni þess. Samdægurs fer af stað landssöfnun þar sem kvenfélagskonur ætla að selja armbönd með gildi sambandsins ígrafin: Kærleikur – Samvinna – Virðing. Markmiðið er að safna 36 milljónum til kaupa á tækjum og hugbúnaði þeim tengdum sem ætlunin er að gagnist konum um allt land við meðgöngu, fæðingu eða skoðanir vegna kvensjúkdóma. Um er að ræða mónitora og ómtæki ásamt rafrænum tengingum á milli landsbyggðar og Landspítala sem í sumum tilfellum geta komið í veg fyrir að konur þurfi að ferðast landshluta á milli til greiningar.

Frekari upplýsingar um söfnunina má finna á vefsíðunni kvenfelag.is

NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN Í 70 ÁR

STOFNUÐ 2. FEBRÚAR 1950

TRAUSTIR BÍLSTJÓRAR Á TRAUSTUM GRUNNI



www.sendibilar.is Nýja sendibílastöðin I Knarrarvogur 2 I 104 Reykjavík I **S: 568-5000** I ns@sendibilar.is

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is

Lilja Nótt Þórarinsdóttir Móðir Emmu Bjargar sex ára og Birtu Sigrúnar 15 mánaða.

María Heba Þorkelsdóttir Móðir Ara, 14 ára, Högna, 10 ára og Söru, sex ára.

Kristín Pétursdóttir Móðir Storms 18 mánaða.

Aðalbjörg Árnadóttir Móðir Sögu Sólrúnar tveggja og hálfs árs.

Það aflæsist nýtt pláss í heilanum

Fjórar leikkonur stíga á svið í Iðnó um næstu helgi og frumflytja danska verkið Mæður. Þær settust niður með blaðamanni og ræddu móðurhlutverkið; þakklætið, hræðsluna, svefnleysið og óttann við að geta aldrei aftur sett á sig maskara.

Leikkonan Lilja Nótt Þórarinsdóttir var í fæðingarorlofi með sitt annað barn þegar hún rakst á umfjöllun um sýninguna Mödre sem gekk í Kaupmannahöfn í tvö ár. Hún varð svo spennt fyrir verkinu að hún rétt náði að fljúga út í einn sólarhring með brjóstapumpuna í farteskinu og vera viðstödd lokasýninguna. Svo fór að hún keypti réttinn á staðnum og vinnur nú að undirbúningi sýningarinnar Mæður í Iðnó.

„Verkið hefur aðeins verið íslenskað svo það passi betur okkar raunveruleika,“ segir Lilja en með henni á sviðinu verða leikkonurnar María Heba Þorkelsdóttir, Kristín Pétursdóttir og Aðalbjörg Árnadóttir.

Við mælum okkur mót á kaffihúsi að morgni til, áður en mæðurnar fjórar mæta á æfingu. Lilja setti það sem skilyrði að allar konurnar sem kæmu að sýningunni væru sjálfar mæður og gildir það sama um leikstjóra, leikmynd, búninga og tónlist.

Lilja Nótt: „Ég setti það sem skilyrði að allir sem kæmu að sýningunni ættu börn. Ég fattaði nefnilega sjálf þegar ég eignaðist barn, að ég vissi ekkert um foreldrahlutverkið þó að ég hafi haldið að ég vissi fullt. Þegar ég varð móðir varð ég þakklát vinum mínum og fjölskyldu sem höfðu hlustað þegjandi á mig gefa þeim uppeldisráð. Ég hafði unnið á leikskóla í sjö mánuði og vissi því alveg hvernig átti að gera þetta allt saman og finnst eftir á fallegt að þau hafi setið undir ráðleggingum mínum og kinkað kolli í stað þess að segja mér að þegja.“

Einstæðar mæður fái fálkaorðu

Eru væntingarnar til móðurhlutverksins aðrar en raunveruleikinn?

Aðalbjörg: „Er þetta ekki svolítið eins og Lilja talar um? Þetta hólf í heilanum opnast ekki fyrr en barnið kemur í heiminn?“

Lilja Nótt: „Það aflæsist eitthvert pláss.“

Aðalbjörg: „Ég vissi til dæmis ekki að maður gæti lifað af svona lengi þreyttur.“

Lilja Nótt: Ef mér hefði verið sagt fyrirfram að ég myndi vakna klukkan fimm hvern morgun í heilt ár án þess að skjóta mig hefði ég aldrei trúað því. Áður var það með herkjum að ég náði að komast í flug á þessum tíma. Svo var allt í einu lítil mannvera farin að rífa mig af stað fyrir allar aldir dag hvern. Og ég dó ekki.“

Aðalbjörg: Ég man þegar mín færði sig frá því að vakna korter fyrir sex til sex og mér fannst líf mitt gjörbreytast.“

María Heba: „Svo snýst þetta við þegar maður er kominn með unglinga, þá þarf maður að fara að vaka eftir þeim og kemst ekki í rúmið þegar maður vill.“

Aðalbjörg: „Ég á bara eitt barn og skil ekki hvernig er hægt að eiga mörg.“

Lilja Nótt: „En það bara gerist. Rétt eins og maður skilur ekki hvernig það er að eiga barn þegar maður eignast sitt fyrsta. Þegar maður eignast annað barn opnast einfaldlega hinn læsti orkupakkinn inni í þér. Hinn varatankurinn.“

María Heba: „Ætli maður sleppi ekki líka aðeins takinu. Það er ekki hægt að stjórna öllu lengur.“

Lilja Nótt: „Ég hugsa oft til einstæðra mæðra og hvernig þær eiginlega fari að. Einstæðar mæður eiga einfaldlega allar að fá fálkaorðuna og ekki síst þær sem eiga fleiri en eitt barn.“

María Heba: „Ég held að þá hjálpist börnin líka mikið að og læri að græja sjálf. En ég get rétt ímyndað mér hversu mikið álag það er að vera einn með börn. Við erum mjög samstíga hjón en þetta er oft þvílíkur pakki.“

Hringdi grenjandi í mömmu

Sáuð þið ykkur alltaf fyrir ykkur sem mæður?

Lilja Nótt: „Ég var ekkert endilega viss um að ég vildi eignast börn fyrr en ég var komin í kringum þrítugt. Ég eignaðist mitt fyrsta barn 33 ára gömul og viðurkenni alveg að þegar ég pissaði á prikið leið mér eins og ég væri aftur orðin 15 ára. Ég hringdi grenjandi í mömmu og lét eins og lífi mínu væri lokið. Hennar viðbrögð voru: „Róleg, vinkona!“ En það var nú bara þetta eina kvöld sem mér leið svona.“

Aðalbjörg: „Ég var 37 ára gömul og við vorum búin að bíða í tvö ár svo gleðin var mikil. Við vorum þó ekki farin að hafa af miklar áhyggjur enda heyrðum við mikið af svipuðu í kringum okkur og mín tilfinning, verandi 37 ára gömul, var að meirihlutinn ætti í einhverjum erfiðleikum. Við vorum því frekar undir það búin að þetta tæki tíma.“

María Heba: „En ætlaðir þú alltaf að verða móðir?“

Aðalbjörg: „Já, ég held það. Ég hef alltaf verið svo mikil barnakerling. Við biðum þó í sex ár frá því við kynntumst, ég og maðurinn minn.“

Lilja Nótt: „Við erum líka í þannig vinnu.“

Aðalbjörg: „Já, ef þú verður ólétt sem leikkona og ert ekki fastráðin við stóru leikhúsin ertu í svolitlum vandræðum. Slagurinn sem sjálfstætt starfandi listamenn þurfa að taka við fæðingarorlofssjóð er absúrd.“

Lilja Nótt: „Ég missti af tveimur hlutverkum því ég var ólétt.“

María Heba: „Mín upplifun er sú að leikkonur detti ekki bara út á meðan þær eru óléttar heldur hreinlega detta þær út af radarnum í tvö ár.

Það kom alveg tímabil sem ég var ekkert endilega á því að vilja eignast börn. Ég stakk meira að segja upp á því við manninn minn að við yrðum „svona par sem ferðast“. En hann var alltaf á því að vilja eignast fjölskyldu og þetta tímabil mitt entist ekki lengi.“

> ÞEGAR ÉG VARÐ MÓÐIR VARÐ ÉG ÞAKKLÁT VINUM MÍNUM OG FJÖLSKYLDU SEM HÖFÐU HLUSTAÐ ÞEGJANDI Á MIG GEFA ÞEIM UPPELDISRÁÐ.
> LILJA NÓTT

Femínismi á að veita konum val

Hvað með konur sem ákveða að eignast ekki börn?

Lilja Nótt: „Ég held að það sé meiri þolinmæði fyrir því í dag en áður. Áður var talað um konur sem vildu ekki eignast börn eins og þær væru að einhverju leyti skertar.“

María Heba: „Eða eigingjarnar.“

Í þessum töluðu orðum mætir fjórða leikkonan sem misskilið hafði tímasetningu fundarins, Kristín Pétursdóttir bætist í spjallið.

Lilja Nótt: „Alltaf fylgdi sögunni: Hún á sko eftir að sjá eftir þessu!“

Aðalbjörg: „Margir myndu halda að skilningurinn fyrir slíkri ákvörðun myndi minnka þegar maður sjálfur eignast barn en ég skil hana eiginlega betur. Því allt snýst þetta um val. Þeir sem eiga ekki í sambandi við neinn fara á mis við margt en við getum átt ýmiss konar

Skráning raunverulegra eigenda

Á grundvelli laga nr. 82/2019 um skráningu raunverulegra eigenda þurfa allir lögaðilar sem stunda atvinnurekstur hér á landi eða eru skráðir í fyrirtækjaskrá að skrá raunverulega eigendur sína inn á þjónustuvef Skattsins, ***www.skattur.is***

Frestur til skráningar er til

1. mars 2020

Allar nánari upplýsingar má finna á heimasíðu Skattsins,
www.rsk.is/raunverulegur

Skatturinn

Verkið Mæður verður frumsýnt í Iðnó þann 9. febrúar og eru sýningartímar bæði sniðnir að þeim sem vilja njóta leikhúss á kvöldin á hefðbundnum tíma og foreldrum í orlofi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

kærleikssambönd, það þarf ekki að vera við barn. Við foreldrar skiljum heldur ekki hvað það er að lifa lífinu án barns.“

María Heba: „Þegar börn fæðast taka þau sér pláss á miðju sviðinu og fara beint í fyrsta sætið. Það gerist mjög náttúrulega og eðlilega. Vonandi. Það þurfa þá aðrir hlutir að víkja og sem foreldri færirðu fórn. Þeir sem ákveða að eignast ekki börn þurfa ekki að færa þessa fórn.“

Lilja Nótt: „Nú er líka orðið pláss fyrir alls konar umræðu.“

María Heba: „Ef femínismi á að vera einhvers virði í mínum huga á hann að víkka út möguleikana á því hvað felst í því að vera kona. Að konur hafi meira val um hvað þær vilji vera og hvernig þær vilji vera.“

Lilja Nótt: „Karlar líka. Mér fannst til dæmis mjög leiðinlegt að þar sem við erum bæði sjálfstætt starfandi listamenn þá höfðum við ekki efni á því að maðurinn minn gæti tekið alvöru fæðingarorlof.“

Einmana og sveitt

Talandi um fæðingarorlof, hvernig upplifðuð þið þann tíma?

Kristín: „Það var gaman og þroskandi en mömmuhópar björguðu lífi mínu fullkomlega. Ef ég hefði verið heima allan daginn veit ég ekki hvað ég hefði gert við sjálfa mig.“

Aðalbjörg: „Ég var einmana og sveitt.“

María Heba: „Ég var svo afbrýðissöm út í manninn minn. Hann fór til dæmis í vinnuferð til New York þegar fyrsta barnið var í kringum tveggja vikna. Ég vissi af kirsuberjatrjánum þar í blóma. Ég var alsæl með barnið mitt en vá hvað ég var öfundssjúk.“

Aðalbjörg: „Maðurinn minn fékk göngutúr til og frá vinnu. Hann hitti í vinnunni fólk sem mér þykir skemmtilegt. Hann vann við að leika sem mér þykir skemmtilegt. Hann fékk að borða í mötuneyti sem var eitt það besta á landinu og það var kaffivél á staðnum. Það er ótrúlegt að við séum enn saman!“

Aðalbjörg uppsker hlátur frá hinum sem augljóslega tengja við umræðuefnið.

Lilja Nótt: „Ég fékk gott ráð frá reyndri móður sem sagði: „Ef þið ætlið ekki að skilja fyrstu tvö árin eftir að barnið kemur þurfið þið að vera á sömu blaðsíðu með það að þegar hann fær að fara í vinnuna þá er hann að fara í frí.

Ég upplifði eins konar „cabin fever“ fyrstu mánuðina. Ekki misskilja mig, ég elskaði að vera með dóttur minni, en það komu stundir þar sem ég hugsaði með mér: Hún verður aldrei stór og ég verð föst hér inni í þessu húsi með lítið barn það sem eftir er ævinnar.“

María Heba: „Ein vinkona mín sagðist einmitt hafa ímyndað sér að hún myndi aldrei setja aftur á sig maskara. Hún sá ekki fyrir sér að hún hefði nokkurn tíma tækifæri til þess.“

Lilja Nótt: „Ég held ég hafi varla farið ein á klósettið eða ótrufluð í bað á heimilinu í sex ár.“

María Heba: „Það er einmitt talað um það í leikritinu hversu gott það er að komast aftur í vinnuna þar sem enginn öskrar á þig ef þú hlýðir ekki.“

Stjaksetning eða aðkeypt þrif

Hvað með álagið á sambandið?

Kristín: „Vá, við keyptum okkur þrif. Þegar hann kom heim úr vinnunni og var hissa á að allt væri á hvolfi lagði ég til að annaðhvort stjaksetti ég hann eða við keyptum okkur þrif.“

Lilja Nótt: „Það er auðvitað allt annað að eignast annað barn en fyrsta. Ég man að með fyrsta barn sat maður og horfði á það tímunum saman. Maður varð óþolinmóður að bíða eftir að fara að gera hluti með barninu, gefa því að borða, leika, fara í Húsdýragarðinn og svo framvegis. Barn númer tvö var svo bara eins og pottaplanta fyrstu þrjá mánuðina. Þá var maður líka að halda öllum góðum og passa upp á eldra barnið.“

María Heba: „Já, það mætti líkja upplifuninni fyrir eldra barnið við að maðurinn þinn kæmi heim með nýja konu sem væri aðeins yngri en þú og aðeins sætari en þú og allir elskuðu hana – og þú ættir að elska hana líka.“

Kristín: „Ég man hvað ég var ógeðslega hrædd í byrjun. Ég hugsaði um að eitthvað gæti dottið í gólfið og skoppað ofan í vögguna eða að það væri örugglega fullt af konum sem settu óvart barnið sitt inn í bakaraofn í staðinn fyrir eitthvað annað. Ég fór að spinna hryllingssögur í hausnum á mér og hugsa: Hvað gerist ef ég missi hann óvart út um gluggann? Allir voru búnir að segja mér að njóta þessa tíma sem liði svo hratt en það hefði líka þurft að segja við mig: „Þetta er líka fokking erfitt og þú munt hræðast fáránlegustu hluti.“ Í þriggja mánaða skoðuninni spurði ljósmóðirin mig hvernig mér liði og ég sagði henni að ég hlyti að vera haldin fæðingarþunglyndi vegna þessara hugsana. Hún tók þá utan um mig og sagði mér að þessar tilfinningar væru þær eðlilegustu í heimi.“

Lilja Nótt: „Ég ákvað að velja á milli þess að hafa hreint heima eða halda geðheilsunni. Ég vissi að ég gæti ekki gert bæði.“

Aðalbjörg: „Varðandi sambandið þá fann ég þegar við komum úr kafi, þegar dóttir okkar var í kringum tveggja ára, að sambandið hafði dýpkað. Við vorum orðin svo gott teymi.“

Lilja Nótt: „Það reynir svo mikið meira á sambandið að eignast barn númer tvö. Með fyrsta barn gátum við skipst á en þegar þau eru orðin tvö er aldrei pása.“

María Heba: „Eitt er ekki neitt – tvö eru eins og tíu. Svo þegar þriðja bætist við eins og í mínu tilfelli þá er maður búinn að venjast þessu nýja lífi þar sem allt er bara 70 prósent og það er bara í góðu lagi.“

Lilja Nótt: „Það er líka mikilvægt, þegar maður er við það að bugast, stendur kannski með grenjandi barn og veit ekki hvers vegna það grætur, að vita að þetta líður hjá. Þetta er stuttur tími.“

Hvar er barnið þitt?

Sýnum við konur hver annarri nægilegan skilning?

Kristín, þú ert þekkt á samfélagsmiðlum, hvernig viðbrögð færðu við póstum er varða son þinn?

Kristín: „Ég fæ oft skilaboð frá konum sem finnst flott hversu dugleg við erum að gera hluti með son okkar. En svo hef ég líka fengið mér vínglas og fengið spurningar á við: „Hvar er barnið þitt?““

> ÉG HUGSAÐI UM AÐ EITTHVAÐ GÆTI DOTTIÐ Í GÓLFIÐ OG SKOPPAÐ OFAN Í VÖGGUNA EÐA AÐ ÞAÐ VÆRI ÖRUGGLEGA FULLT AF KONUM SEM SETTU ÓVART BARNIÐ SITT INN Í BAKARAOFN Í STAÐINN FYRIR EITTHVAÐ ANNAÐ.
>
> Kristín

Aðalbjörg: „Ég held að fólk sem segir svona eigi ekki börn.“

Kristín: „Þegar ég fæ svona skilaboð íhuga ég að deila honum ekki lengur með fylgjendum mínum. Eins hef ég fengið dót fyrir hann gefins og sagt frá því á samfélagsmiðlum og fengið komment um að ég sé að græða á að eiga hann.“

Aðalbjörg: „Ég held að konur sem eigi börn styðji vel við aðrar konur sem eiga börn. Sérstaklega þegar við sjáum að þær þurfa á því að halda. Ég held að við verðum að vera óhræddar við að sýna það þegar við erum í ruglinu og vera ekki að reyna að halda andliti.“

Kristín: „Mér finnst mikilvægt að vera ekki að viðhalda einhverri glansmynd um móðurhlutverkið. Það koma ógeðslega erfiðir dagar þar sem maður lítur út eins og ég veit ekki hvað og það er allt í lagi.“

Sýnum við þá hlið nægilega mikið?

Kristín: „Alveg pottþétt ekki.“

Lilja Nótt: „Ég skil alveg að við viljum ekki nota Instagram eða Facebook til að sýna þegar illa gengur. En við höfum allar verið þar og það er enginn að dæma.“

María Heba: „Mér finnst maður frekar finna fyrir stuðningi annarra kvenna en hitt. En það er kannski pínu lúmsk foreldraskömmun í gangi. Við erum að ofvernda börnin ef við keyrum þau og sækjum í skóla og á æfingar en á sama tíma mega þau ekki vera of lengi á leikskólanum. Skilaboðin eru misvísandi. Hvenær er ég að gera rétt? Þetta er svo mikill óþarfi enda sé ég alveg um það sjálf að vera með svipuna á mér – mömmumórallinn er alveg til staðar án utanaðkomandi hjálpar.“

Kristín: „Já, hann hverfur víst aldrei. Mamma segist meira að segja hugsa hvort hún sé nógu mikið með barnabarnið eða hvort hún sé að styðja nægilega mikið við mig.“

Lilja Nótt: „Við verðum bara að treysta því að fólk sé að gera sitt besta og stíga þá frekar inn og hjálpa.“

Aðalbjörg: „Ég held að það sé alltaf rétt að bjóða hjálp. Ef þú til dæmis sérð mömmu í strætó með grátandi barn og vagn, að bjóða aðstoð.“

Elskaðir þú mig svona mikið?

Breyttist ykkar samband við mæður ykkar þegar þið eignuðust börn?

Kristín: „Mamma var viðstödd fæðingu sonar míns og við tengdumst enn betur við það. Reynslan dýpkaði samband okkar og ég fann að við vorum í sama liði. Við gerðum þetta báðar! Maður gerir allt fyrir börnin sín án þess að hugsa og ég veit að hún gerði það fyrir mig líka og fann fyrir miklu þakklæti.“

María Heba: „Maður skilur ekki hversu mörg handtökin eru fyrr en maður gerir þetta sjálfur og þá áttar maður sig á að þau voru líka svona mörg fyrir hana.“

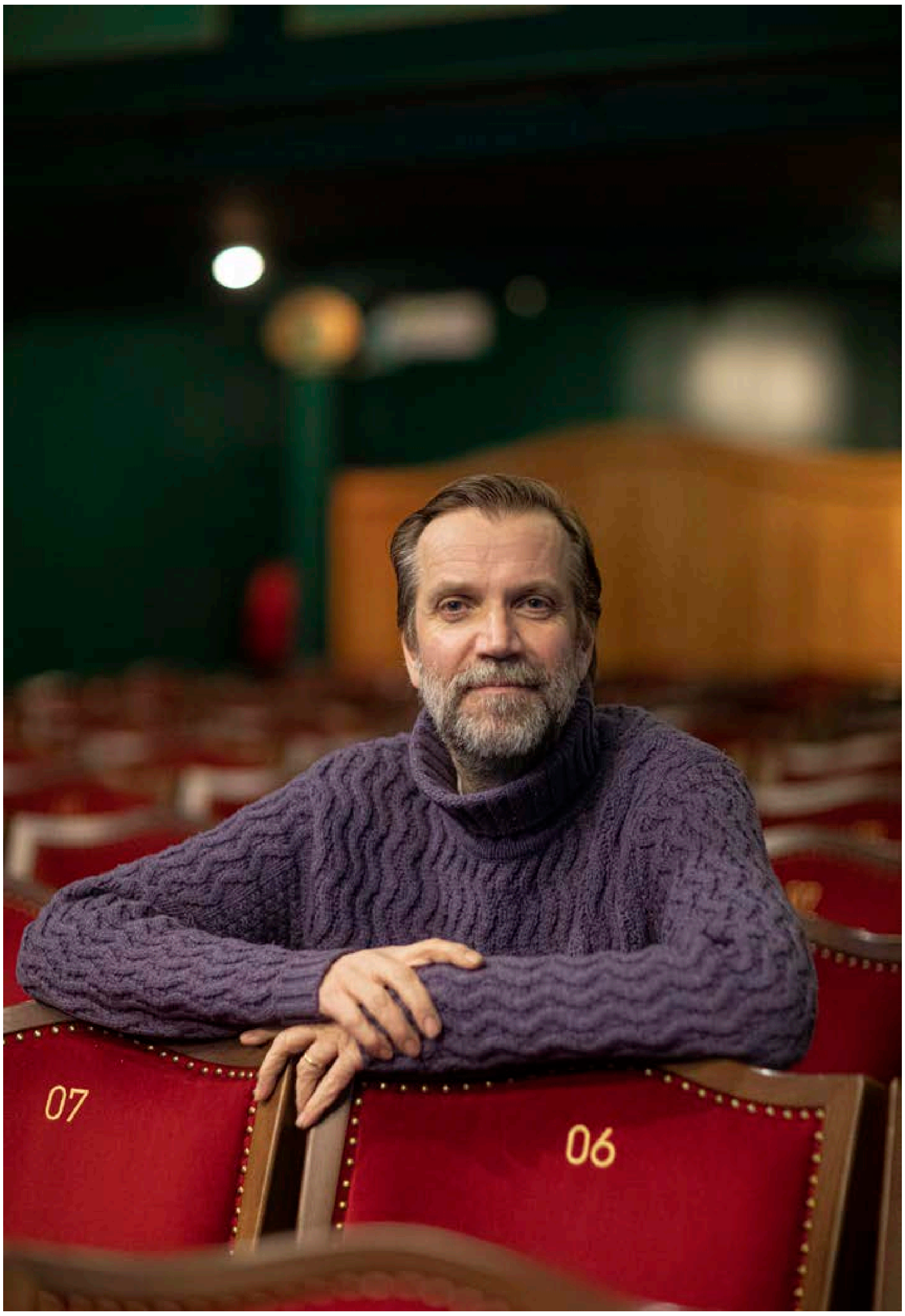
Lilja: „Ég fattaði að ég hafði tekið mömmu minni sem sjálfsögðum hlut og það var afhjúpandi að fatta að börnin mín munu gera það sama þar til þau sjálf eignast börn. Ég man eftir að hafa spurt mömmu: Leið þér virkilega svona? Elskaðir þú mig virkilega svona mikið? Hún kinkaði kolli og bætti við, já og geri það enn þá.“

FRUMSÝNING Í DAG!
REYKJAVÍK OG AKUREYRI KL.12-16
PEUGEOT
3008 HYBRID4
PEUGEOT 3008 PHEV
FJÓRHJÓLADRIFINN
TENGILTVINN JEPPI
RAFMAGN + BENSÍN, KEMST HVERT Á LAND SEM ER
59 KM DRÆGNI Á 100% HREINU RAFMAGNI
FJÓRHJÓLADRIFINN
300 HESTÖFL
EINFÖLD OG HRÖÐ HLEÐSLA
FORHITUN, ALLTAF HEITUR Á MORGNANA
KOMDU Á FRUMSÝNINGU Í DAG OG STÖKKTU INN Í NÝJUSTU KYNSLÓÐ AF TÆKNI!
5 ÁRA PEUGEOT ÁBYRGÐ
8 ÁRA ÁBYRGÐ Á RAFHLÖÐU
*Forsendur framlengdrar verksmiðjuábyrgðar og ábyrgð á rafhlöðu er á peugeotisland.is
brimborg
Öruggur staður til að vera á
Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8
Sími 515 7000
Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050
Nýir og notaðir bílar:
Opið mán-fim kl. 9-17 föstudaga 9-16.15
og laugardaga kl. 12-16
peugeotisland.is

Myndi ekki skipta á frelsi og öryggi

Þorsteinn Bachmann fer með átta hlutverk í söngleiknum Vorið vaknar sem Leikfélag Akureyrar hefur sett á svið í Samkomuhúsinu. Þorsteinn hefur nýtt tímann vel fyrir norðan í húsi á Hjalteyri, skrifað viðskiptaáætlun fyrir stjörnuspekiforrit og þýtt heila óperu.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is



„Ég er heimakær og hef ekki sótt fast að koma mér á framfæri utan landsteinanna.“ FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

Það er óneitanlega skrýtið að koma aftur í Samkomuhúsið á Akureyri eftir öll þessi ár, segir Þorsteinn Bachmann leikari. Hann segist síðast hafa leikið á sviðinu í Óliver Twist undir stjórn Magnúsar Geirs Þórðarsonar í byrjun árs 2005.

Tími umbreytinga

„Magnús tók við af mér sem leikhússtjóri. Árin mín hjá hjá Leikfélaginu voru tími mikilla umbreytinga í pólitísku, rekstrarlegu og framkvæmdalegu tilliti. Byggt var við húsið, reksturinn stokkaður upp og skuldir afskrifaðar 30 ár aftur í tímann. Listrænn metnaður varð að nokkru leyti að víkja á þessu tímabili,“ segir Þorsteinn. „Það er frelsandi tilfinning að geta nú snúið aftur og leyft sér að helga sig einvörðungu listsköpun undir styrkri stjórn Mörtu Nordal og Menningarfélags Akureyrar.“

Leikur alla fullorðnu karlana

Vorið vaknar er margverðlaunaður Broadway-söngleikur. Uppfærsla hans á Broadway árið 2006 hlaut átta Tony-verðlaun og hefur farið sigurför um heiminn allar götur síðan.

Þorsteinn þarf að hafa sig allan við því að hann fer með alls átta hlutverk í söngleiknum.

„Ég leik alla fullorðnu karlmennina í verkinu, alls átta hlutverk með 14 innkomum. Þetta eru mestmegnis höfuðandstæðingar ungmennanna í verkinu sem eru að uppgötva kynhvötina og umbreytinguna frá því að vera barn til þess að verða fullvaxta einstaklingur í samfélagi trúarlegra, hugmyndafræðilegra og menningarlegra hafta. Leikverkið Vorið vaknar eftir Frank Wedekind var frumflutt 1891 og olli að mörgu leyti straumhvörfum fyrir framsækna nálgun og djörf efnistök. Söngleikurinn er byggður á þessu verki en tónlist og söngur endurspegla tilfinninguna fyrir þessu tímabili á nútímalegan máta.“

Marta sterkur leiðtogi

Þorsteinn segist hafa gaman af söngleikjum og hefur sett upp nokkra slíka með skólum og áhugafélögum í gegnum tíðina.

„Má þar nefna Jesus Christ Superstar, Grease, Rocky Horror, Pink Floyd the Wall og Litlu Hryllingsbúðina. Ætli Superstar standi ekki upp úr en þann söngleik vann ég með Þorvaldi Bjarna sem nú stýrir söng og tónlist fyrir Vorið vaknar.“

Þorsteinn var á milli verkefna síðasta sumar þegar Marta Nordal hafði samband við hann.

„Veturinn fram undan var að nokkru leyti bókaður en með sameiginlegum vilja tókst okkur að hliðra til dagskránni. Ég hef unnið áður með Mörtu sem leikstjóra og líkað vel og svo er gaman að segja frá því að við Marta lékum einmitt parið Stein Elliða og Diljá í eftirminnilegri uppfærslu upp úr bók Halldórs Laxness Vefaranum mikla frá Kasmír árið 1997 á Renniverkstæðinu sem staðsett var á Eyrinni á Akureyri,“ segir Þorsteinn sem lofar samstarfið við hana og leikhópinn.

„Marta er frábær. Sterkur leiðtogi. Hún er framsækin, listræn og kappsfull án þess að missa nokkurn tíma húmorinn. Leikhópurinn er að mestu leyti samsettur af ungu fólki, sum hver eru fyrrverandi nemendur mínir úr Listaháskólanum. Þau eru full af lífi og spennandi hugmyndum um tilveruna, gríðarlega vinnusöm og sprúðlandi talent. Edda Björg Eyjólfsdóttir leikur svo öll fullorðnu kvenhlutverkin, þar er góður vinskapur, en við Edda höfum unnið margoft saman í kvikmyndum og sjónvarpi. Á heildina litið er þetta óvenju samheldinn og skapandi hópur. Og svo er nú Pálmi Gunnarsson kominn á bassann í sýningunni og af því tilefni sagði hún móðir mín: Nú, þá hlýtur þetta að vera í lagi.“

Viðskiptaáætlun og ópera

„Ég var svo heppinn að hitta yndisleg hjón á Hjalteyri síðasta sumar sem lofuðu mér að vera í húsinu sínu á meðan á æfingatímabilinu stæði. Húsið er á besta stað í bænum alveg við sjóinn með útsýni yfir fjörðinn, víðan og breiðan. Ég er ekki nema 20 mínútur inn á Akureyri í góðu færi og hef nýtt tækifærið og farið á skíði og í hvalaskoðun, svitahof og sitthvað fleira.“

Þorsteinn hefur nýtt tíma sinn vel fyrir norðan. „Ég hef flogið eða ekið suður til að vera með fjölskyldunni flestar helgar og var vitaskuld þar yfir jól og áramót. Þess utan hef ég verið að sinna mínum hugðarefnum og vinnu við margvíslegt. Ég þýddi meðal annars heila óperu hér fyrir norðan, skrifaði viðskiptaáætlun um stjörnuspekiforrit, las fjölmörg kvikmynda- og sjónvarpshandrit og sitthvað fleira.“

Fjarveran styrkjandi fyrir ástina

Veðrið hefur sett strik í reikninginn og fjarvera Þorsteins frá heimili sínu í Reykjavík meiri en ella. Þorsteinn er giftur Rannveigu Jónsdóttur kvikmyndagerðarkonu og eiga þau tvær dætur saman.

„Veðrið hefur um margt verið óvenjulegt og það hefur komið fyrir að ég hafi þurft að gista inni á Akureyri. Ég á konu og tvær ungar dætur í Reykjavík auk tveggja uppkominna sona sem eru ýmist á kafi í listsköpun eða starfandi á erlendri grundu. Það er helst að dæturnar tvær sakni pabba síns og ég er ekki frá því að fjarveran sé styrkjandi fyrir ást okkar hjóna sem var þó sterk fyrir.“

Leiklistin er köllun

Þorsteinn hefur starfað í leiklist á ótrúlega fjölbreyttum leikvangi, leikur bæði í kvikmyndum, sjónvarpsþáttum og á sviði.

„Mér finnst tilbreytingin nauðsynleg. Það er gott að koma í leikhúsið af og til til þess að endurnýja sig og sækja í ræturnar. Vinna við kvikmyndir er hraðari og krefst meira sjálfstæðis hvað varðar undirbúning. Þetta eru ólík svið en sjónvarp og kvikmyndir tala til breiðari fjölda fólks. Það er líka gaman að vera hluti af þeirri jákvæðu ímynd og landkynningu sem þessir miðlar hafa víða um heim.“

Hvað drífur hann áfram?

„Ég er drifinn áfram af löngun til að skapa, til að kenna og til að elska. Ég hef gaman af kvikmyndagerð og hópstarfi en er líka mikill einstæðingur og finnst yfirleitt besta að eiga góðar stundir með fjölskyldunni. Ég vil láta gott af mér leiða, hét því meðal annars sem ungur maður að læra leiklist til að geta miðlað henni áfram. Leiklist er nokkurs konar köllun í mínu lífi í því tilliti.“

Þekkir ekki starfsöryggi

Leikarastarfið getur stundum verið svolítið sígaunalíf eða kannski er betra að líkja því við vertíðir, atvinnutilboðin koma í gusum og svo er rólegt inni á milli. Hvernig kanntu við þetta? Er þetta aldrei þreytandi?

„Ég er heimakær og hef ekki sótt fast að koma mér á framfæri utan landsteinanna. Ég sæki hins vegar í einveru af og til og það kemur fyrir að ég dvelji tímabundið utan heimilis eins og nú. Mér lætur best að vinna sjálfstætt, meðal annars við kvikmyndaverkefni sem ég hef gert mikið af, einkum síðastliðin 15 ár. Þess á milli kenni ég leiklist. Það er fullur skilningur á þessu á mínu heimili þar sem konan mín Gagga er einnig starfandi kvikmyndagerðarmaður.

Mér fellur aldrei starf úr hendi og ég á erfitt með að skilja fólk sem hefur ekkert að gera. Það er helst að ég þurfi að forðast að hafa of margt á prjónunum í einu. Leikarastarfið er mjög huglæg vinna en mér líkar ágætlega að vinna í törnum. Starfsöryggi er eitthvað sem ég þekki ekki en það getur óneitanlega verið þreytandi að lifa í slíkri óvissu á stundum þó ég vildi ekki skipta því út fyrir frelsið sem fylgir því að vera sjálfstætt starfandi.“

Samstarf með stjörnuspekingi

Fram undan er annasamur tími hjá Þorsteini.

„Það eru fjölmörg kvikmynda- og sjónvarpsverkefni fram undan hjá mér. Ég er líka í spennandi samstarfi við Gunnlaug Guðmundsson stjörnuspeking en tíminn leiðir í ljós hvert það leiðir,“ segir Þorsteinn.

„Auk þessa er ég í kennaranámi í leiklist úti í Bandaríkjunum. Ég er líka að leikstýra óperu fyrir Söngskóla Sigurðar Demetz og svo má geta þess að kvikmyndin Síðasta veiðiferðin verður frumsýnd í byrjun mars á þessu ári en ég lék í henni síðasta sumar ásamt einvalaliði og í góðum félagsskap kvikmyndagerðarmanna sem ég hef þekkt áratugum saman.“

Hraðaspurningar

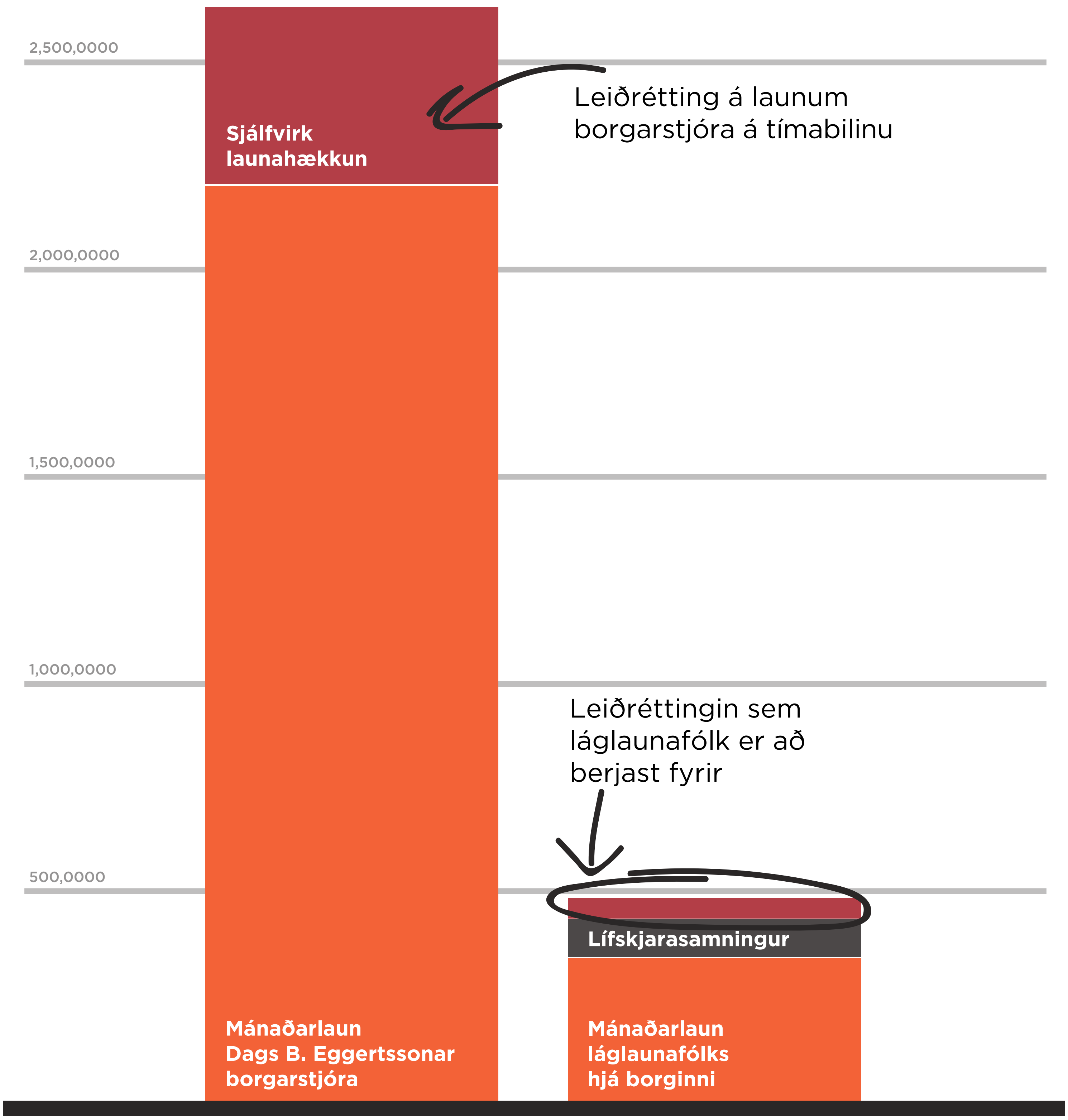
Uppáhaldsveitingastaður á Akureyri? Berlín.

Stjörnumerki? Sól, Tungl, Merkúr og Neptúnus í Sporðdreka. Venus og Mars í Bogmanni. Rísandi Meyja með miðhimin í Tvíbura. Júpíter í Krabba og Satúrnus í Fiskum. Nokkuð augljóst, ekki satt? (Hlær)

Hvað starfaðir þú við ef þú værir ekki leikari? Ég væri kennari eða forstjóri einhvers konar hugsa ég.

Hvað ertu að lesa núna? Ég er að lesa Veröld sem var eftir Stefan Zweig. Annars er ég líka með heilu bunkana af leiklistarbókum og kvikmynda- og sjónvarpshandritum á náttborðinu auk valinna bóka eftir Gunnlaug Guðmundsson.

Býrðu yfir leyndum hæfileikum? Sem þú opinberar auðvitað hér með? Ég er lipur í borðtennis og næmur á andlega sviðinu.



Örlítið réttlæti

Er það til of mikils mælst?

Borgarstjóri fær sjálfvirka vísitöluhækkun tvisvar sinnum á ári, það verða 450 þúsund krónur á mánuði í árslok 2022. Á sama tíma fer lægst launaða starfsfólk borgarinnar fram á 22-52 þúsund króna hækkun á mánuði. Þarf virkilega að fara í verkfall til þess að fá þessa litlu leiðréttingu?

Samninganefnd Eflingar
við Reykjavíkurborg

EFLING
Barátta fyrir betra lífi

VERKFALL — STRIKE — STRAJK — SREIKS — WELGA — STREIKAS — HUELGA —
Borgin er
í okkar höndum

Jamie segist mestar áhyggjur hafa af leiðtogum og ríkisstjórnum þegar komi að baráttunni gegn loftslagsbreytingum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Borgar sig margfalt að breyta rétt

Jamie Nack starfar við stefnumótun í loftslagsaðgerðum fyrir stórfyrirtæki og viðburði. Hún er forstjóri Three Squares Inc. og starfaði um tíma náið með Al Gore. Jamie gefur íslenskum stjórnendum ráð til að bylta rekstri sínum í þágu umhverfisins.

Þetta er fyrsta heimsóknin mín til Íslands, ég er mjög spennt," segir Jamie Nack, forstjóri Three Squares Inc. Hún tekur þátt í Janúarráðstefnu Festu 2020 þar sem hún mun ráðleggja og aðstoða íslenska stjórnendur í stefnumótunarvinnu í loftslagsaðgerðum.

Jamie er hluti af Young Global Leaders vettvangi World Economic Forum og starfaði fyrir Al Gore í verkefninu The Climate Reality Project.

Tvær leiðir færar

„Ég ræði við stjórnendur um loftslagskrísuna og hvernig fyrirtæki um heim allan hafa tekist á við hana og breytt stjórnarháttum sínum og rekstri. Það eru nefnilega tvær leiðir færar í þessum efnum, að líta á loftslagskrísuna sem tækifæri til þess að grípa til aðgerða og breyta rétt í þágu komandi kynslóða. Það borgar sig margfalt því um leið skerðu þig úr frá samkeppnisaðilum þínum og leiðir breytingar. Hin leiðin er að gera ekkert, og jafnvel að standa í vegi fyrir úrbótum. Það felst meiri háttar áhætta í því að breyta rangt og gegn umhverfinu, stjórnandinn gerir fyrirtækið að risaeðlu," segir Jamie og leggur áherslu á að stjórnendur fyrirtækja skoði hugarfar sitt og hvort þeir búi yfir eiginleikum til að takast á við krísur og breytingastjórnun.

Saga Elmhurst-mjólkurbúsins

„Stjórnendur geta gert vel með því að gera það góða. Það eru ótalmörg dæmi um rótgróin fyrirtæki sem hafa bylt rekstri sínum til að takast á við gjörbreytta neysluhegðun sem er vís til að breytast enn meira í náinni framtíð. Ég get til dæmis nefnt Elmhurst sem var eitt virtasta og stærsta mjólkurbú Bandaríkjanna. Fyrirtækið er rótgróið fjölskyldufyrirtæki stofnað árið 1925 og framleiddi mjólk og mjólkurvörur.

Árið 2016 lokaði Henry Schwartz síðasta mjólkurbúinu í New York og rauf 90 ára framleiðslusögu og hefð. Faðir hans og frændu höfðu farið um á mjólkurbílnum og afhent íbúum í Queens og Brooklyn mjólk á flöskum. Árið 2017 var tekin ákvörðun um að gjörbreyta starfseminni og Elmhurst fór úr því að halda kýr og framleiða mjólk í að framleiða hnetumjólk. Eigendur fyrirtækisins tóku af skarið og í mínum huga er það eitt einkenna góðra stjórnunarhátta og farsældar í rekstri að geta lagað sig að umhverfinu með þessum hætti."

Sjálfbærnifulltrúar til fyrirtækja

„Fyrir áratug átti fólk í vandræðum með að skilja hugtakið sjálfbærni og stjórnendur og fyrirtæki voru hikandi í að breyta stefnu fyrirtækisins. Nú ráða fyrirtæki sérstaka starfsmenn sem hafa það alfarið á sínu verksviði að gera fyrirtækið sjálfbært og sjá til þess að loftslagsáhætta sé reiknuð inn í alla starfsemi þess."

Jamie hefur gætt þess að vera hvetjandi og málefnaleg. Hún vill að stjórnendur sjái fyrir sér jákvæðar afleiðingar gjörða sinna. „Hver ætli verði helsta ástæðan fyrir því að við náum að koma í veg fyrir verstu mögulegu áhrif loftslagsbreytinga samkvæmt sögubókum eftir 200 ár? Það er gott fyrir hvern og einn að hugleiða þetta, stundum þarf maður að einfalda hlutina og persónugera þá til að sjá réttu leiðina. Því það er ofgnótt af upplýsingum og sumar eru villandi," segir Jamie.

Endurvinnsla er ekki lausn

„Við höldum oft að með því að setja plast eða tæki í endurvinnslu séum við laus allra mála og höfum gert eitthvað rétt. En endurvinnsluiðnaður er í ákveðinni krísu. Kínverjar tilkynntu að þeir myndu ekki taka lengur við plasti til endurvinnslu frá löndum heimsins. Og því sitja margir uppi með birgðir af óendurunnu plasti. Sem leiðir af sér að við erum ekki laus allra mála þó að við teljum okkur endurvinna.

Við þurfum einfaldlega að gæta neyslu okkar og nota minna af vörum sem innihalda skaðleg efni fyrir umhverfið og meira af þeim sem eru náttúruleg og vistvæn," segir Jamie.

„Og af því að við erum að tala um tæki og nútímalega lifnaðarhætti þá eru að verða mjög dramatísk umskipti í Kína. Þar sem rísa upp á miklum hraða stórborgir. Fólk er að flytja úr dreifbýli í borgir og því fylgja miklar breytingar á lífsstíl. Þrátt fyrir viðleitni okkar til að minnka neyslu eru að verða breytingar í heiminum sem leiða til stóraukinnar neyslu. Þess vegna erum við stöðugt að leita leiða til sjálfbærni. Lausnin í dag er ekki endilega lausnin á morgun," segir Jamie og segir að jafnvel þótt við höfum góðar lausnir þá þurfi meira til.

„Ég hef mestar áhyggjur af leiðtogum og ríkisstjórnum. Stjórnmálaóstöðugleiki getur gert það að verkum að við stöndum ekki nógu sterk gagnvart ógnum loftslagsbreytinga," segir Jamie spurð um hvað hún telji að geti helst staðið í vegi fyrir úrbótum.

Sjálfbærir viðburðir

Jamie þróaði sjálfbærar leiðbeiningar fyrir þá sem halda viðburði sem fela í sér skref sem hægt er að taka á hverjum viðburðarstað til að draga úr kolefnisspori vegna viðburðarins. Hún hefur enda góða reynslu í að skipuleggja risaviðburði með umhverfisvernd í huga. Ólympíuleikarnir í London 2012 voru haldnir eftir þessum leiðbeiningum og eru oft notaðir sem viðmið þegar haldnir eru stórir viðburðir.

Hér er stiklað á stóru í leiðbeiningum Jamie og talin upp nokkur atriði sem geta skipt miklu máli.

Orkusparnaður

Hönnun sviðsmyndar og lýsing:
- Notið orkusparandi ljós þar sem mögulegt er.

Heimilistæki, raftæki og rafmagnsþjónusta:
- Veljið umhverfismerkt heimilistæki (energy star eða samsvarandi).
- Notið ljósdeyfi til að hvíla lýsingu á milli sýninga.
- Slökkvið á tölvum, skjáum, prenturum og ljósritunarvélum þegar tækin eru ekki í notkun.

Sjálfbær efniviður
- Ef viðburðurinn felur í sér byggingu sviðs, skal hanna allar sviðsmyndir þannig að hægt sé á auðveldan hátt að taka þær niður og endurnýta.
- Veljið endurunna vöru, tæki og heimilistæki.
- Notið sjálfbæran efnivið, til dæmis við og tré.
- Forðist PVC-efni sem innihalda plastmýkingarefnin þalöt, efni sem innihalda brómuð eldvarnarefni, og vatnsvarið og meðhöndlað timbur sem inniheldur arsenik eða króm.
- Forðist trefjagler og pólýsterínfroðu.
- Notið aðkeypta prentþjónustu sem notar grænar prentaðferðir og pappír sem er vottaður af FSC.

Veitingasala
- Ef viðburðinum fylgja veitingar, skal fylgja leiðbeiningum um sjálfbær matvæli og drykkjarföng.
- Hafið samband við veitingasölu sem býður upp á lífrænan og staðbundið ræktaðan mat og matvöru.
- Forðist að bera fram mat sem er pakkaður í stakar pakkningar.
- Forðist vatnsflöskur úr plasti.
- Forðist einnota diska og glös. Notið endurnýtanleg matarstell, hnífapör og glerglös.

Samgöngur og flutningur
- Gefið gestum og starfsfólki leiðbeiningar um almenningssamgöngur og hvernig er hægt að komast til og frá viðburðinum.
- Ef notaðir eru bílaleigubílar skal velja hybrid bíla eða bíla sem nota umhverfisvænt eldsneyti.

Fólk Helgin

LAUGARDAGUR 1. FEBRÚAR 2020

Anita Rós Þorsteinsdóttir er með mörg járn í eldinum. Samhliða danskennslu og kennaranámi syngur hún og dansar auk þess sem hún flýgur á sumrin. Um helgina verður nóg um að vera hjá Anitu sem ásamt nemendum Kvennaskólans er á lokametrunum að undirbúa söngleik. →4

Dagrún Mjöll Ágústsdóttir hefur afar góða reynslu af Active Joints hylkjunum. Hún hefur verið stirð og stíf eftir heilablóðfall fyrir nokkrum árum og átt erfitt með að koma sér í gang á morgnana, en er orðin miklu betri í líkamanum núna og getur loksins prjónað aftur. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Mýkri og sveigjanlegri liðir og sterkari bein

Vörulínan Eylíf býður nú upp á tvær nýjar vörur, Active Joints og Stronger Bones, sem bæta heilsu liðanna og styrkja beinin. Vörurnar eru unnar úr hreinum íslenskum hráefnum, framleiðslan fer öll fram á Íslandi og öll hráefnin sem eru notuð eru bæði sjálfbær og vistvæn. →2

EINSTAKT KOLLAGEN RAKAKREM

GEFUR GÓÐA NÆRINGU OG MIKINN RAKA

Fæst í flestum apótekum, Heilsuver, www.lyfja.is og www.heilsanheim.is

Ólöf Rún Tryggvadóttir er stofnandi vörulínunnar Eylíf, en hugmyndin að henni kom til vegna þess að hana langaði að setja saman þau frábæru hráefni sem eru framleidd á sjálfbæran hátt úr náttúrulegum auðlindum á Íslandi og auka þannig aðgengi fólks að þessum hráefnum. Hugmyndin kviknaði árið 2016, en undirbúningur hófst snemma árs 2018.

„Hugsjónin að baki Eylíf byggir á ástríðu minni fyrir heilsu, en ég trúi því að fólk geti stuðlað að bættri heilsu með því að hugsa vel um sitt eigið líf, lífsstíl og heilsu," segir Ólöf Rún. „Ég trúi því að fólk geti læknað sig sjálft með bættri hegðun og breytingu á háttum sem tengjast bæði líkamlegum og andlegum þáttum, því við erum öll okkar eigin heilsu og gæfu smiðir."

Tvær vörur frá Eylíf eru komnar á markað, Active Joints og Stronger Bones, en tvær aðrar vörur eru væntanlegar í vor.

Eykur sveigjanleika og styrkir bein

„Active Joints inniheldur uppbyggjandi næringarefni og margra ára rannsóknir sýna fram á jákvæð áhrif þeirra á heilsu beina, liðamóta, húðar og tanna," segir Ólöf Rún. „Það hefur áhrif á auma og viðkvæma liði, eykur sveigjanleika þeirra, styrkir bein og eykur orku ásamt því að húð, neglur og hár njóta góðs af.

Við vöndum til verka og sækjum í sjálfbærar auðlindir úr sjó og landi," segir Ólöf Rún. „Við notum hreina íslenska náttúruafurð, náttúruleg og hrein hráefni sem ekki eru erfðabreytt og stuðla að sveigjanlegri liðum, því með sveigjanlegri líkama erum við færari til að takast á við verkefnin í dagsins önn."

Getur loksins prjónað aftur

Þær Dagrún Mjöll Ágústsdóttir og Brenda Pretlove hafa báðar afar góða reynslu af Active Joints.

„Ég fékk heilablóðfall fyrir tæplega fimm árum og hef verið að eiga við afleiðingarnar af því," segir Dagrún. „Það lýsir sér helst þannig að ég hef verið stirð og lengi að koma mér á fætur á morgnana Einnig hef ég verið mjög stíf og stirð í fingrunum og fótunum og átti frekar erfitt með gang.

Ég hef notað Active Joints í nokkra mánuði og fann fljótlega mun á mér eftir að ég byrjaði að nota það," segir Dagrún. „Núna er ég orðin svo miklu betri í líkamanum, meltingin er betri og ég á auðveldara með að ganga, er fljótari að koma mér í gang á morgnana og ég hef líka loksins getað byrjað að prjóna aftur, en það er eitthvað sem ég hafði ekki getað í nokkur ár. Það er þvílíkur munur, því mér finnst svo gaman að prjóna. Árangurinn af því að nota Active Joints hefur verið alveg ótrúlegur fyrir mig og ég mæli svo sannarlega með Active Joints, því það virkar mjög vel fyrir mig."

Brenda Pretlove er búin að taka Active Joints hylkin í tíu mánuði.

„Ég hef verið slæm í skrokknum og með slit í liðum í mörg ár. Áður fyrr var ég að taka inn fæðubótarefni fyrir slit í liðum og ef ég reyndi að hætta á því fékk ég mikla verki í liðina og leið mjög illa," segir Brenda. „Þegar ég byrjaði að nota Active Joints var ég smá hrædd við að verða aftur slæm í liðunum, en þær áhyggjur voru óþarfar, því ég hef ekki fengið nein óþægindi eftir að ég byrjaði á Active Joints og hætti á hinu fæðubótarefninu.

Ég er líka mun sterkari í hnjánum en ég hef verið síðastliðin 40 ár, eftir að ég lenti í slysi. Svo er gaman að efnin virka líka svo vel á húðina, hárið og neglurnar, því ég finn mikinn mun á nöglunum sem vaxa sem aldrei fyrr og eru mikið sterkari og fallegri en áður," segir Brenda. „Hárið vex einnig mun betur og húðin er ekki eins þurr og hún átti til að vera áður. Fyrir konu á mínum aldri sem vill stunda hestamennsku af fullum krafti áfram og líta vel út og vera með flottar neglur og lipur liðamót mæli ég eindregið með þessari vöru. Þetta er frábær vara sem ég er hæstánægð með."

Brenda hefur verið slæm í skrokknum og með slit í liðum í mörg ár. En hún hefur tekið Active Joints hylkin í tíu mánuði og hefur ekki fundið fyrir neinum óþægindum á meðan. Hún mælir eindregið með þeim. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ólöf Rún segir að hráefnin sem notuð eru séu sótt í sjálfbærar auðlindir úr sjó og af landi og séu hrein íslensk náttúruafurð. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Nauðsynlegt að vinna gegn beinþynningu

„Við þurfum sterk bein alla ævi því við stöndum og föllum með því. Það er alltaf nauðsynlegt að huga að beinunum því fáir sjúkdómar skerða lífsgæði eins mikið og beinþynning," segir Ólöf Rún. „Bein eru stöðugt að eyðast og myndast og til 30 – 35 ára aldurs er jafnvægi á því. Eftir það byrja beineyðandi frumur að hafa betur og vegna hormónabreytinga á aldrinum 45 – 60 ára eykst hraði beineyðingar töluvert hjá sumum einstaklingum. Til að viðhalda þessu jafnvægi alla ævi þarf að stuðla að kalkmyndun með góðri næringu og hæfilegri áreynslu.

Stronger Bones inniheldur uppbyggjandi næringarefni, en margra ára rannsóknir hafa sýnt fram á jákvæð áhrif þeirra á beinauppbygginguna," segir Ólöf Rún. „Það hefur fyrst og fremst áhrif á styrkingu beina en húð, liðir, neglur og meltingin njóta líka góðs af.

Rétt eins og með Active Joints vöndum við til verka og sækjum í sjálfbærar auðlindir úr sjó og landi," segir Ólöf Rún. „Við notum hreina, íslenska náttúruafurð og náttúruleg og hrein hráefni sem ekki eru erfðabreytt til að stuðla að sterkari beinum, því með því að huga að beinunum stöndum við sterkari.

Stronger Bones frá Eylíf inniheldur 90 tuggutöflur í glasi. Best er að tyggja þrjár á dag með mat til að byggja upp og viðhalda sterkum beinum alla ævi," segir Ólöf Rún.

> Active Joints inniheldur uppbyggjandi næringarefni og margra ára rannsóknir sýna fram á jákvæð áhrif þeirra á heilsu beina, liðamóta, húðar og tanna.
>
> **Ólöf Rún Tryggvadóttir**

Hrein hráefni og sjálfbær framleiðsla

„Eins og áður sagði notum við eingöngu hrein íslensk hráefni sem eru þróuð á sjálfbæran hátt í Eylíf vörurnar," segir Ólöf Rún. „Þau helstu eru kalkþörungar, GeoSilica, smáþörungar (astaxanthín) og íslenskar jurtir. Kalkþörungar og GeoSilica eru í báðum vörunum, en smáþörungar (astaxanthín) og íslenskt birki eru aukalega í Active Joints.

Kalkþörungarnir vaxa villtir við strendur Vestfjarða og finnast helst í Arnarfirði, þar sem þeir eru týndir neðansjávar," segir Ólöf Rún. „Áhrif og virkni þeirra er einstök og þeir hafa verið rannsakaðir mjög ítarlega undanfarin ár. Þeir hafa einstaka eiginleika og góð áhrif á líkamann, styrkja beinvef, byggja upp beinin, hafa góð áhrif á meltinguna og húðina og hafa líka reynst vel gegn sliti og óþægindum í liðum, en margar rannsóknir hafa staðfest þessi áhrif.

GeoSilica er náttúrulegur hágæða kísill sem er tekinn úr náttúrulegu jarðhitaefni við Hellisheiðarvirkjun," segir Ólöf Rún. „Hann hefur öflug áhrif á bandvef, beinvef og styrkir húðina og eykur teygjanleika hennar. Hann eykur líka beinþéttni og örvar hárvöxt og styrkir neglurnar, brjóskmyndun og æðakerfið. Virkni hans hefur verið staðfest með rannsóknum.

Rannsóknir hafa líka staðfest virkni astaxanthín, eða smáþörunga, en það er öflugt andoxunarefni sem er 3000 sinnum öflugra en C-vítamín," segir Ólöf Rún. „Astaxanthín hefur einnig einstaka eiginleika og góð áhrif á líkamann og má nefna öfluga virkni fyrir húðina, vöðvana, blóðrásina, hjartað og heilann. Það styrkir ónæmiskerfið og sjónina og virkar sem innri sólarvörn fyrir húðina, ásamt því að auka teygjanleika og mýkt hennar, en margar rannsóknir hafa staðfest þessi áhrif.

Astaxanthín er framleitt í lokuðu kerfi með hreinu íslensku vatni, en framleiðslan er bæði vistvæn og sjálfbær.

Allar jurtirnar sem eru notaðar í Eylíf vörulínuna eru handtíndar og þurrkaðar af íslensku fyrirtæki," segir Ólöf Rún. „Birkilauf sem er í Active Joints hefur verið notað frá örófi alda við ýmsum kvillum og hefur vatnslosandi eiginleika."

Eylíf vörurnar fást í öllum apótekum, Hagkaup, Heilsuhúsinu og Fjarðarkaup og á eylif.is. Nánari upplýsingar er að finna á eylif.is

Nú fæ ég góðan nætursvefn

Melissa Dream hefur reynst mörgum vel. Það er sérvalin blanda af jurtum, steinefnum og vítamínum til þess að aðstoða við að ná slökun og værum svefni án þess að hafa sljóvgandi áhrif.

Melissa Dream inniheldur meðal annars sítrónumelissu sem notuð hefur verið til að bæta svefn í aldaraðir.

Svefninn er okkur gríðarlega mikilvægur til þess að við getum tekist á við eril dagsins og staðist þá streitu sem fylgir daglega lífinu. Svefninn er að stærstum hluta eins uppbyggður og á sama formi hjá öllum sem sofa eðlilega og ótruflað. Álitið er að REM-svefn og djúpsvefn séu mikilvægustu svefnstigin en þau ættu að ná yfir um það bil 45-50% af öllum nætursvefni. Fullorðinn einstaklingur þarf að meðaltali 7-8 klukkustunda svefn og ef það gengur ekki eftir getur það haft neikvæð áhrif á almenna líðan, fjölskyldu-, félags- og atvinnulíf.

Orsakir svefnleysis

Af hverju sofnum við ekki, erum andvaka eða vöknum upp um miðjar nætur og getum ekki sofnað aftur? Það eru fjölmargar ástæður fyrir því að við getum ekki sofnað eða sofið þannig að við hvílumst og vöknum endurnærð. Vaktavinna, ferðalög, kvíði og áhyggjur eru algeng orsök svefnleysis en ýmsir sjúkdómar geta einnig haft mikil áhrif á svefninn. Streita er mjög algeng orsök en það er allt of algengt að fólk vinni of mikið, sé með fjárhagsáhyggjur, vanti hreyfingu og/eða eigi í erfiðum samböndum, hvort sem er við maka, vini eða aðra. Mataræði, upptaka næringarefna og venjur geta líka átt stóran þátt í svefnleysi.

Langvarandi þreyta

Langvarandi röskun á svefni og svefnmynstri getur haft mjög alvarlegar heilsufarslegar afleiðingar í för með sér. Einkenni svefnleysis eru meðal annars þreyta yfir daginn, skapsveiflur og jafnvel þunglyndi og kvíði. Einbeiting versnar, slysahætta eykst og ýmis andleg og líkamleg vandamál geta komið upp. Sum einkenni geta líka dregið þann dilk á eftir sér að þau ýti undir frekara svefnleysi sem þýðir að við erum komin í vítahring sem þarf einhvern veginn að rjúfa.

Loksins góður nætursvefn

Soffía Káradóttir þekkir Melissa Dream og ber því vel söguna:

„Ég hef lengi verið með fótaóeirð sem hefur aukist með árunum og mér hefur reynst erfitt að sofa nógu vel vegna þess. Eftir að ég byrjaði að taka Melissa Dream hefur þetta algjörlega breyst. Ég tek 2 töflur fyrir svefninn og innan hálftíma er öll óeirð farin og ég fæ góðan nætursvefn. Að mínu mati eru þetta töfratöflur sem ég gæti ekki verið án og nú hef ég tekið Melissa Dream reglulega í þrjú ár.“

> Ég tek 2 töflur fyrir svefninn og innan hálftíma er öll fótaóeirð farin og ég fæ góðan nætursvefn.

Vilt þú sofa betur?

Það er ýmislegt sem hægt er að gera til að vinna bug á svefnleysi og gott að byrja á því að breyta einföldum hlutum í nærumhverfi okkar ef það á við. Gott getur verið að borða ekki 2-3 tímum áður en lagst er til hvílu og passa að drekka ekki of mikinn vökva, bæði til að gefa meltingarfærunum pásu og að losna við klósettferðir. Ekki taka tölvur eða síma með í rúmið og lágmarka alla notkun rafmagnstækja í svefnherberginu sem á að vera vel loftað, myrkvað og hljóðlátt. Náttúruleg bætiefni reynast mörgum vel og hefur Melissa Dream alveg slegið í gegn. Þetta bætiefni hefur meðal annars fengið viðurkenningu frá National Nutrition í Kanada í flokki bestu fæðubótarefna gegn streitu.

Soffía Káradóttir.

Náðu betri svefn

Melissa Dream inniheldur sítrónumelissu sem hefur verið notuð í aldaraðir meðal annars til að bæta svefn. Þar er einnig að finna L-theanine, amínósýru sem finnst í svörtu og grænu tei. Melissa dream inniheldur einnig fjöldi vítamína og steinefna þar á meðal:

- B6-vítamín sem stuðlar að því að halda reglu á hormónastarfsemi.
- B12 sem stuðlar að eðlilegri starfsemi taugakerfisins sem og eðlilegri sálfræðilegri starfsemi ásamt B1, B2 og B3.
- Magnesíum sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi sem og viðhaldi beina.

HAM

Svefnleysi getur þó verið alvarlegra vandamál en svo að einföld ráð dugi. Þá er best að ráðfæra sig við lækni. Þess ber þó einnig að geta að rannsóknir hafa sýnt að bestur árangur næst með hugrænni atferlismeðferð (HAM) sem er nokkurra vikna námskeið sem fólk getur sótt.

Útsölustaðir: Öll apótek, heilsuverslanir og heilsuhillur stórmarkaðanna.

Forréttindi að fá að vinna við það sem maður elskar

Anita Rós hefur mörg járn í eldinum en samhliða danskennslu og kennaranámi syngur hún og kemur fram sem dansari auk þess sem hún flýgur á sumrin. Um helgina verður nóg um að vera hjá henni en hún, ásamt nemendum Kvennaskólans, er á lokametrunum að undirbúa söngleik.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is

Anita Rós Þorsteinsdóttir heiti ég og er 23 ára kennaranemi við Háskóla Íslands. Ég starfa sem danskennari hjá Dansskóla Birnu Björnsdóttur, sem flugliði hjá Icelandair á sumrin og í fjölbreyttum verkefnum hjá Þjóðleikhúsinu."

Ástríða og annríki

Anita hefur lagt stund á dans frá unga aldri. „Ég hef mikla ástríðu fyrir dansi og tónlist en hef æft dans frá fimm ára aldri. Að fá að vinna við það sem maður elskar eru forréttindi. Dansinn veitir manni svo mikla lífsgleði og hamingju, losar um tilfinningar og er frábær sálar- og líkamsrækt. Það er magnað að fylgjast með nemendum sínum blómstra og taka framförum, þá einmitt sér maður hvers virði þetta er."

Anita segir það hafa tekið tíma að telja í sig kjark til þess að syngja opinberlega. „Sönginn faldi ég lengi vel og það tók mig langan tíma að safna kjarki í að koma fram. Í dag er ég þokkalega virk á samfélagsmiðlum við að birta söngmyndbönd sem hefur skilað góðum árangri. Út frá því hef ég komist í samband við tónlistarfólk úr ýmsum áttum með góðar hugmyndir, sem mun vonandi leiða eitthvað skemmtilegt af sér."

Helgunum ver Anita gjarnan í dansinn og er þessi helgi engin undantekning. „Helgin hjá mér mun einkennast af miklum dansi. Ég er danshöfundur söngleiks Kvennaskólans í Reykjavík en þau eru að setja upp sýninguna High School Musical. Við erum að vinna að síðustu dansatriðunum um helgina, langt á undan áætlun, því leikhópurinn er algjörlega frábær," segir Anita, full eftirvæntingar. „En ég er ekki bara að stjórna heldur líka æfa sjálf. Undankeppni Dance World Cup er handan við hornið og eru stífar æfingar fyrir keppnisatriðið þessa helgina. Þetta ferli er nýtt og spennandi og við stefnum á aðalkeppnina sem haldin verður í Róm í sumar."

Anita Rós Þorsteinsdóttir er danshöfundur sýningar Kvennaskólans, High School Musical. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Það er magnað að fylgjast með nemendum sínum blómstra og taka framförum, þá einmitt sér maður hvers virði þetta er.

Leikið og lifað

Þá er nóg um að vera á þessum tíma árs hjá Anitu, sem reynir þó eftir fremsta megni að gefa sér tíma í að slaka á og njóta samvista við vini og vandamenn. „Það er oft mikið um að vera bæði vinnutengt og í félagslífinu. Nú fer árshátíðatímabilið að skella á en þá er ég mikið að koma fram sem dansari með söngvurum um helgar. Það er algjört stuð og eitthvað sem verður aldrei þreytt. Ég reyni að vera dugleg að hitta vini mína og fjölskyldu, fara á kaffihús, kíkja í bíó eða leikhús. Ég reyni að troða inn afslöppun þegar tími gefst og finnst snilld að fá að vera sófakartafla að horfa á Netflix."

Næst á dagskrá hjá Anitu er meðal annars að vinna í tónlistinni en hún hyggst gefa út plötu ásamt félaga sínum í náinni framtíð. „Ég hef mikið verið að grúska í músík með félaga mínum en hann er einmitt hljóðfæraleikari og að læra hljóðtækni. Það er margt í bígerð sem ég er spennt að leggja lokahönd á. Við stefnum á að gera draum að veruleika og gefa út plötu."

Ýmislegt fleira er á teikniborðinu. „Á árinu mun ég að öllum líkindum flytja utan í skiptinám með góðum vinum, vonandi kaupa mér íbúð og halda áfram að skapa eitthvað fallegt," segir Anita og gefur eftirfarandi heilræði: „Það er allt hægt ef viljinn er fyrir hendi. Setjum sjálf okkur í fyrsta sæti og leyfum okkur að líða vel."

Fljótlegir og hollir þeytingar

Þrátt fyrir að janúar sé liðinn er enn þá mikilvægt að huga að heilsunni og passa upp á mataræðið. Þessir fljótlegu og næringarríku þeytingar eru tilvaldir sem morgunmatur eða millimál.

Berjaþeytingurinn er einstaklega ljúffengur.

Lárperuþeytingur

2 lárperur
1 banani
Safi úr ½-1 sítrónu
1 bolli frosinn ananas eða mangó
½ bolli eplasafi
Vatn (eða jurtamjólk) og klakar eftir því hversu þykkur hann á að vera

Berjaþeytingur

2 bananar (ekki verra ef þeir eru frosnir)
1 bolli frosin jarðarber
1 bolli frosin bláber, eða berjablanda
1 bolli möndlu-, hafra- eða sojamjólk
Klakar ef vill

Blandið öllum innihaldsefnum saman í blandara og njótið. Gott er að strá hampfræjum yfir þeytingana.

JANÚARÚTSALA
20 - 50% AFSLÁTTUR AF ÚTSÖLUVÖRUM
-30%
HOLME 3JA SÆTA SÓFI KR136.500
NÚ KR. 95.550
HOLME STÓLL KR 79.900
NÚ KR. 55.930
10% AFSLÁTTUR AF NÝJUM VÖRUM
-30%
OFFLINE
Perky vegghilla kr. 7.300
NÚ KR. 5.110
-30%
Marble round sófaborð kr. 49.900
NÚ KR. 34.930
-20%
Sir William stóll kr. 119.800
NÚ KR. 95.840
-50%
Vasi kr. 5.600
NÚ KR. 2.800
Vasi kr. 4.300
NÚ KR. 2.150
Vasi kr. 4.650
NÚ KR. 2.325
-30%
Daisy innskotsborð kr. 33.700
NÚ KR. 23.590
ALLIR PÚÐAR
20 - 40%
AFSLÁTTUR
-30%
Linna svefnbekkur 80x200cm kr. 97.500
NÚ KR. 68.250
-20%
Smile Button 217cm sófi kr. 198.700
NÚ KR. 158.960
-30%
Plantation Puff kr. 97.500
NÚ KR. 68.250
-25%
Dagmar stóll kr. 72.700
NÚ KR. 54.525
LÍNAN
BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS f / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

Fjölbreytt dagskrá er í Hörpu í tilefni tónleikastaðadagsins Eldborg verður að risastórri sinfóníuhljómsveit þegar verkið CAT 192 verður flutt þar í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fjölbreytt og skemmtileg dagskrá á tónleikastöðum

Í dag verða tónleikastaðir í höfuðborginni með opið hús fyrir gesti og gangandi frá klukkan 13.00 til 18.00. Dagskráin er á vegum tónlistarborgarinnar Reykjavíkur og er hluti af Open Club Day. Open Club day er Evrópskur dagur þar sem fjölmargir tónleikastaðir opna dyr sínar að degi til.

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

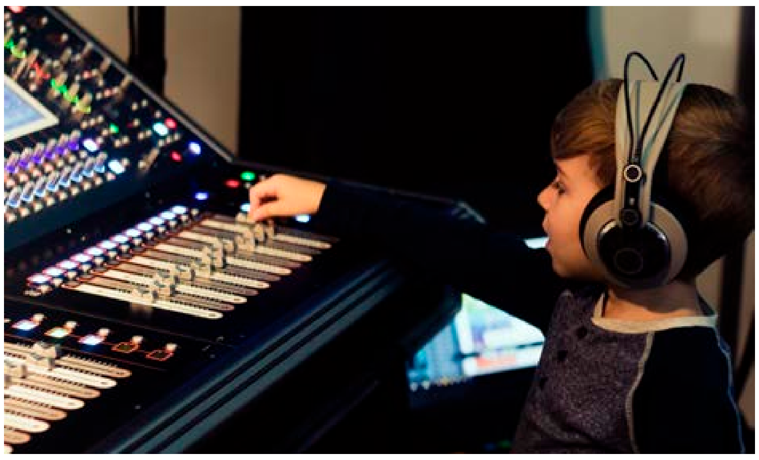
Skemmtileg dagskrá verður á ýmsum tónleikastöðunum í Reykjavík í dag. Meðal dagskrárliða er fjársjóðsleit sem gestum og gangandi býðst að taka þátt í með því að svara nokkrum laufléttum spurningum um tónleikastaði borgarinnar. Blöð með spurningum og korti er að finna á þeim tónleikastöðum sem taka þátt í opna húsinu. Þátttakendur sem ljúka við að svara spurningunum geta tekið mynd af svarblaðinu og sent á tonlistarborgin@reykjavik.is eða birt myndina á Instagram með myllumerkjunum #rvkmusiccity og #openclubday til að komast í pott. Dregið verður úr innsendum svörum og eru veglegir vinningar í boði fyrir hina heppnu: Miði á Iceland Airwaves, Menningarkort Reykjavíkur og tveir miðar á fjölskyldutónleikaröðina Reikistjörnur í Kaldalóni, Hörpu.

Verkið CAT 192 verður flutt í Eldborgarsal Hörpu en í verkinu verður Eldborg að risastórri sinfóníuhljómsveit. Stillanlegt hljómburðarkerfi Eldborgar, sem öllu jöfnu er nýtt til að breyta hljómburði salarins, er í aðalhlutverki en verkinu er stýrt af tölvunni CAT 192 sem verkið dregur nafn sitt af, CAT er skammstöfun fyrir Computer Aided Theatre. Verkið verður flutt klukkan 16.00 og 17.00 í rökkvaðri Eldborg. Verkið er eftir Hlyn Aðils Vilmarsson og Ilan Volkov og verður því stjórnað af Einari Rúnarssyni, sviðs- og tæknimanni í Hörpu.

Í Mengi verður hægt að skoða og prófa heimagerð hljóðfæri. Í Iðnó verður tónlistar- og upptökusmiðja fyrir börn auk þess sem boðið verður upp á leiðsögn um húsið og opna hljóðprufu. Á Loft Hostel verður vinnustofa í raftónlist.

Tónlistarspekúlantinn Arnar Eggert Thoroddsen frá Reykjavik Music Walk bregður út af vananum og leiðir göngu um tónleikastaði borgarinnar þar sem hann deilir fróðleik og sögum af stöðunum. Farið verður í tvær göngur yfir daginn sem hefjast klukkan 13.00 og 15.00 en farið verður frá aðalanddyri Hörpu og tekur hver ganga um 75 mínútur.

Tónleikastaðirnir sem taka þátt í viðburðinum eru Harpa, Mengi, Iðnó, Prikið, Loft Hostel, Röntgen, Hard Rock Café, Gaukurinn, Gamla bíó og Hressó.



Boðið er upp á tónlistar- og upptökusmiðju fyrir börn. MYND/GETTY

Dagurinn haldinn í Evrópu

Dagskráin er liður í þátttöku Tónlistarborgarinnar Reykjavíkur og tónleikastaða borgarinnar í Open Club Day en fjölmargir tónleikastaðir víðs vegar um Evrópu opna dyr sínar að degi til fyrir gesti sem vilja kynna sér starfsemina og taka þátt í viðburðum. Í dag er Open Club day haldinn í þriðja sinn í Evrópu á samtals yfir 115 stöðum.

Markmiðið með Open Club Day er að vekja athygli á allri þeirri starfsemi sem fer fram á tónleikastöðum, þeim störfum sem þeir skapa og því mikilvæga hlutverki sem þeir gegna fyrir menningarlíf borga.

Slagorð dagsins eru:

1. Tónleikastaðir skapa störf. Komdu og kynntu þér þau!
2. Tónleikastöðum er annt um sína gesti. Reyndu það á eigin skinni!
3. Tónleikastaðir eru vettvangur fyrir tónlistarfólk til að þroskast og þróast í sinni list.
4. Tónleikastaðir vilja starfa í sátt við sitt nærumhverfi.

Open Club Day er verkefni Live DMA með stuðningi frá Creative Europe. Nánari upplýsingar er að finna á openclubday.com

Ég hef alla tíð verið mjög viðkvæm í maganum og var búin að prófa ýmislegt. Ég fann fljótt mikinn mun þegar ég byrjaði að nota **Probi Mage** mjólkursýrugerla. Það er frábært að hafa loksins fundið eitthvað sem virkilega hjálpar mér og ég tek 1 hylki á dag og mun svo sannarlega halda því áfram því þetta bjargar mér algjörlega.
- Sigríður Rita Ragnarsdóttir

abel heilsuvörur www.abelheilsuvorur.is

Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is 550 5626

*Neyslukönnun Gallups 2018, allt land, 18-80 ára

job

SUMARSTÖRF HJÁ GARÐABÆ

GARÐABÆR AUGLÝSIR LAUS TIL UMSÓKNAR EFTIRFARANDI SUMARSTÖRF ÁRIÐ 2020 FYRIR UNGT FÓLK

GARÐYRKJUDEILD

ALMENN GARÐYRKJUSTÖRF
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2002 eða fyrr.

FLOKKSTJÓRAR VIÐ GARÐYRKJU
Umsjón með garðyrkjuhópum.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1999 eða fyrr.

STÖRF Í SLÆTTI
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2002 eða fyrr.

FLOKKSTJÓRAR VIÐ SLÁTT
Umsjón með sláttuhópum og tækjabúnaði.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1999 eða fyrr.

ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ

ALMENNIR VERKAMENN
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2002 eða fyrr.

BÆJARSKRIFSTOFUR

STARF VIÐ LAUNAVINNSLU
Almenn launavinnsla, skönnun og frágangur gagna.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1998 eða fyrr.

AÐSTOÐ Á TÆKNIDEILD
Skönnun og flokkun teikninga, gagnaskráning o.fl.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2000 eða fyrr.

AÐSTOÐ VIÐ SKJALAVÖRSLU
Pökkun, skönnun og skráning skjala í Onesystems. Gæti hentað t.d. nemum í sagnfræði, upplýsingafræði, félagsfræði eða lögfræði.

AÐSTOÐ Í ÞJÓNUSTUVERI
Móttaka viðskiptavina, gagnaskráning og almenn skrifstofustörf. Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1999 eða fyrr.

VINNUSKÓLINN

YFIRFLOKKSTJÓRAR
Skipulagning og stýring vinnuskóla í samvinnu við forstöðumann.

FLOKKSTJÓRAR
Skipulagning og stýring á vinnuhópum unglinga á aldrinum 13 – 16 ára við ýmis garðyrkjustörf.

SKRÁNING UNGLINGA Í VINNUSKÓLANN
Skráning unglinga sem fæddir eru árin 2004, 2005 og 2006 er hafin.

FJÖLBREYTT SUMARSTÖRF

Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2003 eða fyrr. Hægt er að sækja um í umhverfishópum, fjölbreytt störf á stofnunum, störf í leikskólum, skapandi sumarstörf, atvinnutengd frístundaúrræði fyrir fötluð ungmenni, stuðningur við fötluð ungmenni, stuðningur við börn með sérþarfir á sumarnámskeiðum og aðstoðarmenn á sumarnámskeiðum íþrótta- og tómstundafélaga.

VERKEFNASTJÓRI, AÐSTOÐARMAÐUR VERKEFNASTJÓRA, YFIRFLOKKSTJÓRI OG FLOKKSTJÓRAR

Stuðningur við fötluð ungmenni
Verkefnastjóri skal helst vera með þroskaþjálfamenntun og reynslu af störfum með fötluðu fólki.
Aðstoðarmaður verkefnastjóra skal helst vera með þroskaþjálfamenntun og reynslu af störfum með fötluðu fólki.

Skapandi sumarstörf
Starf aðstoðarmanns verkefnastjóra felst í skipulagningu og stýringu á vinnu ungmenna í skapandi sumarstarfi í samvinnu við verkefnastjóra.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2000 eða fyrr.

Flokkstjórar í leikskólum
Störfin felast í skipulagningu og stýringu í samvinnu við leikskólastjóra á vinnu ungmenna á aldrinum 17 – 20 ára sem eru við sumarstörf í leikskólum.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2000 eða fyrr.

Yfirflokkstjóri umhverfishópa
Starfið felst í stefnumótun, skipulagningu og stýringu á vinnuhópum ungmenna.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1997 eða fyrr.

Flokkstjórar umhverfishópa
Störfin felast í að stýra hópum ungmenna við almenn garðyrkjustörf.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 1999 eða fyrr.

BÓKASAFN
Almenn afgreiðslustörf, aðstoð við upplýsingaleit o.fl.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2002 eða fyrr.

HÖNNUNARSAFN ÍSLANDS
Flokkun safngripa, gagnaskráning, móttaka gesta o.fl.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2002 eða fyrr.

STÖRF Á HEIMILI FATLAÐS FÓLKS
Aðstoða þjónustunotendur við daglegar athafnir, tómstundaiðkun, heimilishald o.fl.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2000 eða fyrr.

ÞJÓNUSTA VIÐ ELDRI BORGARA Í JÓNSHÚSI
Afgreiða í kaffiteríu, frágangur í eldhúsi og sal. Aðstoð við viðburði eftir þörfum.
Umsækjendur skulu vera fæddir árið 2003 eða fyrr.

Nánari upplýsingar og lýsingar á störfunum má finna á heimsíðu Garðabæjar www.gardabaer.is

Umsóknarfrestur er til og með 9. mars 2020.

Umsækjendur skulu sækja um ofangreind störf rafrænt á ráðningarvef Garðabæjar https://starf.gardabaer.is

GARÐABÆR
gardabaer.is

Launafulltrúar,
gjaldkerar,
þjónustufulltrúar

hagvangur.is

HAGVANGUR

Framkvæmdastjóri fjármála

Reir Verk ehf. leitar að öflugum einstaklingi til að taka að sér starf framkvæmdastjóra fjármála. Æskilegt er að viðkomandi hafi reynslu úr byggingariðnaði og rekstri fyrirtækja.

Umsóknarfrestur
12. febrúar

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/23289

Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Dagleg stjórnun fjármála og reksturs.
- Samskipti við fjármálastofnanir.
- Greiningar og skýrslugerð.
- Áætlanagerð og kostnaðareftirlit.
- Umsjón með launavinnslu.
- Gerð mánaðaruppgjöra, árs og árshlutareikninga.
- Undirbúningur fyrir endurskoðun.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi svo sem viðskipta- eða verkfræðimenntun.
- Viðbótarmenntun í reikningshaldi er kostur.
- Reynsla af áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Góð þekking, færni og reynsla af fjárhagskerfum s.s. Navision og DK eða sambærileg kerfi.
- Kunnátta og færni í Excel, kunnátta í Power BI er kostur.

REIR VERK

Reir Verk ehf. er dótturfélag Reir ehf. eignarhaldsfélags, sem var stofnað árið 2005.

Reir Verk ehf. er í dag öflugt og framsækið byggingarfélag sem vinnur að fjölbreyttum fasteignaverkefnum. Undanfarin ár hefur Reir Verk ehf. unnið að uppbyggingu á metnaðarfullum verkefnum í miðbæ Reykjavíkur ásamt þróun fasteignaverkefna. Fyrirtækið hefur á að skipa öflugum starfsmönnum, stjórnendum og tækjabúnaði. Markmið félagsins er að veita einstaklingum, fyrirtækjum og stofnunum heildarlausnir í byggingaverkefnum.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Viltu skapa verðmæti?

Matís ohf. leitar að tveimur sérfræðingum til starfa, annars vegar á Akureyri og hins vegar í Vestmannaeyjum. Starfið felur að mestu í sér vinnu við rannsóknar- og þróunarverkefni á starfssviði Matís.
Þessar ráðningar eru í samræmi við stefnu Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytis um eflingu starfsemi á landsbyggðinni.
Um fullt starf er að ræða.

Umsóknarfrestur
17. febrúar

Upplýsingar og umsókn
capacent.is

Starfssvið:

- Efla samstarf Matís við atvinnulíf á sviði tækni og nýsköpunar.
- Afla verkefna á sviði Matís í samvinnu við fyrirtæki á svæðinu.
- Setja upp og stýra rannsóknar- og þróunarverkefnum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Starfsreynsla og þekking á sjávarútvegi og/eða matvælaframleiðslu.
- Háskólagráða sem nýtist í starfi - framhaldsmenntun er kostur.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum og tengslamyndun.
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku.

matís

Matís styður viðskiptavini sína til aukinnar verðmætasköpunar, matvælaöryggis og lýðheilsu. Matís er þekkingar- og vísindasamfélag sem byggir á sterkum rannsóknainnviðum og samstarfi, með það að markmiði að hámarka áhrif fjárfestinga í rannsóknum og nýsköpun.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Ef þú ert með rétta starfið – erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

Framkvæmdastjóri

unicef

UNICEF á Íslandi leitar að nýjum framkvæmdastjóra. Framkvæmdastjóri er talsmaður félagsins og tengiliður við opinbera aðila, fyrirtæki og breiðan hóp samstarfaðila. Æskilegt er að viðkomandi hefji störf eigi síðar en 4. maí n.k.

Umsóknarfrestur
10. febrúar

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/23288

Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Ábyrgð á stjórnun og rekstri félagsins.
- Ábyrgð og umsjón með fjáröflun félagsins.
- Ábyrgð og umsjón með fjármálum og starfsmannamálum.
- Framkvæmd ákvarðana stjórnar og UNICEF alþjóðlega.
- Umsjón tengsla við UNICEF alþjóðlega.
- Þátttaka í alþjóðlegu starfi.

Menntunar- og hæfniskröfur:

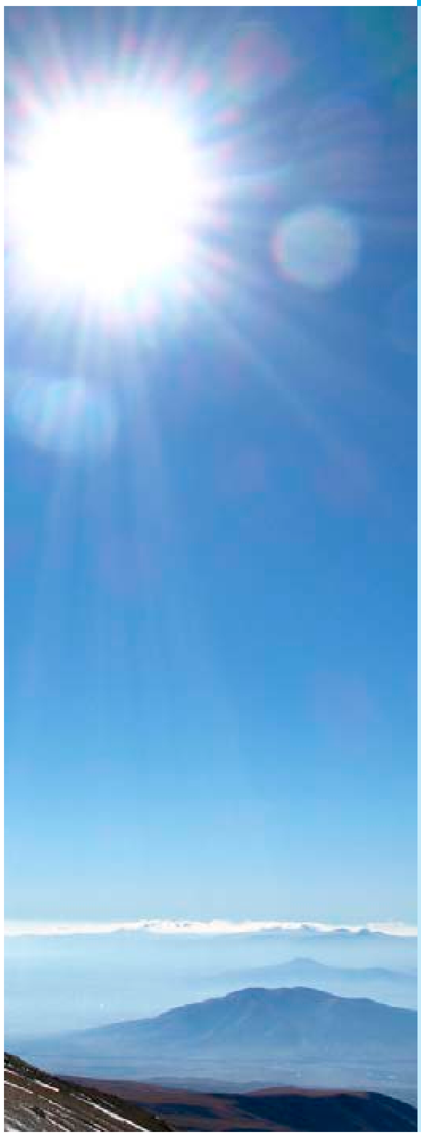
- Menntun sem nýtist í starfi.
- Farsæl stjórnunarreynsla.
- Skýr sýn á viðhaldi og uppbyggingu fjáröflunar og hæfni til að leiða öfluga kynningu á verkefnum UNICEF.
- Góð þekking á helstu málefnum sem starf UNICEF byggir á.
- Reynsla af mannúðarstarfi og alþjóðlegu samstarfi kostur.
- Góð tungumálakunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Leiðtogahæfileikar, frumkvæði og skipulagshæfni.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

UNICEF á Íslandi er íslensk landsnefnd Barnahjálpar Sameinuðu þjóðanna. UNICEF er leiðandi í hjálparstarfi fyrir börn í heiminum. Við berjumst fyrir réttindum allra barna og sinnum bæði langtímauppbyggingu og neyðaraðstoð. Við erum á vettvangi í yfir 190 löndum og höfum að leiðarljósi að börn njóti velferðar – hvar sem þau er að finna. Sjá nánar um starfsemina á www.unicef.is.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Loftslagsráð - Verkefnastjóri



Starf verkefnastjóra loftslagsráðs er laust til umsóknar. Um fullt starf er að ræða. Leitað er að einstaklingi með góða samskiptahæfni sem er tilbúinn til að takast á við krefjandi og áhugaverð verkefni.

Starfssvið

- Undirbúningur fjárhags- og starfsáætlana og funda loftslagsráðs.
- Umsjón með framvindu og skilum á aðkeyptri sérfræðiþjónustu, birtingu álita og efnis sem unnið er á ábyrgð ráðsins.
- Umsjón með framkvæmd samskiptastefnu, ábyrgð á vefsvæði og samfélagsmiðlum og annarri opinberri kynningu á starfi og áherslum ráðsins.
- Samstarf við hagaðila á sviði loftslagsmála, loftslagsráð í öðrum löndum, erlenda samstarfsaðila, umhverfis- og auðlindaráðuneytið og aðra aðila innan Stjórnarráðsins.

Menntunar og hæfniskröfur

- Meistaragráða eða sambærileg háskólagráða sem nýtist í starfi.
- Þekking og/eða reynsla á sviði loftslagsmála.
- Þekking eða reynsla á opinberri stjórnsýslu er æskileg.
- Reynsla af fjölmiðlun er kostur.
- Góð almenn tölvuþekking og þekking á samfélagsmiðlum sem og upplýsingamiðlun.
- Gott vald á talaðri og ritaðri íslensku og ensku.

Hlutverk loftslagsráðs er að veita stjórnvöldum aðhald og ráðgjöf um stefnumarkandi ákvarðanir og markmið Íslands sem tengjast loftslagsmálum.

Umsóknarfrestur er til og með 10. febrúar næstkomandi.
Nánari upplýsingar um starfið má finna á Starfatorgi og heimasíðu Capacent, www. capacent.com/s/23229

Stjórnarráð Íslands
Umhverfis- og auðlindaráðuneytið

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent_

capacent.is

VILTU TAKA ÞÁTT?

Sumarstörf

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins (SHS) vill ráða starfsfólk í sumarafleysingar fyrir sumarið 2020 til að sinna sjúkraflutningum. Við erum að leita að einstaklingum sem vilja láta gott af sér leiða og hafa áhuga á að tilheyra öflugu liði sem hefur það hlutverk að sinna útkallsþjónustu á höfuðborgarsvæðinu.

Við viljum gjarnan sjá fleiri konur í liðinu og hvetjum þær til að sækja um. Um er að ræða vaktavinnu, 8-12 tíma vaktir á öllum tímum sólarhrings.

Til að starfa við sjúkraflutninga þarf að hafa starfsréttindi sem sjúkraflutningamaður. Hægt er að sækja um án þess að hafa réttindin, en þá er gert ráð fyrir að þeir sem verða ráðnir hafi tíma til að ná sér í réttindin áður en þeir hefja störf.

Umsóknarfrestur er til **16. febrúar.** nk. Nánari upplýsingar um umsóknarferlið, hæfniskröfur og inntökuferlið er að finna á heimasíðu SHS.

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins

www.shs.is

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins – Skógarhlíð 14 – S: 528 3000 – www.shs.is

Finance Lead | Fjármálastjóri

Iceland

We offer an exciting workplace in an international environment where we strive for continuous improvement to meet our customer needs. We acknowledge and repect our customers' diversity and want our employees to reflect that diversity. Coca-Cola European Partners Iceland actively follows a strategy of equality. We encourage all individuals who fulfill requrirements for advertised positions to apply, irrespective of gender, religion, sexual orientation, age or disability.

Finance Lead, Iceland

As Finance Lead you will be part of CCEP Iceland Leadership Team and participate in implementing business strategy for Finance. You will lead a team of great employees and also be part of a team of finance leads in Northern Europe. You will be responsible for financial reporting and planning, as well as providing financial insights to create value for the business and enable strategic decison making.

You will also represent Finance in Iceland in central projects within Coca-Cola European Partners and work with an international team of Finance experts.

This is an exciting role that offers great opportunities for the right candidate.

Find out more on our career site https://is.ccep.jobs Applications should include both CV and Cover Letter in English and should be made through our career site https://is.ccep.jobs before **10th February 2020.** All enquiries will be treated as confidential.

Coca-Cola European Partners Iceland is a part of Coca-Cola European Partners, the world's largest Coca-Cola bottler in 13 territories in Western Europe. If you want to be part of transformational times at the company and building a great workplace for the future, apply now!

Coca-Cola European Partners Iceland er hluti af Coca-Cola European Partners, sem er stærsta Coca-Cola átöppunarfyrirtæki heims, mælt í tekjum, og er starfrækt í 13 löndum í Vestur-Evrópu. Ef þú vilt taka þátt í breytingartímum hjá Coca-Cola á Íslandi og hjálpa okkur við að byggja upp frábæran vinnustað til lengri tíma, hvetjum við þig til að slá til!

Við bjóðum spennandi vinnustað í alþjóðlegu umhverfi þar sem við erum í sífelldum breytingum og umbótavinnu til að mæta þörfum viðskiptavina. Viðskiptavinahópur okkar er fjölbreyttur og við viljum að starfsmenn okkar endurspegli þá fjölbreytni. Coca-Cola á Íslandi starfar eftir virkri jafnréttisstefnu og stjórnendur gera sér grein fyrir því að aukinn fjölbreytileiki í hópi starfsmanna skilar sér í auknum árangri fyrirtækisins.

Allir einstaklingar sem uppfylla hæfniskröfur auglýstra starfa eru hvattir til að sækja um störf, óháð kyni, trúarbrögðum, litarhætti, uppruna, kynhneigð, aldri eða fötlun.

Fjármálastjóri

Sem Fjármálastjóri munt þú sitja í framkvæmdastjórn og taka þátt í innleiðingu stefnu fyrirtækisins fyrir fjármálasvið. Þú munt leiða sterkt teymi hér á landi og jafnframt tilheyra hópi öflugra fjármálastjóra innan Norður-Evrópu einingar CCEP. Þú verður ábyrg/ur fyrir fjárhagsskýrslum og -áætlunum og verður jafnframt lykilmanneskja í að skapa virði fyrir fyrirtækið með greiningum og upplýsingum til að styðja við rétta ákvarðanatöku.

Um er að ræða spennandi starf á alþjóðlegum vettvangi sem býður mikla möguleika fyrir réttan einstakling!

Ítarlegri starfslýsingu má finna á ráðningarvef okkar https://is.ccep.jobs. Umsóknir skulu innihalda bæði ferilskrá og kynningarbréf á ensku og fara í gegnum ofangreindan ráðningarvef fyrir **10. febrúar 2020.** Farið verður með allar fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

For further information, please contact
Sonja M. Scott
People and Culture Business Partner, Iceland *sonja@ccep.is* or
Anna Regína Björnsdóttir
Finance Lead, Iceland, *annaregina@ccep.is.*

Coca-Cola EUROPEAN PARTNERS
Coca-Cola European Partners Ísland ehf.
Stuðlaháls 1, 110 Reykjavík - 525 2500 - Info@ccep.is

Byggingarfulltrúi

hjá Ísafjarðarbæ

Fullt starf | Sérfræðingur

Leitað er eftir skipulögðum, sjálfstæðum og drífandi einstaklingi sem sýnir metnað og frumkvæði í starfi. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur til 13. febrúar 2020

Sjá nánar á Job

job

Finnum draumastarfið saman

ÖRYGGISVÖRÐUR
SECURITY GUARD

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu öryggisvarðar lausa til umsóknar.
Umsóknarfrestur er til og með **9. febrúar 2020.**
Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Security Guard. The closing date for this postion is **February 9, 2020.** Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)

Verkefnastjóri innkaupa og sölu

Slysavarnafélagið Landsbjörg leitar að reynslumiklum einstaklingi til að sjá um innkaup, innflutning og sölu. Um 100% starf er að ræða.

Helstu verkefni eru

- að hafa umsjón með lager, framleiðslu, vöruþróun, innkaupum og dreifingu flugelda
- að vera tengiliður við einingar félagsins vegna flugelda
- að sjá um samskipti við innlenda og erlenda birgja
- að hafa yfirumsjón með sölumálum félagsins
- að sinna ráðgjöf við kaup á búnaði og aðstoð við einingar félagsins við innkaup
- að sinna innkaupum á vörum og búnaði fyrir félagið og einingar þess
- almenn skrifstofuvinna

Hæfniskröfur

- reynsla af markaðs- og/eða sölustörfum
- þekking og reynsla af alþjóðaviðskiptum
- góð almenn tölvukunnátta
- skipulögð, sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- liðshugsun og þekking á félagsstörfum
- góð samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund
- þekking á starfsemi félagsins æskileg
- meirapróf og réttindi á lyftara æskileg
- hreint sakavottorð

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Upplýsingar um starfið veitir Gunnar Stefánsson, skrifstofustjóri Slysavarnafélagsins Landsbjargar, í síma 570 5900 eða gunnar@landsbjorg.is

Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar fyrir **5. febrúar 2020** á gunnar@landsbjorg.is

Slysavarnafélagið Landsbjörg eru landssamtök björgunarsveita og slysavarnadeilda á Íslandi. Félagið er ein stærstu samtök sjálfboðaliða á Íslandi.

SLYSAVARNAFÉLAGIÐ LANDSBJÖRG

VAKI

Vaki er framsækið og leiðandi fyrirtæki með áherslu á vöruþróun og sölu á tæknibúnaði fyrir fiskeldi. Vörur Vaka eru þróaðar og framleiddar á Íslandi og seldar í yfir 60 löndum. Starfsmenn eru 30 talsins á Íslandi og 25 starfsmenn starfa í dótturfyrirtækjum Vaka í Chile, Skotlandi og Noregi. Vaki er 100% í eigu Biomark sem er hluti af MSD Animal Health, dótturfélagi lyfjaframleiðandans Merck. Sjá nánar á www.vaki.is og www.msd-animal-health.com

VÉLAHÖNNUÐUR

Vaki óskar eftir að bæta við starfsmanni í hönnunarteymi sitt þar sem áhersla er á tækni til notkunar í fiskeldi. Um er að ræða hátæknibúnað þar sem unnið er með samspil vél-, rafeinda- og hugbúnaðar. Við leitum að einstaklingi sem hefur brennandi áhuga, þekkingu og reynslu af vélhlutahönnun. Innan fyrirtækisins starfar öflugur hópur tæknimenntaðs fólks og krefst starfið samskipta við fjölbreyttan hóp undirverktaka og samstarfsaðila bæði innanlands og erlendis. Verkefnin eru krefjandi og miklir möguleikar á faglegri uppbyggingu í starfinu.

Hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi
- Góð þekking í vélhlutahönnun, s.s. efnisfræði, vélhlutafræði og tækniteiknun
- Notkun á þrívíddarhönnunartólum, s.s. Autodesk Inventor eða Solidworks
- Reynsla af störfum við stálsmíði eða af vélaverkstæði
- Grunnþekking á hugbúnaðartólum s.s. töflureiknum, ritvinnslu o.s.frv.
- Staðgóð enskukunnátta

Kostur ef einnig er til staðar þekking og áhugi á:

- Iðnstýringum
- Rafmagni, lágspennu
- Loft- eða glussakerfum

Umsóknir óskast fylltar út á **hagvangur.is**

Umsóknarfrestur til og með 10. febrúar nk.

HAGVANGUR

Hjúkrunarstjóri óskast - Skjólgarður öldrunarheimili

Hlutverk Skjólgarðs er að veita fjölbreytta öldrunar- og sjúkraþjónustu fyrir íbúa sveitarfélagsins.
Þar eru í dag rekin 24 hjúkrunarrými, 6 dvalarrými og 7 dagdvalarrými með opinni dagþjónustu eldri borgara.
Á hjúkrunardeild eru 4 sjúkrarými. Á Skjólgarði eru samtals 26 stöðugildi.

Helstu verkefni

- Ber ábyrgð á hjúkrun, ráðgjöf og þjónustu á hjúkrunar-, dvalar- og dagdvalardeild
- Ábyrgð á faglegri framkvæmd þjónustu í samræmi við gæðavísa heilbrigðisráðuneytis og Landlæknisembættis um heilbrigðisþjónustu
- Ber ábyrgð á að rekstur sé í samræmi við rekstraráætlanir
- Ber ábyrgð á starfsmannamálum og starfar í samræmi við mannauðsstefnu sveitarfélagsins
- Þátttaka í stefnumótun og eftirfylgd stefnu

Hæfnikröfur

- Fullgilt hjúkrunarpróf og íslenskt starfsleyfi
- Reynsla af stjórnun með mannaforráð
- Reynsla af þátttöku í gerð fjárhags- og launaáætlana kostur
- Reynsla af uppbyggingu eða endurskipulagningar hjúkrunarstarfsemi kostur
- Þekking á Eden-hugmyndafræðinni eða sambærilegri stefnu æskileg
- Þekking á RAI-mælitækinu kostur
- Mikil hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð yfirsýn og skipulagshæfni
- Geta til þess að starfa undir álagi

Umsóknum skal fylgja ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar ásamt rökstuðningi fyrir hæfi til að sinna starfinu. Umsóknir skulu sendar á netfangið gudrundadda@hornafjordur.is. Kjör fara eftir kjarasamningi Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og Launanefndar sveitarfélaga. Aðilar af öllum kynjum eru hvattir til að sækja um starfið.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðrún Dadda Ásmundardóttir, framkvæmdastjóri - gudrundadda@hornafjordur.is - 4708616/8488828.
Umsóknarfrestur er til og með 12. febrúar 2020.

Hornafjörður er blómstrandi 2400 manna samfélag sem byggir á sjávarútvegi og ferðaþjónustu. Öflugt menningar- og félagslíf er í sveitarfélaginu. Fjölbreytt íþróttastarf fyrir börn og ungmenni. Nýheimar þekkingarsetur er mennta- og fræðastofnun þar sem koma saman Rannsóknasetur Háskóla Íslands, Náttúrustofa Suðausturlands, Framhaldsskóli, Hornafjarðarsöfn, Matís og Fræðslunet Suðurlands. Stuðningur við frumkvöðla, t.d. FAB LAB smiðja er í Vöruhúsi.Öll almenn þjónusta er til staðar í sveitarfélaginu og þar má nefna tónskóla, líkamsrækt, knatthús, sundlaug og heilbrigðisstofnun. Samgöngur til Hafnar eru greiðar, beint flug og strætó.

Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / www.hornafjordur.is

BJARTUR FASTEIGNASALA

Bjartur fasteignasala óskar eftir að ráða til starfa löggiltan fasteignasala eða aðstoðarmann fasteignasala í námi til löggildingar.

Áhugasamir geta sent póst á magnus@bjarturfasteign.is

Verkefnastjóri Umhverfismiðstöðvar Akureyrarbæjar

Umhverfis- og mannvirkjasvið Akureyrarbæjar óskar eftir að ráða til starfa verkefnastjóra Umhverfismiðstöðvar. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf fljótlega. Umhverfis- og mannvirkjasviði er skipt upp í fjórar deildir nýframkvæmdir, viðhald mannvirkja, umhverfismál og sorphirða og slökkvilið og brunavarnir.

Helstu verkefni:

- Ber ábyrgð á uppsetningu verkbókhalds Umhverfismiðstöðvar í samráði við rekstrardeild UMSA.
- Verkefnastjóri skipuleggur verkefni með verkstjórum UHM.
- Vinnur að fjárhagsáætlunargerð með forstöðumanni og sviðsstjóra.
- Tekur við verkbeiðnum frá Umhverfis- og mannvirkjasviði og deilir þeim út til starfsmanna og verktaka í samráði við Umhverfis- og mannvirkjasvið.
- Skipuleggur verkefnin og hefur samráð við þá hagsmunaaðila sem að verkefnunum koma.
- Ber fjárhagslega ábyrgð á þeim verkefnum sem hann stýrir og að þau séu í samræmi við verkbeiðnir/ fjárhagsáætlun verkefnanna hverju sinni.
- Yfirferð og samþykktir reikninga frá verktökum niður á verkbeiðnir sem sendar eru út.
- Yfirferð tímaskrifta starfsmanna og tækja niður á verkbeiðnir.
- Sinnir öðrum þeim verkefnum sem honum eru falin og falla innan starfssviðs.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Gerð er krafa um háskólamenntun á sviði verklegra framkvæmda svo sem verkfræði eða tæknifræði eða sambærileg menntun.
- Nám og/eða reynsla í verkefnastjórnun er kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta er nauðsynleg.
- Hæfni til stjórnunar, skipulagningar, nýsköpunar og innleiðingu nýrra hugmynda og vinnubragða.
- Hæfni í mannlegum samskiptum, góð framkoma og þjónustulund er nauðsynleg.
- Trúnaður og þagnarskylda.
- Gerð er krafa um vammleysi, s.s. að vera með gott orðspor og að framkoma og athafnir á vinnustað og utan hans samrýmist starfinu.

Tekið verður tillit til samþykktar bæjarstjórnar Akureyrar um jafnréttismál við ráðningu í starfið.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Upplýsingar um kaup og kjör veitir launadeild Akureyrarbæjar í síma 460-1060 á milli kl 11:00 og 16:00. Nánari upplýsingar um starfið eru veita Guðríður Friðriksdóttir, sviðsstjóri umhverfis- og mannvirkjasviðs gudridur@akureyri.is og Hrafn Svavarsson, forstöðumaður Umhverfismiðstöðvar hrafn@akureyri.is.

Nánari upplýsingar um starfið er að finna á heimasíðu Akureyrarbæjar, www.akureyri.is þar sem sótt er um rafrænt.

Umsóknarfrestur er til og með 10. febrúar 2020.

Linkur á umsókn:
https://www.akureyri.is/is/stjornkerfi/akureyri/storf-i-bodi/laus-storf/view/00003402

Akureyrarbær

Geislagata 9 Sími 460 1000 www.akureyri.is akureyri@akureyri.is

Fjármála- og áhættustýringarsvið Reykjavíkurborgar leitar að öflugu starfsfólki á skrifstofu áhættustýringar.

Skrifstofa áhættustýringar fer með stefnumörkun og innleiðingu á heildstæðri áhættustýringu hjá Reykjavíkurborg. Skrifstofan ber jafnframt ábyrgð á fjárhagslegum áhættugreiningum vegna A-hluta borgarsjóðs og tekur þátt í stefnumótun um fjármálastjórn og fjárhagslega áhættustýringu.

Skrifstofustjóri áhættustýringar

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Stjórnun og dagleg ábyrgð á starfsemi og rekstri skrifstofunnar
- Ábyrgð á innleiðingu áhættustefnu og framkvæmd áhættustýringar
- Ábyrgð á vöktun hagstærða, greiningu á stöðu og horfum í efnahagsmálum
- Ábyrgð á og mótun aðferðarfræði og skýrslugjöf vegna áhættustýringar
- Ábyrgð á fjárhagslegum áhættugreiningum í rekstri og rekstrarumhverfi borgarinnar
- Veitir ráðgjöf og fræðslu á sviði áhættustýringar
- Ábyrgð á leiðbeiningar-, eftirlits- og þróunarhlutverki á sviði áhættustýringar

Sérfræðingur í áhættustýringu

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Innleiðing áhættustýringar þvert á starfsemi borgarinnar í samræmi við áhættustefnu
- Þátttaka í að þróa og innleiða umgjörð um heildstæða áhættustjórnun og innra eftirlit
- Þátttaka í þróun áhættustýringarferla og gerð leiðbeininga
- Ráðgjöf um gerð áhættugreininga og áhættumats
- Yfirsýn og eftirfylgni umbótaverkefna
- Þróun áhættuskýrslna

Nánari upplýsingar um hæfniskröfur starfanna er að sjá á heimasíðu Reykjavíkurborgar og skulu umsóknir ásamt fylgiskjölum berast í gegnum vef borgarinnar **www.reykjavik.is/storf**

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Halldóra Káradóttir** sviðsstjóri fjármála- og áhættustýringarsviðs í gegnum tölvupóstfangið **halldora.karadottir@reykjavik.is.**

Umsóknarfrestur er til og með 17. febrúar nk.

Frumherji

Skoðunarmaður á höfuðborgarsvæðinu

Við leitum að starfskrafti sem hefur góða þjónustulund, er áreiðanlegur, getur starfað sjálfstætt og er tilbúinn að bæta þekkingu sína og hæfni til þess að takast á við krefjandi starf hjá traustu fyrirtæki

Starfið
- Annast skoðun ökutækja
- Samskipti við viðskiptavini
- Skráningar í tölvu
- Eftirlit með tækjum og þrif á húsnæði
- Góður starfsandi og öflugt starfsmannafélag

Hæfniskröfur
- Starfsréttindi sem bifvélavirki (sveinn eða meistari) skilyrði
- Hæfni í mannlegum samskiptum og þjónustulund.

Umsóknir sendist á netfangið starf@frumherji.is

Öllum umsóknum verður svarað og þær meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.
Nánari upplýsingar veitir Sigríður verkefnastjóri / starfsmannamál í s. 570 9144.

Frumherji hf. var stofnað árið 1997 og starfar fyrirtækið við ýmiskonar skoðanir og prófanir ásamt annarri tengdri þjónustu. Frumherji starfar nú á átta mismunandi sviðum á um 30 stöðum á landinu og eru flest starfssvið fyrirtækisins rekin samkvæmt viðurkenndum gæðastöðlum.

Frumherji hf. | Þarabakki 3 | 109 Reykjavík | www.frumherji.is

Starf skólastjóra Heiðarskóla laust til umsóknar

Reykjanesbær auglýsir starf skólastjóra í Heiðarskóla. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir leiðtogahæfileikum, hefur víðtæka þekkingu á skólastarfi, framsækna skólasýn og er tilbúinn að leiða skólann inn í framtíðina.

Heiðarskóli er heildstæður 400 barna grunnskóli og eru einkunnarorð skólastarfsins háttvísi, hugvit og heilbrigði. Unnið er eftir hugmyndafræði Uppbyggingarstefnunnar þar sem áhersla er lögð á jákvæð samskipti og að kenna nemendum sjálfsstjórn og sjálfsaga. Heiðarskóli hefur á að skipa vel menntuðu og hæfu starfsfólki og er stöðugleiki í starfsmannahaldi. Áhersla er lögð á samvinnu, skapandi hugsun og fjölbreytta kennsluhætti. Mikilvægt er að skólastjóri sé tilbúinn að viðhalda góðum skólabrag og hafi ánægju af því að vinna með nemendum, starfsfólki og foreldrum.

Helstu verkefni
- Veita skólanum faglega forystu.
- Móta framtíðarstefnu skólans innan ramma laga og reglugerða, í samræmi við aðalnámskrá grunnskóla, nýrrar stefnu sveitarfélagsins til 2030, Í krafti fjölbreytileikans og menntastefnu Reykjanesbæjar.
- Stýra og bera ábyrgð á rekstri og daglegri starfsemi skólans.
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, s.s. ráðningum, vinnutilhögun og starfsþróun.
- Bera ábyrgð á samstarfi við aðila skólasamfélagsins.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Kennaramenntun og leyfisbréf kennara.
- Viðbótarmenntun sem nýtist í starfi æskileg t.d. á sviði stjórnunar.
- Reynsla af skólastjórnun og faglegri forystu á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi.
- Þekking og færni í áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum og samstarfshæfileikar.
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni.

Gildi Reykjanesbæjar eru virðing, eldmóður og framsækni og mikilvægt að viðkomandi endurspegli þá eiginleika í störfum sínum og framkomu.
Umsóknarfrestur er til og með 17. febrúar 2020. Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ.
Umsóknum er skilað rafrænt á vef Reykjanesbæjar www.reykjanesbaer.is, undir Laus störf.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Helgi Arnarson sviðsstjóri Fræðslusviðs, helgi.arnarson@reykjanesbaer.is.

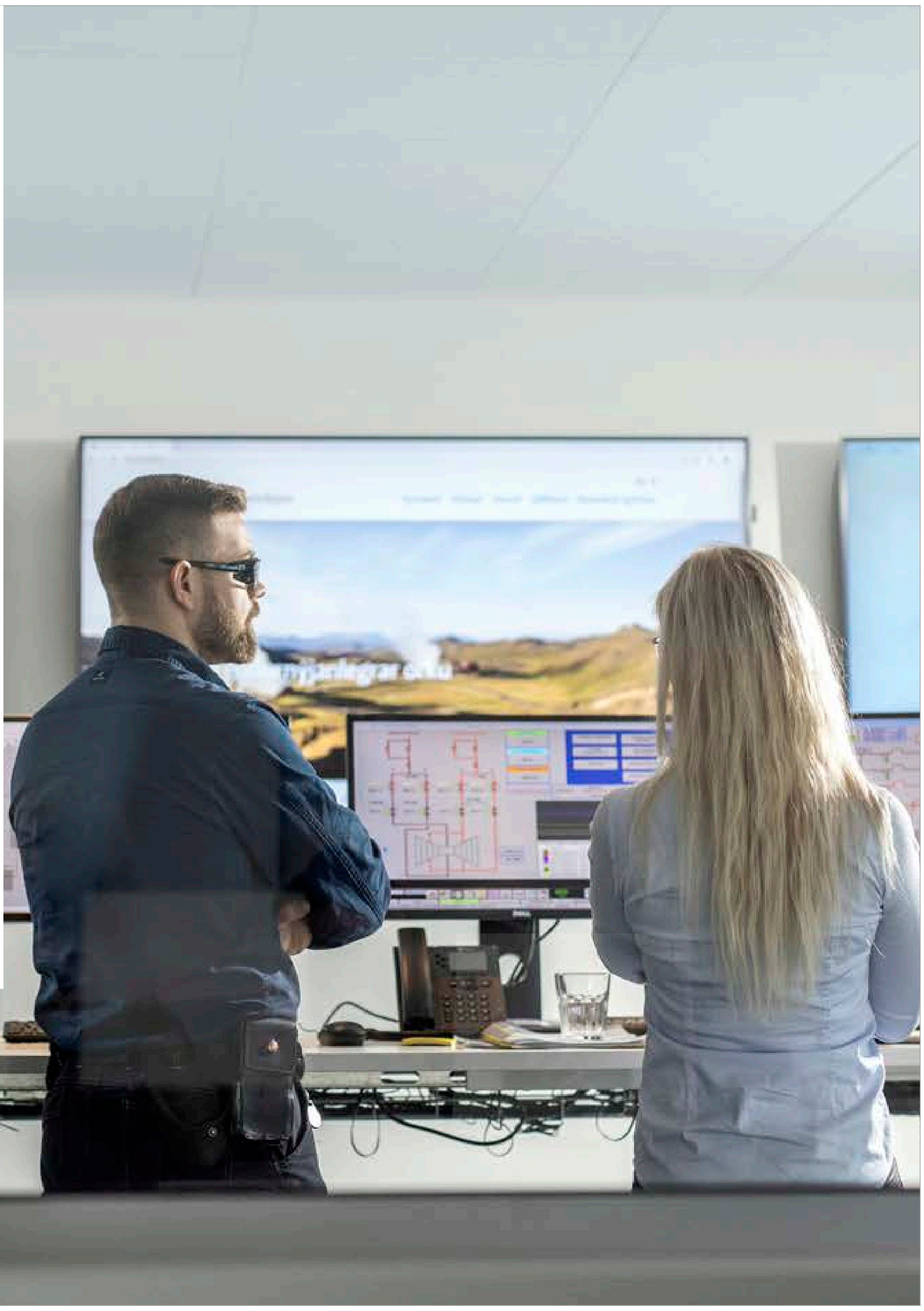
Landsvirkjun

Leitum að rafvirkja fyrir nýja tíma

Við óskum eftir að ráða **rafvirkja** í öflugt teymi starfsfólks á Sogssvæði við Írafoss og Ljósafoss. Í starfinu felst viðhald, eftirlit og rekstur aflstöðva og veitumannvirkja. Fjölbreytt og krefjandi starf við ástandsmælingar og greiningar á rafbúnaði.

- Sveinspróf í rafvirkjun
- Þekking á viðhaldi búnaðar; loft-, kæli-, vökva- og rafkerfa
- Þekking á teikniforritum, iðntölvum og stjórnkerfum er kostur
- Reynsla af störfum tengdum raforkuvirkjum eða iðnaði er æskileg
- Frumkvæði, sjálfstæð vinnubrögð og hæfni til að tileinka sér nýjungar
- Lipurð í mannlegum samskiptum og hæfni til að vinna með öðrum
- Geta til að kynna starf sitt og starfsvettvang fyrir hópum og einstaklingum

Sótt er um starfið á vef Landsvirkjunar, landsvirkjun.is.
Fyrirspurnir um starfið má senda á starf@landsvirkjun.is.
Umsóknarfrestur er til og með 12. febrúar nk.



Jafnlaunaúttekt PwC 2018
JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022
JAFNRÉTTISVÍSIR CAPACENT

Framkvæmdastjóri aksturs- og þjónustusviðs

Samgöngustofa auglýsir lausa til umsóknar stöðu framkvæmdastjóra aksturs og þjónustusviðs frá 1. mars 2020.

Framkvæmdastjóri ber ábyrgð á starfsemi sviðsins gagnvart forstjóra og er í framkvæmdastjórn Samgöngustofu. Um er að ræða nýtt svið sem mun bera ábyrgð á öllum málefnum er varða ökutæki ásamt því að starfrækja þjónustudeild stofnunarinnar. Framundan er uppbygging í samræmi við framtíðarsýn og stefnu Samgöngustofu þar sem gerðar eru miklar kröfur til faglegrar nálgunar og þróunar í rafrænni þjónustu.

Sviðið ber ábyrgð á almennri þjónustu stofnunarinnar við viðskiptavini. Það sér um skráningar í ökutækjaskrá og skipaskrá, auk leyfisveitinga atvinnu- og rekstrarleyfa. Sviðið sinnir tæknimálum ökutækja og nýskráningum, ásamt uppfærslum á reglum og handbókum í samræmi við breytingar á lögum. Þá hefur sviðið eftirlit með aðilum sem sinna leyfisskyldum rekstri sem snýr að ökutækjum og meðhöndlun undanþágubeiðna vegna frávika. Á sviðinu er einnig samnorræna verkefninu NorType stýrt, þar sem skráðar eru tækniupplýsingar um ökutæki fyrir fjórar Norðurlandaþjóðir. Starfshlutfall er 100%.

Umsóknarfrestur er til 11. feb. 2020

Hægt er að sækja um starfið rafrænt á **samgongustofa.is/storf**

Upplýsingar um Samgöngustofu má finna á **samgongustofa.is**

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Gerð er krafa um BS eða BA gráðu
- Mikil reynsla úr atvinnulífinu og/eða opinberri stjórnsýslu
- Góð þekking og reynsla af samgöngumálefnum
- Leiðtogahæfni og haldgóð stjórnunarreynsla
- Reynsla af þjónustustjórnun
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku í ræðu og riti, þekking á Norðurlandamáli er kostur
- Vilji og áhugi á samvinnu, samþættingu og þjónustu

Í boði er spennandi starf hjá metnaðarfullri stofnun í alþjóðlegu umhverfi. Við bjóðum upp á góða starfsaðstöðu og frábæra vinnufélaga.

Ármúli 2 | 108 Reykjavík | Sími 480 6000

Samgöngustofa

MÓTAUPPSLÁTTUR/FORMWORK

Óskum eftir að ráða vana starfsmenn í mótauppslátt.

Willing to hire employees with experience in formwork.

Upplýsingar/Info: Einar 869-8558, einar@verkeining.is

GIPSVINNA/GYPSUM WORK

Óskum eftir að ráða vana starfsmenn í gipsvinnu.

Willing to hire employees with experience in gypsum work.

Upplýsingar/Info: Arnar 771-8141, arnar@verkeining.is

VERKEINING

Verkefnastjóri

Viðskiptavit ehf býður áhugavert framtíðarstarf og spennandi verkefnastöðu fyrir verkefnastjóra sem hefur stýrt byggingarverkefnum og unnið á verkstað.

Viðkomandi mun vinna náið með eigendum að fjölbreyttum verkefnum.

HELSTU VERKEFNI:

- Sjá um magntökur
- Undirbúa útboð
- Sinna útboðs-/tilboðsgerð
- Samskipti við opinbera aðila og samstarfsaðila

STARFSKRÖFUR OG EIGINLEIKAR:

- Iðn-/tæknimenntun
- Stundvísi, sjálfstæði og vinnusemi
- Árangursdrifin og lausnamiðuð nálgun
- Samskiptafærni, frumkvæði og framúrskarandi þjónustulund

Umsóknarfrestur er til 9. febrúar 2020.

Umsóknir óskast sendar til sigridur@vvit.is með ferilskrá og nöfnum umsagnaraðila.

VIÐSKIPTAVIT

- VIÐ LÁTUM HLUTINA GERAST -

Viðskiptavit ehf. er framsækið fyrirtæki í byggingariðnaði sem sinnir verktöku ásamt alhliða verkefnastjórnun og ráðgjöf. Viðskiptavit hefur innan sinna raða reynslumikið og hæfileikaríkt starfsfólk á sviði byggingarstarfsemi og verkefnastjórnunar.

Ef þú ert með rétta starfið – erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

VAKTSTJÓRI Í FLUGVERNDARDEILD KEFLAVÍKURFLUGVALLAR

Isavia óskar eftir að ráða vaktstjóra í Flugverndardeild á Keflavíkurflugvelli. Vaktstjóri gegnir hlutverki varðstjóra.

Helstu verkefni eru að stýra og leiðbeina sinni vakt, dagleg skipulagning vakta og tryggja að framkvæmd flugverndar sé samkvæmt verklagi og þjónustumarkmiðum flugverndardeildar.

Nánari upplýsingar veitir Sólveig Júlíana Guðmundsdóttir mannauðsráðgjafi, **solveig.gudmundsdottir@isavia.is**

Hæfniskröfur

- Reynsla af að stjórna jafningjum og geta til að leiða breytingar
- Reynsla af flugvernd er æskileg
- Mjög góð tölvufærni og góð íslensku- og enskukunnátta
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund
- Góðir skipulagshæfileikar og geta til að vinna vel undir álagi

Vegna kröfu reglugerðar um flugvernd þurfa umsækjendur að fylla út og skila inn umsókn vegna bakgrunnsskoðunar lögreglu og vera með hreint sakavottorð. Nánari upplýsingar er að finna á isavia.is.

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem allt hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið. Isavia ber Jafnlaunamerkið með stolti enda er það staðföst trú okkar að launaákvarðanir skuli ávallt byggja á faglegum og málefnalegum rökum.

STARFSSTÖÐ:
KEFLAVÍK

UMSÓKNARFRESTUR:
9. FEBRÚAR

UMSÓKNIR:
ISAVIA.IS/ATVINNA

isavia

Já leitar að vinnufélögum á viðskiptalausnasvið.
Við erum að leita að skapandi og traustu fólki með blússandi drifkraft í störf á viðskiptalausnasvið Já.
Þarft ekki að vera ofurhetja eða snillingur til að sækja um, en það skemmir ekki fyrir að vera hress.

Viðskiptastjóri

Helstu verkefni
- Auglýsingasala og ráðgjöf til fyrirtækja í miðlum Já
- Sala á nýjum auglýsinga-möguleikum í erlendu samstarfi
- Tilboðs- og samningagerð

Hæfniskröfur
- Menntun sem nýtist í starfi
- Sjálfstæð, vönduð og skipulögð vinnubrögð
- Reynsla af sölu á fyrirtækja-markaði er kostur
- Hæfni í mannlegum samskiptum og vilji til að vinna í hóp

Vefhönnuður

Helstu verkefni
- Ábyrgð á stafrænni hönnun
- Þátttaka í vöruþróun
- Samstarf við verkefnastjóra og tæknideild, allt frá þarfagreiningu til lokahönnunar
- Ýmis fjölbreytt viðfangsefni, s.s. verkefni tengd markaðs- og kynningarmálum

Hæfniskröfur
- Menntun og reynsla á sviði grafískrar hönnunar
- Reynsla af app- og vefhönnun
- Góður skilningur á notendaupplifun og flæði
- UI og UX reynsla
- Þekking og reynsla af Omni channel
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Hæfni í mannlegum samskiptum og vilji til að vinna í hóp

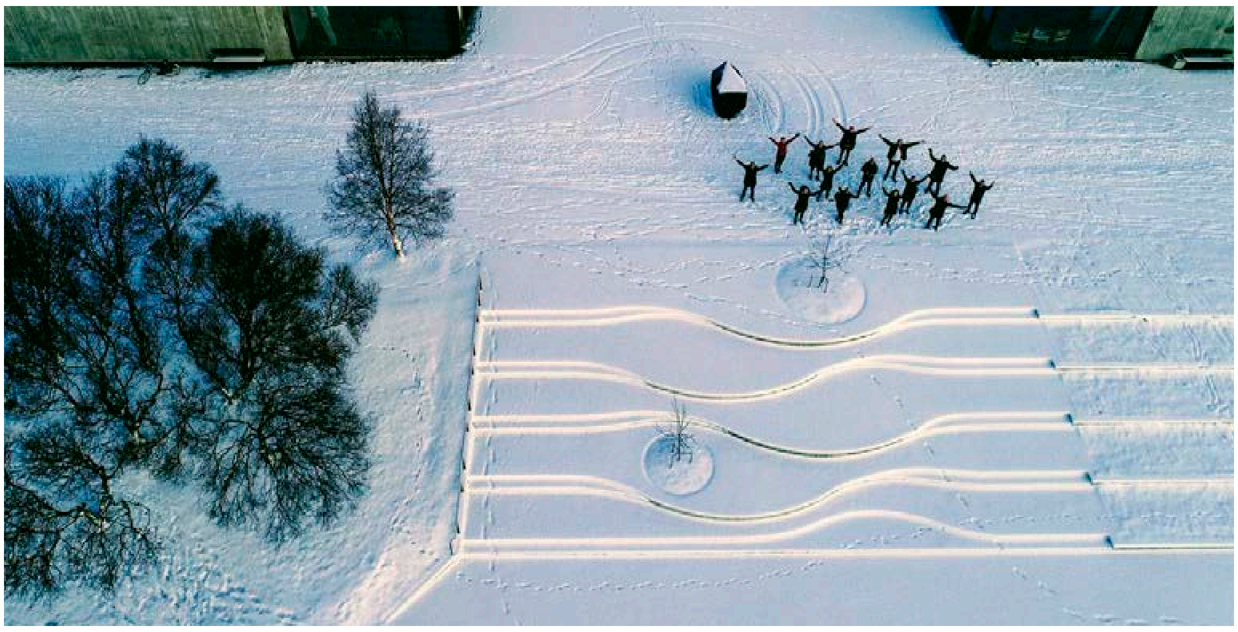
Já á og rekur **Já.is**, **1818** og **Gallup**.

Meginverkefni viðskiptalausnasviðs eru vöru- og viðskiptaþróun, sala, markaðsmál og verkefnastjórnun.
Já býður **sveigjanlegan vinnutíma**, **fjölskylduvænan** og **vel staðsettan vinnustað** þar sem stutt er í alla þjónustu.

Umsóknarfrestur er til og með **20. febrúar 2020**.
Nánari upplýsingar og viðtöku umsókna veitir **Dagný Laxdal**, sviðsstjóri viðskiptalausnasviðs, **dagny@ja.is**.

já

LANDSLAG LEITAR AÐ LIÐSAUKA



SKIPULAGSSÉRFRÆÐINGUR

Óskað er eftir sérfræðingi með reynslu af skipulags- málum til að vinna við krefjandi og fjölbreytileg viðfangsefni á öllum stigum skipulags. Viðkomandi mun hafa umsjón með skipulagsmálum skrifstofu Landslags í Reykjavík.

HÆFNISKRÖFUR:
- Meistaragráða í skipulagsfræðum, landslagsarkitektúr eða sambærileg menntun
- Reynsla af skipulagsvinnu og góð þekking á laga- umhverfi og ferlum skipulagsmála
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Geta til að leiða fundi og stýra vinnustofum í þverfag- legu samstarfi
- Hæfni í að kynna verkefni og skrifa góðan texta
- Gott skynbragð á myndræna framsetningu
- Þekking á hönnunarforritum og landupplýsingakerfum

LANDSLAGSARKITEKT / BORGARHÖNNUÐUR

Óskað er eftir kraftmiklum og áhugasömum landslagsarkitekt eða borgarhönnuði til starfa við spennandi og fjölbreytt verkefni.

HÆFNISKRÖFUR:
- Meistaragráða í landslagsarkitektúr eða sambærileg menntun
- Reynsla af vinnu í faginu eða tengdum greinum
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Gott skynbragð á myndræna framsetningu
- Þekking á hönnunarforritum

Umsóknir skulu berast á netfangið starf@landslag.is. **Umsóknarfrestur hefur verið framlengdur til 10. febrúar 2020**. Umsóknum þurfa að fylgja greinagóðar upplýsingar um menntun og reynslu. Allar umsóknir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál. **Nánari upplýsingar eru veittar í síma 535 5300 eða á starf@landslag.is.**

Landslag er leiðandi fyrirtæki á sviði landslagsarkitektúrs og skipulags og byggir á rúmlega 55 ára óslitnum rekstri. Hjá fyrirtækinu starfar samhentur og reynslumikill hópur, með jafna kynja- og aldursdreifingu, að margvíslegum og spennandi verkefnum. Áhersla er ávallt lögð á faglegar lausnir og lipra þjónustu. Auk skrifstofunnar í Reykjavík er fyrirtækið með starfstöð á Akureyri.

LANDSLAG Skólavörðustígur 11 · 101 Reykjavík · 535 5300 · www.landslag.is

Skipulagsfulltrúi

hjá Ísafjarðarbæ

Fullt starf | Sérfræðingur

Um er að ræða fjölbreytt og áhugavert starf í vaxandi sveitarfélagi fyrir öflugan einstakling. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur til 13. febrúar 2020
Sjá nánar á Job

job
Finnum draumastarfið saman

Frumherji

Stöðvarstjóri á Ísafirði

Við leitum að starfskrafti sem hefur góða þjónustu- lund, er áreiðanlegur, getur starfað sjálfstætt og er tilbúinn að bæta þekkingu sína og hæfni til þess að takast á við krefjandi starf hjá traustu fyrirtæki

Starfið
- Stöðvarstjóri á skoðunarstöðinni á Ísafirði
- Annast skoðun og skráningar ökutækja
- Samskipti við viðskiptavini
- Skráningar í tölvu
- Eftirlit með tækjum og þrif á húsnæði
- Góður starfsandi og öflugt starfsmannafélag

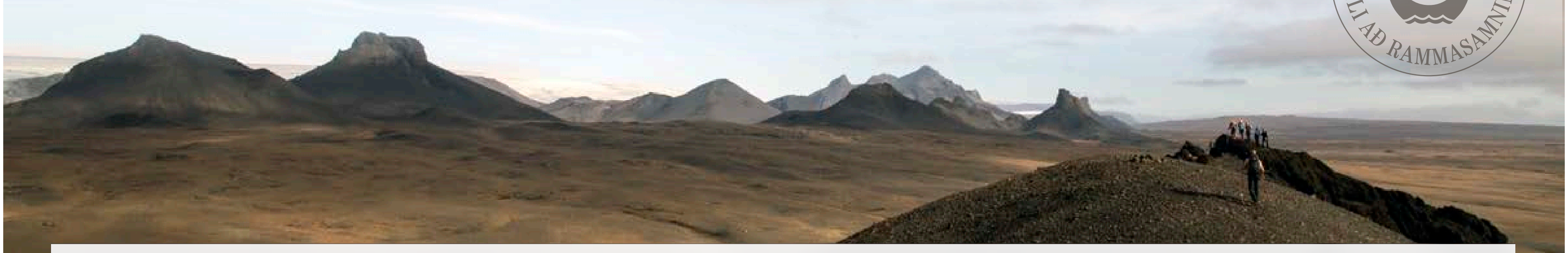
Hæfniskröfur
- Starfsréttindi sem bifvélavirki skilyrði (sveinn eða meistari)
- Hæfni í mannlegum samskiptum og þjónustulund.

Umsóknir sendist á netfangið starf@frumherji.is

Öllum umsóknum verður svarað og þær meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.
Nánari upplýsingar veitir Sigríður verkefnastjóri / starfsmannamál í s. 570 9144.

Frumherji hf. var stofnað árið 1997 og starfar fyrirtækið við ýmiskonar skoðanir og prófanir ásamt annarri tengdri þjónustu. Frumherji starfar nú á átta mismun- andi sviðum á um 30 stöðum á landinu og eru flest starfssvið fyrirtækisins rekin samkvæmt viðurkenndum gæðastöðlum.

Frumherji hf. | Þarabakki 3 | 109 Reykjavík | www.frumherji.is



RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

RÍKISKAUP ADILI AÐ RAMMASAMNINGI

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

intellecta

Kaldrananeshreppur auglýsir eftir skrifstofustjóra

Starfið er fjölbreytt og leitað er eftir einstaklingi sem getur unnið sjálfstætt, hefur góða þjónustulund og metnað fyrir starfinu.
Reynsla og þekking á bókhaldi er æskileg.

Upplýsingar veitir Finnur Ólafsson, oddviti í síma 775 3377
Umsóknarfrestur er til 8. febrúar 2020

Bifvélavirki óskast

Tékkland bifreiðaskoðun óskar eftir bifvélavirkja til að annast almenna bifreiðaskoðun á höfuðborgarsvæðinu.

Hæfniskröfur:

- **Faglærður bifvélavirki**
- **Rík þjónustulund**
- **Finnst gaman að vera í vinnunni**

Góð laun í boði fyrir réttan aðila
Nánari upplýsingar veitir Birgir Hákonarson í síma 665-9900

Umsókn með upplýsingum um menntun og reynslu skal skila á netfangið birgir@tekkland.is fyrir 10. feb 2020

TÉKKLAND Bifreiðaskoðun

Reykjavíkurborg
Borgarlögmaður

Lögmaður

Starf lögmanns hjá embætti borgarlögmanns er laust til umsóknar.

Í boði er krefjandi og fjölbreytt starf í starfsumhverfi þar sem reynir á góða alhliða þekkingu á flestum réttarsviðum lögfræðinnar. Áhersla er lögð á símenntun og miðlun þekkingar milli starfsfólks. Hjá embætti borgarlögmanns, sem er með aðsetur í Ráðhúsi Reykjavíkur, starfa átta lögmenn auk skrifstofustjóra.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Embættispróf eða meistarapróf í lögfræði
- Málflutningsréttindi fyrir héraðsdómi
- Reynsla af málflutningi æskileg
- Þekking á stjórnsýslurétti æskileg
- Þekking á opinberum innkaupum og/eða útboðs- og verktakarétti er kostur
- Góð færni til framsetningar máls í ræðu og riti
- Skipuleg og fagleg vinnubrögð
- Frumkvæði, metnaður og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Lipurð og færni í samskiptum

Helstu verkefni:
- Lögfræðilegar álitsgerðir og ráðgjöf til borgarstjórnar, borgarráðs, borgarstjóra, stofnana og fyrirtækja Reykjavíkurborgar
- Undirbúningur dómsmála og málflutningur
- Meðferð stjórnsýslumála
- Samningagerð
- Fyrirsvar vegna skaðabótakrafna sem beint er gegn Reykjavíkurborg
- Uppgjör slysabóta á grundvelli kjarasamninga

Um er að ræða fullt starf og greiðast laun samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og Stéttarfélags lögfræðinga.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ebba Schram borgarlögmaður í síma 411 4100 eða í gegnum netfangið ebba.schram@reykjavik.is.

Umsóknarfrestur er til 17. febrúar nk. Umsókn skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu. Umsóknum skal skila rafrænt á vefsíðu Reykjavíkurborgar: www.reykjavik.is. Athygli er vakin á því að umsóknir munu gilda í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspegli það margbreytilega samfélag sem borgin er.

HS Orka leitar að öryggisstjóra framkvæmda

Við leitum að öflugum öryggisstjóra til að leiða öryggismál við byggingu jarðvarmavirkjana á Reykjanesi ásamt því að vinna að öryggismálum fyrir fyrirtækið í heild. Í boði er áhugavert starf á krefjandi og skemmtilegum vinnustað.

Helstu verkefni:
- Innleiðing á öryggishandbók verklegra framkvæmda.
- Áhættugreining og áhættumat verklegra framkvæmda.
- Þjálfun og fræðsla verktaka.
- Daglegt öryggiseftirlit með framkvæmdum.
- Atvikaskráning, greining og eftirfylgni úrbóta.
- Stöðugar umbætur í öryggismálum fyrirtækisins í heild í samvinnu við öryggisstjóra.
- Þjálfun og fræðsla fyrir starfsmenn ásamt gerð fræðsluefnis.
- Þátttaka í innri/ytri úttektum.

Hæfniskröfur og eiginleikar:
- Menntun og reynsla sem nýtist í starfi.
- Framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum.
- Þekking og áhugi á öryggisstjórnun er skilyrði.
- Skipulagshæfni og sjálfstæð vinnubrögð mikilvæg.
- Frumkvæði, metnaður og hugsjón fyrir starfinu.

HS Orka hefur verið leiðandi í framleiðslu endurnýjanlegrar orku í yfir 40 ár og ætlar sér enn stærri hluti í orkuframleiðslu, á umhverfisvænan hátt, samfélaginu til hagsbóta. Hjá fyrirtækinu starfar öflugur hópur sérfræðinga með einstaka reynslu og þekkingu á sínu sviði.
HS Orka á og rekur tvær jarðvarmavirkjanir á Reykjanesi auk þess sem framundan er tímabil uppbyggingar.

Framsýni og metnaður hafa ætíð verið kjarni í starfsemi fyrirtækisins og hafa lagt grunninn að verkefnum eins og Auðlindagarðinum sem byggir á því að nýta alla afleidda auðlindastrauma af starfsemi HS Orku. Í Auðlindagarðinum hafa hin ýmsu nýsköpunarfyrirtæki vaxið úr grasi og eru einkennisorð hans „Samfélag án sóunar“.

Nánari upplýsingar veitir Petra Lind Einarsdóttir mannauðsstjóri ple@hsorka.is. Starfið hentar jafnt konum sem körlum.

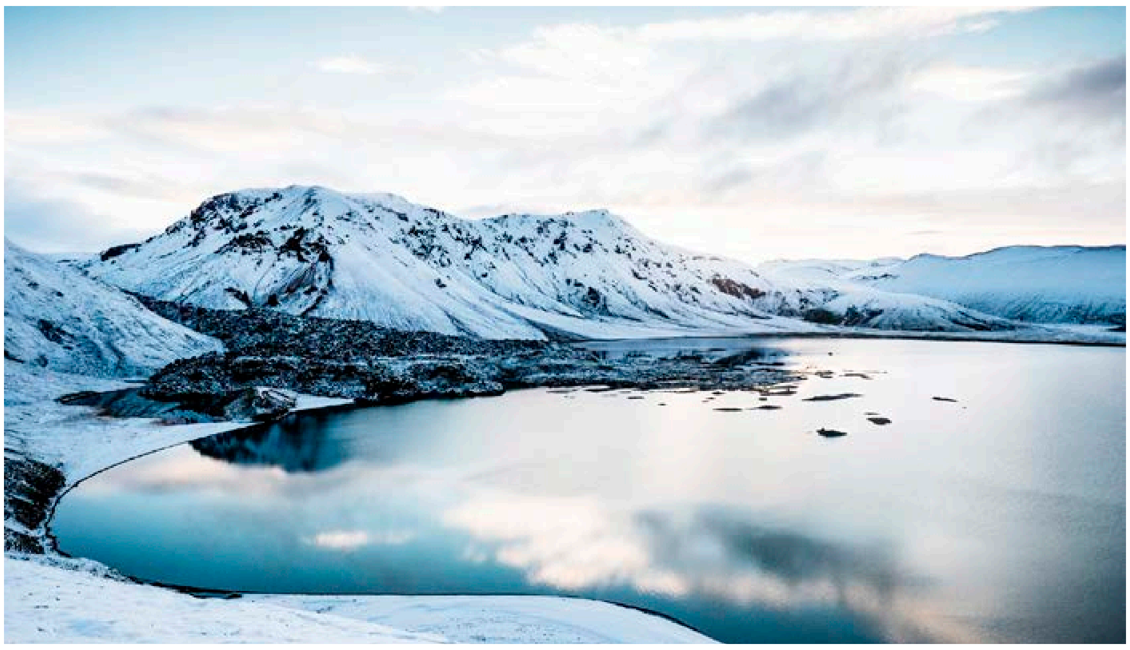
Umsóknarfrestur er til og með 16. febrúar 2020 og er sótt um á www.hsorka.is.

HS ORKA

Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

FAST Ráðningar
lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is
www.fastradningar.is



Festi hf. leitar að öflugum liðsfélögum á fjármálasvið og upplýsingatæknideild

Við leitum að einstaklingum sem eru tilbúnir í krefjandi verkefni, hafa brennandi áhuga á smásöluverslun og getu til að vinna sjálfstætt.

BI sérfræðingur á fjármálasviði

Ábyrgðarsvið:

- Gerð greininga fyrir Festi og dótturfélög
- Þátttaka í þróun á mælaborði stjórnenda
- Þátttaka í þróun á hagnýtingu gagna
- Þjónusta við starfsmenn Festi og dótturfélaga

Nánari upplýsingar um starfið veitir Magnús Kr. Ingason, mki@festi.is.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Góð þekking á SQL
- Þekking og reynsla af Power BI
- Þekking á Microsoft Reporting Services
- Þekking á TimeExtender er kostur
- Þekking á gagnavöruhúsum er kostur
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Frumkvæði, kraftur og góð þjónustulund

NAV sérfræðingur í upplýsingatæknideild

Ábyrgðarsvið:

- Þróun við NAV kerfi dótturfélaga
- Ráðgjöf og þjónusta við notendur
- Verkstjórn þjónustuaðila hugbúnaðarlausna

Nánari upplýsingar um starfið veitir Linda Kristmannsdóttir, linda@festi.is.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Reynsla af þróun og ráðgjöf í Dynamics NAV
- Þekking á forritun í AL
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Yfirsýn og geta til að vinna undir álagi
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, kraftur og góð þjónustulund

Verkefnastjóri í upplýsingatæknideild

Ábyrgðarsvið:

- Stýring innleiðingarverkefna fyrir dótturfélög Festi
- Scrum master í verkefnum
- Framkvæmd verkfunda og stöðufunda með hagsmunaaðilum
- Þjónusta við starfsmenn dótturfélaga
- Samskipti við birgja og þjónustuaðila

Nánari upplýsingar um starfið veitir Linda Kristmannsdóttir, linda@festi.is.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Reynsla af verkefnastýringu á sviði upplýsingatækni
- Þekking á Agile scrum aðferðafræði
- Yfirsýn og geta til að vinna undir álagi
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, kraftur og góð þjónustulund
- Menntun á sviði verkefnastjórnunar er kostur
- Menntun á sviði upplýsingatækni er kostur

Umsóknir óskast fylltar út á **https://festi.is/atvinna** ásamt starfsferilskrá og kynningarbréfi þar sem fram kemur ástæða umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með **12. febrúar**.
Öllum umsóknum verður svarað og fullum trúnaði heitið.
Við hvetjum fólk af öllum kynjum til að sækja um starfið.

KRÓNAN
N1
ELKO
BAKKINN vöruhótel

Framúrskarandi fyrirtæki 2019
JAFNLAUNAVOTTUN 2017 - 2020
SIÐFERÐISGÁTTIN

Festi hf. er eignarhaldsfélag sem í dag rekur fimm rekstrarfélög, N1, Krónuna, Elko, Bakkann vöruhótel og Festi fasteignir. Dagleg starfsemi félagsins skiptist annars vegar í rekstur stoðþjónustu fyrir rekstrarfélögin og hins vegar í fjárfestingarstarfsemi.

FESTI

Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningarþjónustu sniðna að þörfum viðskiptavinarins.

Stjórnendaleit

Reynsla og gott tengslanet sérfræðinga Ráðum skilar árangri þegar finna þarf æðstu stjórnendur eða fólk í stjórnir fyrirtækja.

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

Góður gagnagrunnur, gott tengslanet og áralöng reynsla á ráðningarmarkaði eykur líkurnar á því að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

Almennar ráðningar á markaði

Öflun umsækjenda í almenn störf er ein helsta áskorun fyrirtækja í dag. Þekking á markaðnum er því mikilvæg og þar skiptir reynslan miklu máli. Með leit í gagnagrunni eða auglýsingu í viðeigandi miðlum aðstoðar Ráðum fyrirtæki við að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

Sveigjanleg nálgun

Sérstaða Ráðum liggur í sveigjanlegri nálgun á ráðningarverkefnið. Fyrir utan að sjá um allt ráðningarferlið komum við til móts við þarfir fyrirtækja með því að sjá um hluta þess ef þörf krefur, t.d. bakgrunnskannanir, hæfnismat eða starfstengdar æfingar.

Matstæki

Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikaþætti sem geta skipt sköpum í ráðningum. Ráðum er í samstarfi við bandaríska mannauðslausnafyrirtækið CEB sem er í fararbroddi í persónuleikaprófum og öðrum matstækjum sem eru sérstaklega hönnuð til að greina sérstöðu og hæfileika einstaklinga áður en ráðning fer fram.

Þannig er hægt að finna hæfasta einstaklinginn með talsverðri nákvæmni. Persónuleikamatið OPQ32 og DSI (Dependability & Safety Index) skimunarprófið hafa t.d. verið stöðluð og staðfærð að íslenskum markaði.

Ráðgjöf við starfslok

Viðskilnaður fyrirtækis við starfsmann skiptir höfuðmáli þegar fyrirtækið á frumkvæðið að starfslokum. Ráðum býður upp á viðtal við ráðgjafa sem felur m.a. í sér upplýsingar um atvinnumarkaðinn, ráðgjöf varðandi starfsferilskrá og kynningarbréf og hagnýt atriði varðandi starfsleit og atvinnuviðtöl.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR

hagvangur.is

Erum við
að leita **að þér?**

Svæðissölustjóri

Skaginn 3X leitar að öflugum svæðissölustjóra fyrir eitt af þremur sölusvæðum félagsins. Starfið hentar skipulögðum, jákvæðum og lausnamiðuðum einstaklingi með hæfileika til að breyta tækifærum í samninga. Starfið felst í að vinna náið með fyrirtækjum í matvælaframleiðslu og hjálpa þeim að ná betri árangri með fullkomnun framleiðsluferla sinna.

Starfssvið

Þú verður hluti af öflugu söluteymi sem einblínir á skilgreint markaðssvæði. Búnaður okkar styður framleiðendur í betri meðferð á hráefni, aukinni nýtingu og meiri sjálfbærni í rekstri. Þú munt bera ábyrgð á því að byggja upp þinn eigin hóp viðskiptavina með það fyrir augum að hjálpa þeim að auka skilvirkni og hagkvæmni í sinni vinnslu. Þú þarft að hafa góða yfirsýn yfir þitt markaðssvæði og taka ábyrgð á framgangi félagsins á svæðinu.

Helstu verkefni:

- Að taka virkan þátt í markaðs- og sölustarfi félagsins
- Að skipuleggja, undirbúa og taka þátt í fundum með viðskiptavinum
- Að greina tækifæri fyrir vörur félagsins á markaði
- Að gera söluáætlanir og skilgreina markmið fyrir sölusvæðið
- Að móta og þróa skilvirkar lausnir fyrir viðskiptavini
- Að ganga frá samningum við viðskiptavini og veita þeim eftirfylgni
- Að gera stjórnendum grein fyrir framvindu á þínu sölusvæði

Hæfniskröfur

Starfið krefst framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum, frumkvæði, getu til að vinna undir miklu álagi og hæfileika til að setja sig inn í tæknilega flóknar lausnir með skilvirkum hætti. Við leitum að metnaðarfullum einstaklingi sem er útsjónarsamur, kemur auga á ný tækifæri og nær að umbreyta þeim í samninga.

Aðrar hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Reynsla og þekking á söluferlinu og samningagerð
- Þekking á vinnslutækni og búnaði
- Framúrskarandi íslensku- og enskukunnátta er krafa
- Reynsla af alþjóðlegu sölustarfi er æskileg
- Reynsla af sjómennsku eða fiskvinnslu/matvælavinnslu er kostur
- Reynsla af að vinna með hönnunarforrit – Autocad/Inventor – er kostur
- Kunnátta í rússnesku, spænsku og einu Norðurlandamáli er kostur

Höfuðstöðvar okkar eru á Akranesi en þín starfsstöð verður í Reykjavík og gert er ráð fyrir virkri þátttöku í nauðsynlegu starfi á öðrum starfsstöðvum félagsins. Starfinu fylgja talsverð ferðalög bæði innanlands og utan.

Þú getur sótt um á heimasíðu okkar **www.skaginn3x.com/jobs** og er umsóknarfrestur til og með **10. febrúar 2020**.

Nánari upplýsingar um starfið veiti Ingólfur Örn Guðmundsson, framkvæmdastjóri viðskiptaþróunar, **ig@skaginn3x.com**.

SKAGINN 3X

Skaginn 3X er í fremstu röð hátæknifyrirtækja í heiminum í þróun lausna fyrir kæli-, frysti- og matvælaframleiðslu. Í fyrirtækinu ríkir spennandi nýsköpunarandi sem skapar verðugan vettvang fyrir öflugt fag- og tæknifólk. Tæknistigið er hátt og starfsmenn eru rúmlega 300 talsins á 5 starfsstöðvum.

M7 ÞJÓNUSTA RÁÐGJÖF

Sérfræðingar í Microsoft Dynamics lausnum

Ert þú með góða þekkingu á Microsoft AX eða Dynamics 365 F&O og vilt taka þátt í framtíðinni?

Langar þig að taka þátt í uppsetningu vélmenna í sjálfvirknivæddasta vöruhúsi landsins, app gerð eða straumlínulaga framleiðslu í framsæknustu fyrirtækjum landsins? M7 sérhæfir sig í að þjónusta stærstu fyrirtæki landsins í Microsoft AX og Dynamics 365 F&O. Við leitum af skemmtilegu fólki sem hefur áhuga á að vinna á líflegum vinnustað við hliðina á metnaðarfullu fólki í fremstu röð. Ef þú ert framúrskarandi í mannlegum samskiptum, hugsar í lausnum, býrð yfir óþrjótandi þolinmæði og elskar að læra nýja hluti þá hvetjum við þig til þess að sækja um.

Forritari í Microsoft AX eða D365 F&O

Menntunar- og hæfniskröfur

- Reynsla og góð þekking á Microsoft AX eða D365 F&O
- Háskólamenntun í tölvunarfræði eða hugbúnaðarverkfræði
- Certificate í Microsoft AX eða D365 F&O skemmir ekki fyrir
- Samskiptahæfni, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Fjárhagsráðgjafi í Microsoft AX eða D365 F&O

Menntunar- og hæfniskröfur

- Reynsla og góð þekking á Microsoft AX eða D365 F&O
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Góð reynsla í fjármálum fyrirtækja og fjárhagskerfum
- Samskiptahæfni, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Ráðgjafi í Microsoft AX eða D365 F&O

Menntunar- og hæfniskröfur

- Reynsla og góð þekking á Microsoft AX eða D365 F&O
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Góð þekking og reynsla í ferlamálum fyrirtækja
- Samskiptahæfni, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Nánari upplýsingar veitir Enok Jón, enok@m7.is

Umsóknir óskast sendar á **umsokn@m7.is**

Umsóknarfrestur er til 15.2 2020.

Kynntu þér fjölbreytt og spennandi störf hjá Kópavogsbæ á vefsíðu okkar, **kopavogur.is.**
Hlökkum til að starfa með þér.

Kópavogsbær

kopavogur.is

HÓTELSTJÓRI ÓSKAST

CENTER HOTELS ÓSKAR EFTIR ÞVÍ AÐ RÁÐA ÖFLUGAN LIÐSMANN Í STARF HÓTELSTJÓRA Á GLÆNÝTT HÓTEL; GRANDI BY CENTER HOTELS SEM OPNAR Í MAÍ 2020.

STARFSSVIÐ

Hótelstjóri hefur yfirumsjón með hótelinu og ber ábyrgð á daglegum rekstri og þjónustu við hótelgesti.

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Hótel-, stjórnunar og/eða ferðamálanám.
- Þekking á sviði rekstrar og stjórnunar þ.m.t. á starfsmanna-, fjármála- og ferðaþjónustusviði.
- Þekking, reynsla og áhugi á veitingarekstri.
- Rík þjónustulund, leiðtoga- og samskiptahæfileikar.
- Mikill metnaður í starfi.
- Jákvæð og öguð vinnubrögð.
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta er nauðsynleg og önnur tungumálakunnátta er mikill kostur.
- Mjög góð tölvukunnátta, sérstaklega í notkun bókunarkerfa, ritvinnslu og Excel.

Starfið heyrir undir rekstrarsvið Center Hotels. Viðkomandi þarf að geta hafið störf eigi síðar en 1. apríl 2020.

Umsóknir og ferilskrár sendist á netfangið: **hr@centerhotels.com**, merkt "**HÓTELSTJÓRI**".

Umsóknarfrestur er til og með 15. febrúar 2020.

Nánari upplýsingar veitir Eir Arnbjarnardóttir, mannauðstjóri Center Hotels, hr@centerhotels.com eða í síma 595-8504.

Við erum fjölskyldurekin hótelkeðja til yfir 25 ára.
Við erum einlæg í starfi, veitum góða þjónustu og viljum að gestir okkar finni að þeir eru ætíð velkomnir.

center hotels

Auglýsing frá Sænsk-íslenska Samstarfssjóðnum

Árið 2020 verða veittir úr Sænsk-íslenska samstarfssjóðnum ferðastyrkir til að styðja íslenska þátttakendur í sænsk-íslenskum verkefnum. Markmið sjóðsins er að stuðla að auknu samstarfi Svíþjóðar og Íslands á sviði vísinda, menntunar og menningar.

- Um styrki þessa skal sótt á sérstökum eyðublöðum sem er að finna á vefslóðinni https://svenskislandskafonden.se/.

Umsóknarfrestur er til 1. mars 2020 og skal skila umsóknum samkvæmt upplýsingum á heimasíðu sjóðsins. Styrkjum verður úthlutað í apríl nk.

Stjórn Sænsk- íslenska samstarfssjóðsins, 28. janúar 2020

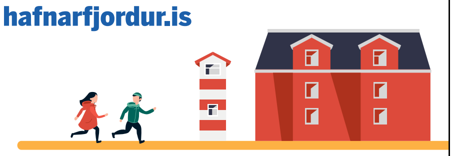
HRAUNTUNGA 5
ÍBÚÐARHÚSALÓÐ

Óskað er eftir tilboðum lögaðila í lóðina **Hrauntungu 5.** Deiliskipulag fyrir lóðina tók gildi 16. október 2019. Á lóðinni er heimilt að byggja þrjú tveggja hæða íbúðarhús. Þar af tvö parhús og eitt einbýlishús, samtals fimm íbúðir. Á lóðinni standa tvö hús sem skulu víkja. Tilboðsgjafi skal fjalægja hús af lóð.

Helstu upplýsingar
•Stærð lóðar er 2324,8 fm^2
•Hámarksbyggingarmagn er 800 fm^2
•Lágmarksverð er 45.122.394.-

Tilboð í lóð ásamt fylgigögnum þurfa að berast fyrir kl. 10 mánudaginn 24. febrúar 2020. Upplýsingar um lóð er að finna á **hafnarfjordur.is** undir leitarorðinu: *Lausar lóðir.*

Nánar á **hafnarfjordur.is**



HAFNARFJÖRÐUR 585 5500 **hafnarfjordur.is**

HMS Húsnæðis- og mannvirkjastofnun

Löggildingarnámskeið fyrir mannvirkjahönnuði.

Námskeið fyrir mannvirkjahönnuði, sem óska löggildingar Mannvirkjastofnunar til að gera aðal- og séruppdrætti sbr. ákvæði 25. og 26. gr. laga um mannvirki nr. 160/2010, verður haldið í mars – apríl 2020 og verður námskeiðið í fjarkennslu. Opnað verður fyrir fyrirlestra mánudaginn 9. mars og verða þeir opnir til 4.apríl. Námskeiðinu lýkur með staðbundnu rafrænu prófi laugardaginn 4.apríl (allar dagsetningar eru settar fram með fyrirvara um breytingar).
Námskeiðsgjald er 95.000.- kr. og 60.000.- kr. fyrir þá sem sækja námskeiðið til endurmenntunar án prófs.

Umsókn fer fram á vef IÐUNNAR- fræðsluseturs https://www.idan.is/ ásamt fylgigögnum eigi síðar en **mánudaginn 2. mars 2020.**

Fylgigön eru:
1) afrit af prófskírteini umsækjanda
2) vottorð frá atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneyti um réttindi til starfsheitis
3) vottorð/um 3 ára starfsreynslu, sbr. 1. mgr. 26. gr. laga um mannvirki

Nánari upplýsingar í síma 590 6434.

Húsnæðis- og mannvirkjastofnun
Borgartúni 21.

Framlög úr **Framkvæmdasjóði aldraðra árið 2020**

Stjórn Framkvæmdasjóðs aldraðra auglýsir eftir umsóknum um framlög úr Framkvæmdasjóði aldraðra fyrir árið 2020. Hlutverk sjóðsins er að stuðla að uppbyggingu og efla öldrunarþjónustu um allt land.

Framkvæmdasjóður aldraðra starfar samkvæmt lögum um málefni aldraðra nr. 125/1999 og reglugerð nr. 468/2014. Stjórn Framkvæmdasjóðs aldraðra fer með stjórn sjóðsins og gerir tillögur til heilbrigðisráðherra um úthlutun úr honum. Vísað er til reglugerðarinnar varðandi upplýsingar um þau verkefni sem heimilt er að veita framlög til, afgreiðslu umsókna og reglur varðandi framlög.

Vakin er athygli á að umsækjendum er gert að sækja um rafrænt og er umsóknarformið, ásamt nánari upplýsingum, aðgengilegt á vef heilbrigðisráðuneytisins https://hrn.is og umsóknareyðublöðin á https://minarsidur.stjr.is.

Mikilvægt er að vanda til umsókna og skila nauðsynlegum upplýsingum og fylgiskjölum innan tilskilins frests. Ekki verður tekið við gögnum eftir að umsóknarfrestur er liðinn.

Umsóknum ber að skila í síðasta lagi **fyrir kl. 16:00 mánudaginn 24. febrúar 2020.**

Stjórn Framkvæmdasjóðs aldraðra

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

SÉRFRÆÐINGAR

við skattrannsóknir

Við embætti skattrannsóknarstjóra ríkisins eru lausar til umsóknar stöður sérfræðinga við skattrannsóknir á rannsóknarsviði embættisins.

Við leitum að öflugum liðsmönnum í hóp samstilltra starfsmanna, sem hafa yfir að ráða vilja og getu til að takast á hendur rannsóknir á skattundanskotum.

Helstu verkefni og ábyrgð:

Störfin felast í rannsóknum skattundanskota og annarra skattalagabrota. Í því felst m.a. greining á bókhaldi og skattskilum, gagna- og upplýsingaöflun og úrvinnsla þeirra og ritun greinargerða um framkvæmd og niðurstöður rannsókna.

Menntunar- og hæfniskröfur:

» Háskólamenntun sem nýtist í starfi, s.s. viðskiptafræði, hagfræði eða lögfræði. Nám á meistarastigi sem nýtist í starfi er kostur
» Þekking á skattarétti og skattskilum er æskileg.
» Þekking og/eða reynsla af rannsóknum refsiverðra brota er kostur
» Framúrskarandi greiningarhæfni, nákvæmni og ögun í vinnubrögðum er skilyrði
» Góð færni í mannlegum samskiptum og geta til að vinna í teymum fjölbreyttra sérfræðinga er nauðsynleg
» Góð kunnátta á word og excel er nauðsynleg. Önnur kunnátta á tölvu- og upplýsingakerfum er kostur
» Frumkvæði, sjálfstæði í starfi og geta til að vinna undir álagi er skilyrði

Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi störf í margbreytilegu umhverfi. Um verkefni skattrannsóknarstjóra ríkisins vísast nánar til vefsíðu embættisins srs.is

Starfshlutfall er 100%. Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélags. Starfskjör, réttindi og skyldur eru skv. lögum um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins nr. 70/1996.

Umsóknum skal skila til skattrannsóknarstjóra ríkisins á netfangið srs@srs.is merktar „Umsókn um starf“. Umsókninni skal fylgja greinargerð þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni í starfið. Með umsókn skal einnig fylgja afrit af viðeigandi prófskírteinum og upplýsingar um tvo núverandi eða fyrrverandi samstarfsmenn sem veitt geta upplýsingar um störf eða aðra hæfni umsækjanda. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningu. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Gunnar Th. Kristjánsson, forstöðumaður rannsóknarsviðs í síma 550 8800.

Umsóknarfrestur er til og með 14. febrúar 2020

Skattrannsóknarstjóri ríkisins fer með rannsóknir skattsvika og annarra skattalagabrota.

Jafnframt tekur skattrannsóknarstjóri ákvörðun um og hlutast til um refsimeðferð í kjölfar rannsóknar.

Hjá embættinu starfar hópur 30 samheldinna starfsmanna.

BORGARTÚNI 7 | 105 REYKJAVÍK | 550-8800 | SRS.IS

SKATTRANNSÓKNARSTJÓRI RÍKISINS

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR
hagvangur.is

ISLANTILAIS–SUOMALAINEN KULTTUURIRAHASTO
KULTURFONDEN ISLAND–FINLAND

Menningarsjóður Íslands og Finnlands

Tilgangur sjóðsins er að efla menningartengsl Íslands og Finnlands. Sjóðurinn veitir árlega styrki til einstaklinga, samtaka, félaga og stofnana vegna verkefna sem geta orðið til að efla samskipti Íslands og Finnlands á sviði menningar, lista, atvinnulífs og þjóðlífs almennt.

- Auglýst er eftir umsóknum um styrki úr sjóðnum vegna verkefna sem eru fyrirhuguð á síðari hluta ársins 2020 og fyrri hluta ársins 2021.
- Frestur til að leggja inn umsóknir um styrki úr sjóðnum vegna þessa tímabils rennur út 31. mars 2020.
- Æskilegt er að umsóknir séu ritaðar á sænsku, dönsku, norsku, finnsku eða ensku.
- Einungis er hægt að sækja um rafrænt á: www.hanaholmen.fi.
- Fyrirspurnir vegna umsókna má senda á: fonderna@hanaholmen.fi

Frekari upplýsingar um Menningarsjóð Íslands og Finnlands má finna á vef mennta- og menningarmálaráðuneytis og á vefnum **www.hanaholmen.fi**

Kjarval

Leitum eftir góðri Kjarvalsmynd fyrir fjársterkan aðila.

Upplýsingar í síma 568 3890 eða 895 0665
smidjanlisthus@simnet.is

Styrkir VIRK 2020

VIRK
STARFSENDURHÆFINGARSJÓÐUR

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður veitir styrki til virkniúrræða, rannsóknarverkefna og uppbyggingar- og þróunarverkefna einu sinni á ári.

Opnað hefur verið fyrir umsóknir um styrki til verkefna sem auka fjölbreytni og framboð úrræða í starfsendurhæfingu og styrki til rannsókna sem stuðla að uppbyggingu og auka við almenna þekkingu á starfsendurhæfingu á Íslandi.

Aðeins umsóknir sem uppfylla allar reglur um styrki VIRK eru teknar til greina. Nánari upplýsingar, stefnur og reglur varðandi umsóknir og umsóknareyðublöð má finna á www.virk.is

Umsóknarfrestur er til og með 15. febrúar 2020.

TÆKNIMAÐUR

innri þjónusta og vélbúnaður

Við embætti skattrannsóknarstjóra ríkisins er laus til umsóknar staða tæknimanns í innri þjónustu og velbúnaði.

Helstu verkefni og ábyrgð:

Í boði eru fjölbreytt verkefni er lúta einkum að innri þjónustu og vélbúnaði. Verkefni snúa m.a. að notendaaðstoð, umsjón og viðhaldi á vél- og hugbúnaði embættisins og starfsmanna þess auk verkefna er lúta að meðhöndlun rafrænna gagna í vörslu embættisins. Í starfinu felast einnig samskipti við aðrar stofnanir og viðskiptavini embættisins varðandi tæknimál og rafræna þjónustu. Þá felst í starfinu þróun rafrænna lausna á verkefnasviðum embættisins í samvinnu við aðra starfsmenn embættisins.

Menntunar- og hæfniskröfur:

» Háskólamenntun sem nýtist í starfi, s.s. tölvunarfræði, kerfisfræði eða sambærilegt
» Reynsla af kerfisstjórn, netrekstri og notendaaðstoð er nauðsynleg
» Þekking á Microsoftlausnum er nauðsynleg
» Reynsla af samskiptakerfum (s.s. símkerfi og fjarfundabúnaði) er æskileg
» Þekking á miðlægum búnaði er æskileg
» Góð færni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund er nauðsynleg
» Frumkvæði, sjálfstæði í starfi og geta til að vinna undir álagi er nauðsynleg

Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi störf í margbreytilegu umhverfi. Um verkefni skattrannsóknarstjóra ríkisins vísast nánar til vefsíðu embættisins srs.is

Starfshlutfall er 100%. Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélags. Starfskjör, réttindi og skyldur eru skv. lögum um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins nr. 70/1996.

Umsóknum skal skila til skattrannsóknarstjóra ríkisins á netfangið srs@srs.is merktar „Umsókn um starf“. Umsókninni skal fylgja greinargerð þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni í starfið. Með umsókn skal einnig fylgja afrit af viðeigandi prófskírteinum og upplýsingar um tvo núverandi eða fyrrverandi samstarfsmenn sem veitt geta upplýsingar um störf eða aðra hæfni umsækjanda. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningu. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Sandra Sveinbjörnsdóttir, forstöðumaður fjármálasviðs í síma 550 8800.

Umsóknarfrestur er til og með 14. febrúar 2020

Skattrannsóknarstjóri ríkisins fer með rannsóknir skattsvika og annarra skattalagabrota.

Jafnframt tekur skattrannsóknarstjóri ákvörðun um og hlutast til um refsimeðferð í kjölfar rannsóknar.

Hjá embættinu starfar hópur 30 samheldinna starfsmanna.

BORGARTÚNI 7 | 105 REYKJAVÍK | 550-8800 | SRS.IS

SKATTRANNSÓKNARSTJÓRI RÍKISINS

ÚTBOÐ

Gullfoss – Göngustígar og útsýnispallur G og D, fyrri hluti

Boðin er út verkframkvæmd við gerð göngustíga og útsýnispalls í friðlandinu við Gullfoss, áfangar G og D, fyrri hluti, skv. heildaráætlun fyrir svæðið.

Verkframkvæmdin felst í eftirfarandi:
Leggja skal bráðabirgðastíg samhliða núverandi stíg frá Gullfosskaffi sem síðan skal fjarlægja að verki loknu.

Fjarlægja skal og farga núverandi göngustíg sem er úr trefjaplasti (Correct deck) á forsteyptum undirstöðum.

Svæði G; Leggja skal staðsteyptan göngustíg og „skiltatorg“ ásamt stálþrepum, frá Gullfoss-kaffi og niður að þegar byggðum stálstiga sem tengist niður á neðra svæði.

Svæði D; Byggja skal útsýnispall úr stáli á staðteyptum undirstöðum í stað núverandi trépalls, og tengja hann við svæði G með staðsteyptum göngustíg.

Á verktíma skal leitast við að lágmarka truflun á umferð gesta um svæðið. Gera þarf ráð fyrir umferðarstjórnun í ákveðnum áföngum verksins til að tryggja öryggi þeirra sem þvera þar umferð vinnutækja.

Í verklok skal vanda frágang og hreinsun svæðisins í alla staði eins og lýst er í verklýsingu.

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

Sveitarfélagið ÁRBORG

Útboð

vegna skólaakstur og hópferðaþjónusta 2020 – 2025

Númer:	21033
Útboðsaðili:	Ríkiskaup
Tegund:	Þjónusta
Útboðsgögn afhent:	29.01.2020 kl. 00:00
Skilafrestur	02.03.2020 kl. 12:00
Opnun tilboða:	02.03.2020 kl. 13:00

Ríkiskaup, fyrir hönd Sveitarfélagsins Árborgar, kt. 650598-2079 óska eftir tilboðum í akstur sem heyrir undir starfsemi fjölskyldusviðs Árborgar. Þjónustuverkefninu er skipt í eftirtalda fimm innkaupahluta:
1. Skólaakstur milli Eyrarbakka og Stokkseyrar samkvæmt tímatöflu og tilfallandi akstur.
2. Skólaakstur fyrir Vallaskóla og Sunnulækjarskóla og nýjan grunnskóla í Björkustykki samkvæmt tímatöflu og tilfallandi akstur.
3. Frístundaakstur fyrir skólabörn á Selfossi samkvæmt tímatöflu.
4. Innanbæjarstrætó fyrir Árborg sem einnig er hugsaður til þess að sinna frístundaakstri fyrir skólabörn á Eyrarbakka og Stokkseyri.
5. Akstur fyrir ferðaþjónustu fatlaðra og notendur dagdvalar aldraðra Árblik.

Einungis er heimilt að einn aðili gerir tilboð í alla fimm innkaupahlutana. Innkaupahlutum verður ekki skipt upp. Ekki er heimilt með frávikstilboði að gera tilboð í aðra tilhögun þjónustuverksins en þá sem lýst er í útboðsgögnum þessum.

Þjónustuverkið skal framkvæma í samræmi við útboðsgögn eins og þeim er lýst í gögnunum þessum. Óskað er eftir tilboðum frá aðilum sem geta uppfyllt kröfur laga nr. 28/2017 um farþega- og farmflutninga.
Gert er ráð fyrir 5 ára samningi með möguleika á framlengingu allt að 3 sinnum, 1 ár í senn. Þjónusta fyrir hluta 1 – 4 hefst 1.8.2020 og fyrir hluta 5 1.1.2021.
Nánari upplýsingar er að finna í útboðskerfi Ríkiskaupa, TendSign.
Leiðbeiningar varðandi útboðskerfið má nálgast á heimasíðu Ríkiskaupa.

ÚTBOÐ

Ríkiskaup
Allar útboðsauglýsingar eru birtar á utbodsvefur.is

Utbodsvefur.is er sameiginlegur auglýsingavettvangur opinberra útboða. Á vefsvæðinu eru birtar auglýsingar og eða tilkynningar um fyrirhuguð innkaup opinberra aðila sem falla undir lög og reglugerðir um opinber innkaup.

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

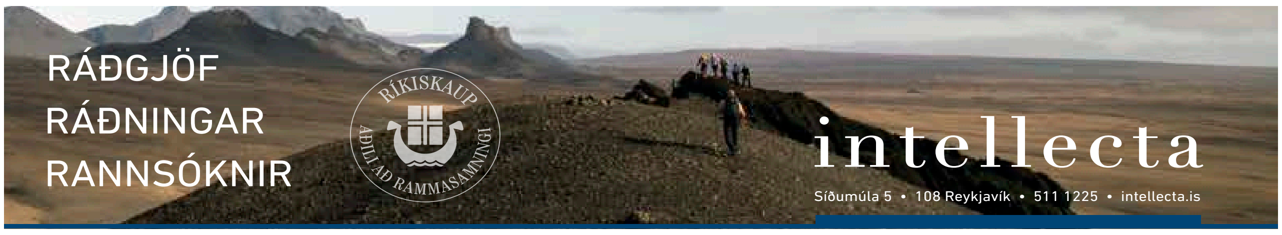
RÍKISKAUP

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:
- **Úlfarsárdalur. Fullnaðarfrágangur bókasafns, menningarmiðstöðvar og sundlaugar,** EES útboð nr. 14722.

Nánari upplýsingar er að finna á
www.reykjavik.is/utbod

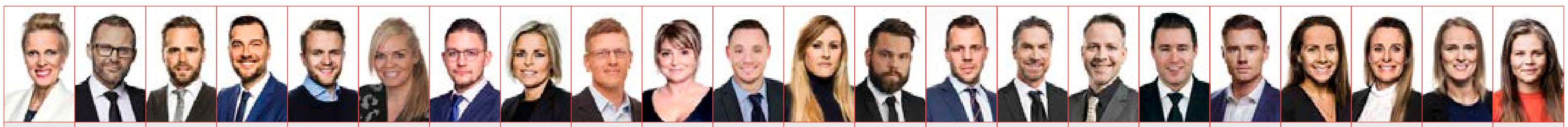
Reykjavíkurborg
Innkaupaskrifstofa
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1111
Netfang: utbod@reykjavik.is



LIND FASTEIGNASALA

510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is



Þórunn	Hannes	Stefán	Kristján	Sveinn	Helga	Hrafn	Lára	Vernharð	Vera	Diðrik	Arna	Þorsteinn	Magnús	Gunnar	Bjarni	Albert	Hlynur	Ásrún	Eva	Sirrý	Elsa
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGFRÆÐINGUR

OPIÐ HÚS ❯ 1. feb 13:00 – 14:00

Sunnusmári 25

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 59,3-129,3 fm FJÖLBÝLI HERB: 2-4

NÝR ÁFANGI – 90 NÝJAR ÍBÚÐIR TIL SÖLU – Íbúðir fyrir 60 ára og eldri.

Allar íbúðir afhendast með svalalokun.

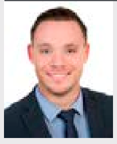
Nýtt borgarhverfi miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu þar sem stutt er í alla þjónustu hvort sem um er að ræða verslun og veitingastaði eða heilsugæslu.

Íbúðirnar eru frá 59,3 fm og uppí 129.3 fm. Allt frá tveggja til fjögurra herbergja íbúðir.

Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum, innbyggðum ísskáp og uppþvottavél. Innréttingar eru frá Axis, eldhústæki frá Gorenje og granít er á borðum.

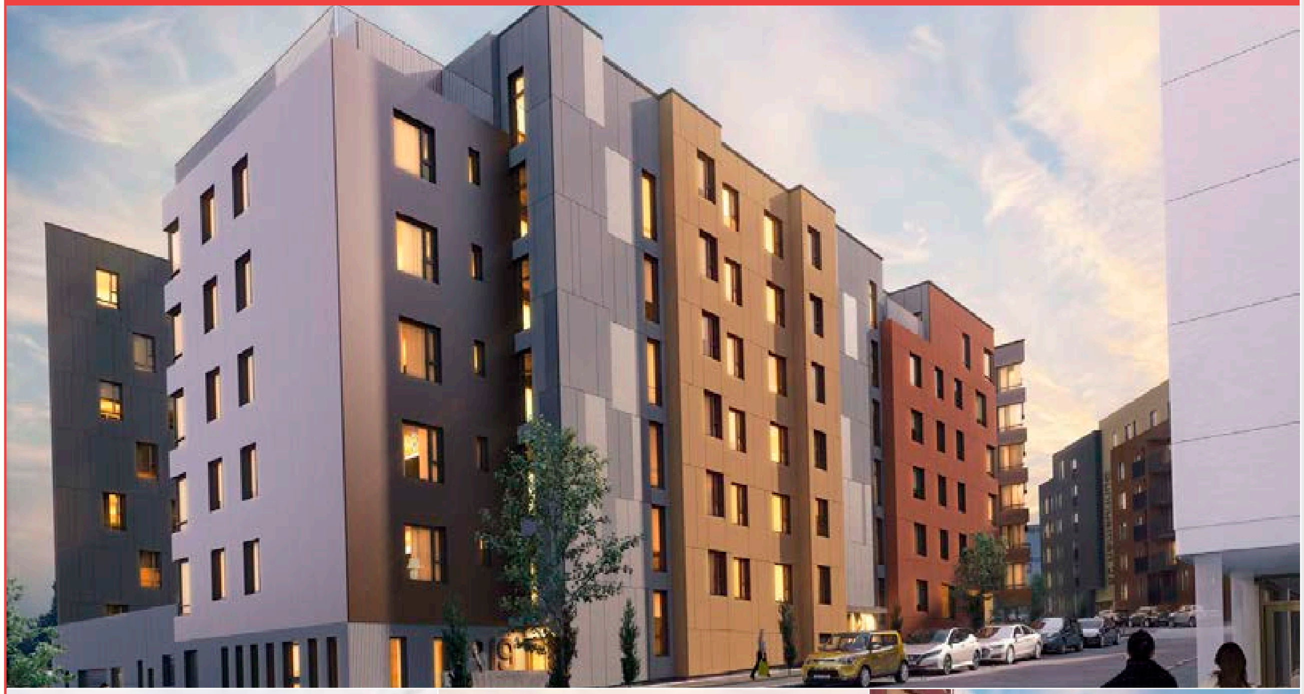
Verð frá 41.900.000 kr

Heyrumst
Hannes Steindórsson
Löggiltur fasteignasali
Sölustjóri
❯ **699 5008**
❯ **hannes@fastlind.is**



Heyrumst
Diðrik Stefánsson
Löggiltur fasteignasali
❯ **647 8052**
❯ **diddi@fastlind.is**

OPIÐ HÚS ❯ 1. feb 13:00 – 14:00



Sunnusmári 19-23

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 47-130,4 fm FJÖLBÝLI HERB: 2-4

NÝR ÁFANGI – 90 NÝJAR ÍBÚÐIR TIL SÖLU

Nýtt borgarhverfi miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu þar sem stutt er í alla þjónustu hvort sem um er að ræða verslun og veitingastaði eða heilsugæslu.

Sunnusmári 19 – 21

Íbúðirnar eru frá 47 fm og uppí 130,4 fm. Allt frá tveggja til fjögurra herbergja íbúðir.

Verð frá: 34.900.000 kr.-

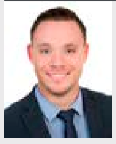
Sunnusmári 23

Íbúðirnar eru frá 45,2 fm og uppí 129,9 fm. Allt frá stúdíó íbúðum til fjögurra herbergja íbúðir.

Verð frá: 33.400.000 kr.-

Verð frá 34.400.000 kr

Heyrumst
Hannes Steindórsson
Löggiltur fasteignasali
Sölustjóri
❯ **699 5008**
❯ **hannes@fastlind.is**



Heyrumst
Diðrik Stefánsson
Löggiltur fasteignasali
❯ **647 8052**
❯ **diddi@fastlind.is**

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

Kristján
hdl., lögg. fasteignasali
S: 867-3040

Guðbjörg G.
lögg. fasteignasali
S: 899-5949

Garðar B.
Lögg. fasteignasali
S. 898-0255

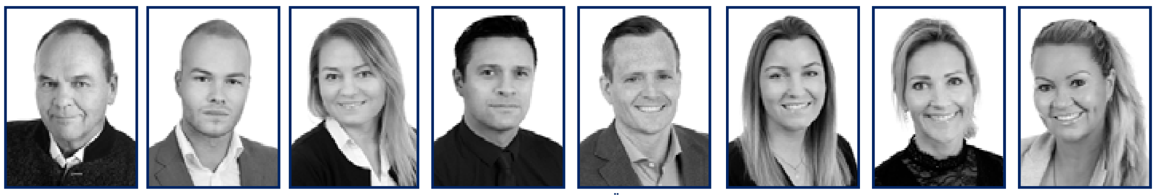
Bára
Skrifstofustjóri
S: 693-1837

Sólveig
Lögg. fasteignasali
S: 869-4879

Garðar Hólm
Löggiltur fasteignasali
S: 899-8811

Gylfi
hdl., lögg. fasteignasali
S: 822-5124

Matthías
Lögg. fasteignasali
S: 899-7770



Garðar K.
Í námi til löggildingar fasteignasala
S: 853-9779

Styrmir
Löggiltur fasteignasali
S: 846-6568

Jóna Benný
Löggiltur fasteignasali
S: 869-8650

Gunnar
Löggiltur fasteignasali
S: 692-6226

Einar Örn
Í námi til löggildingar fasteignasala
S: 823-4969

Kristín María
Lögfræðingur
S: 837-1177

Nanna Dröfn
Löggiltur fasteignasali
S. 694-2494

Díana Arnfjörð
Í námi til löggildingar fasteignasala
S. 895-9989

TRAUSTI fasteignasala

Vegmúla 4 | 108 Reykjavík | s.546-5050
trausti.is | trausti@trausti.is

VIÐ ERUM TRAUSTI

OPIÐ HÚS

Kríuás 15
221 Hafnarfjörður

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 2. FEBRÚAR
KL. 13:00 - 13:30

Rúmgóð og björt 4ra herbergja 110 fm. endaíbúð í góðu klæddu lyftuhúsi í botnlangagötu. Fallegt útsýni. Skóli og leikskóli í göngufæri. Viðhaldsframkvæmdum á húsinu lýkur á næstu vikum. Einstaklega vel staðsett eign. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is
Verð: 46,9 millj.

OPIÐ HÚS

Úlfarsbraut 116
113 Reykjavík

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 2. FEBRÚAR
KL. 14:00 - 14:30

Glæsileg og rúmgóð 5 herbergja íbúð á efstu hæð með bílastæði í bílakjallara í nýlegu lyftuhúsi. Frábært útsýni yfir Úlfarsárdalinn. Eignin er skráð alls 144,9 fm. Bílastæði er ekki inni í fermetratölu eignar. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is
Verð: 69,9 millj.

OPIÐ HÚS

Marargrund Mörk
210 Garðabær

SUNNUDAGINN 2. FEBRÚAR
KL. 15:30 - 16:00

Hlýlegt og bjart 5-6 herbergja 132,6 fm. timburhús á tveimur hæðum auk frístandandi 47,6 fm. bílskúrs á eignarlóð. Sólstofa með útgengi út á pall og garð. Mögulegt er að útbúa íbúð í bílskúrnum. Frábær staðsetning. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is
Verð: 75,9 millj.

OPIÐ HÚS

Friggjarbrunnur 16
113 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 3. FEBRÚAR
KL. 17:15 - 17:45

Falleg 3ja herbergja íbúð á jarðhæð í nýlegu húsi. Eignin er alls 100,3 fm. og skiptist í rúmgóða stofu, 2 svefnherbergi, eldhús, baðherbergi, geymslu og einnig fylgir stæði í bílageymslu. Nýleg og falleg eign á þessum vinsæla og barnvæna stað. Nánari uppl. veitir Garðar B. s: 898-0255 gardarbs@trausti.is
Verð: 49,9 millj.

TIL AFHENDINGAR STRAX

OPIÐ HÚS
laugardag 1. febrúar og sunnudaginn 2. febrúar
kl. 12:00 - 13:00

Bríetartún 9-11
105 Reykjavík

Glæsilegar nýjar íbúðir í fallegu 12. hæða lyftuhúsi

- Glæsilegar innréttingar og 2 baðherbergi í flestum íbúðum
- Hjónasvítur með fataherbergi og sér baðherbergi
- Gólfhiti í öllum íbúðum ásamt vandaðri svalalokun
- Íbúðirnar eru frá 2-4ra herbergja og stærðir frá 65-140 fm
- Einstakar útsýnis íbúðir
- Frábær staðsetning í hjarta borgarinnar
- Í göngufæri við helstu þjónustu
- Fjöldi veitingastaða, verslana, safna, leikhúsa og sundstaða í næsta nágrenni

Verð frá : **46,9 millj.**

Nánari upplýsingar veita:

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Kjartan Í. Guðmundson
vfr. og aðst. fasteignas
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

MIKLABORG | **OPIÐ LAUGARDAGA KL. 10 - 14**
Heitt á könnunni, líttu við og fáðu faglega ráðgjöf

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

102 REYKJAVÍK.IS

Smyrilshlíð 3-5 | Valshlíð 8 | Fálkahlíð 2-4

- Sælureitur þar sem borgarlífið og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri

NÝTT Í SÖLU
Verð frá:
39.5 mkr.

Smyrilshlíð 3, *íbúð 103*
Verð: 53.9 milljónir
3ja herb. - 90,6 m²
Sér inngangi
Stæði í bílageymslu fylgir

Vandaðar íbúðir í 102 Reykjavík

- Glæsilegar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar ítalskar innréttingar, fataskápar ná upp í loft, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgja
- Tveggja hæða bílakjallari, bílskúrar fylgja stórum íbúðum.
- Afhending fyrstu eignar áætl. Jan/feb 2020
- Sjá nánar á: *www.102reykjavik.is*

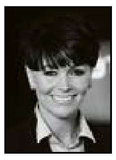
NÝR ÁFANGI KOMINN Í SÖLU! SMYRILSHLÍÐ 3

Mikið úrval af eignum!

OPIÐ HÚS
SUN. 2. FEB. KL.14:30 – 15:30

Sýningaríbúð að Falkahlíð 2 íbúð 203

Sigurður
Fasteignasali
898 6106


Hafdís
Fasteignasali
820 2222

Dórothea
Fasteignasali
898 3326

Jóhanna Kristín
Fasteignasali
837 8889

Helgi
Fasteignasali
780 2700

Ragnar
Aðst.maður fasteignasala
844 6516

Darri Örn
Aðst.maður fasteignasala
767 0000

EFSTALEITI - LÁGALEITI - VÖRÐULEITI

FYRSTU ÍBÚÐIR TIL AFHENDINGAR VOR 2020
VERÐ FRÁ: 28.9 MILL.

EFSTALEITI 23
ÍBÚÐ 218
Frábær fyrstu kaup!
Verð: 35.900.000

Svalir 5.0 m²
Alrými 25.1 m²
0218
Gangur 2.5 m²
Bað 4.4 m²

KYNNING Á NÝJUM ÍBÚÐUM

Sunnudaginn 2. feb. kl. 13.00-14.00 | *í sýningarsal að Efstaleiti 27*

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!

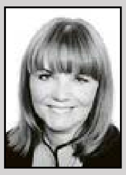
Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsótta íbúðasvæðis kominn í sölu.
SÝNUM DAGLEGA HRINGIÐ Í SÖLUMENN. Glæsilegur sýningarsalur þar sem þú getur skoðað nánar teikningar, innréttingar, skilalýsingu og kynnst hverfinu, og rætt við fasteignasala og fundið réttu íbúðina.

Í Efstaleitinu rís nútímalegt íbúðahverfi á einum besta stað í borginni. Sannkallað miðbogar hverfi í göngufæri við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði. Íbúðirnar eru glæsilega innréttaðar. Rut Kára innanhússarkitekt sá um efnis- og litaval á innréttingum og flísum.

Helgi
Fasteignasali
780 2700

Darri Örn
Fasteignasali
767 0000

Hafliði
Fasteignasali
846 4960


Dórothea
Fasteignasali
898 3326

Jóhanna Kristín
Fasteignasali
837 8889

Hafdís
Fasteignasali
820 2222

Ragnar
Aðst.maður fasteignasala
844 6516

Kjöreign ehf

TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA
SÍMI 533 4040
kjoreign@kjoreign.is

Opnunartími mán-fös kl. 9-17

Dan V.S. Wiium hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

Ásta María Benónýsdóttir
löggiltur fasteignasali,
sími 897-8061

Dan V.S. Wiium
hdl, löggiltur fasteignasali,
sími 896-4013

Jón Bergsson
Lögmaður og lögg. fast.
s: 777-1215

Þórarinn Friðriksson
löggiltur fasteignasali,
sími 844-6353

NÓNHÆÐ
Arnarsmári 36-40

Nýjar glæsilegar íbúðir í grónu umhverfi í Kópavogi.

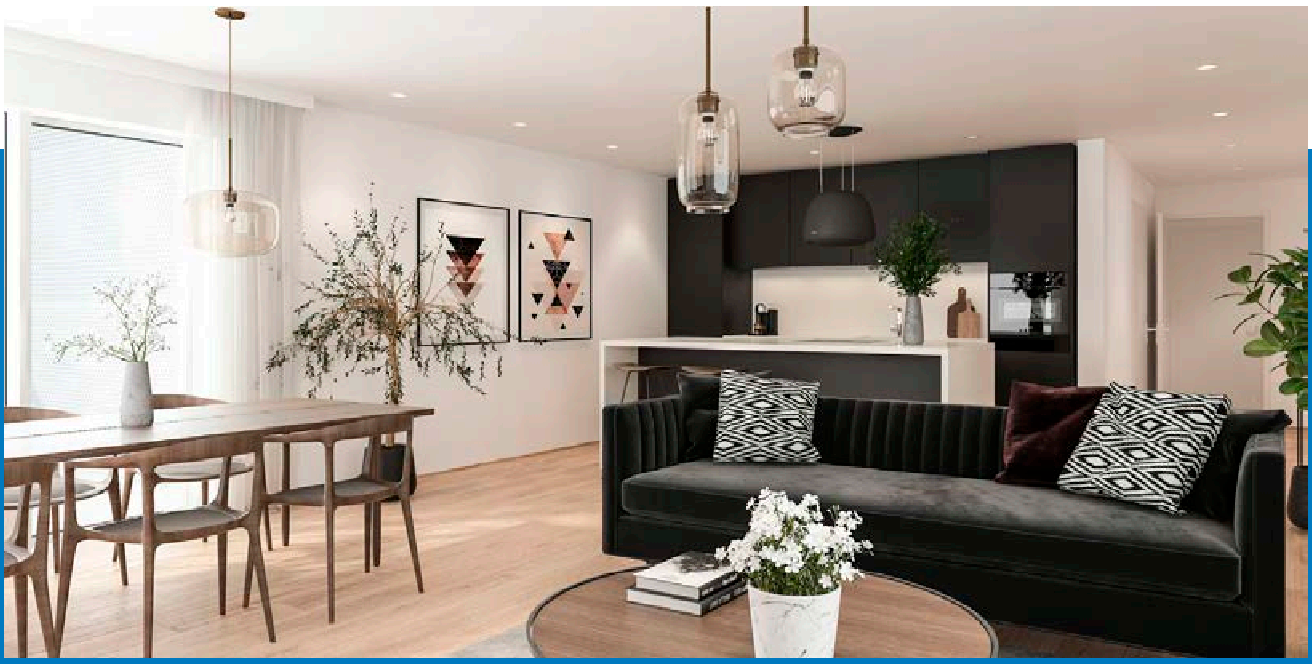
40 íbúðir.
2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja.

Stærðir 58 fm – 162 fm

3 stigahús, útsýni.
Vandaður frágangur.

Engin aldurskvöð. Afhending í sumar og haust.

Traustur byggingaverktaki.



Allar upplýsingar er að finna á

nonhaed.is

og hjá fasteignasölum Kjöreignar.

Kjoreign.is

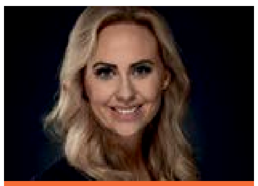
Traust og örugg þjónusta í 40 ár

BÖRKUR HRAFNSSON

MARGRÉT ÁGÚSTSDÓTTIR

DAVÍÐ ÓLAFSSON

HÉÐINN BIRNIR ÁSBJÖRNSSON

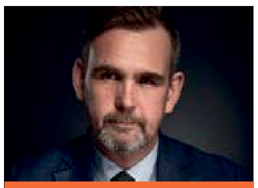

RAGNHILDUR GUÐMUNDSDÓTTIR

STEFÁN JÓHANN ÓLAFSSON

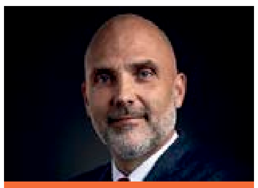
GUÐRÚN ANTONSDÓTTIR

BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON

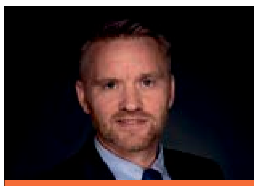
GUNNLAUGUR ÞRÁINSSON


INGIMAR INGIMARSSON

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR


ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON

BRANDUR GUNNARSSON


SIGURÐUR FANNAR

BORG

FASTEIGNASALA

519 5500

SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS

OPIÐ HÚS | MÁNUDAG KL. 17.00-17.30

MELABRAUT 15 | 170 SELTJARNES

FJÖLBÝLISHÚS | 4 HERBERGI | 87,7m²

VERÐ: 46.6 M

FALLEGT ÚTSÝNI - EFSTA HÆÐ - LÍTIÐ SÉRBÝLI

BRANDUR GUNNARSSON 897 1401

OPIÐ HÚS | SUNNUDAG KL 15:30-16:00

BRÍETARTÚN 6 | 105 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS | 2 HERBERGI | 50 m²

VERÐ: 31.9 M

BJÖRT ÍBÚÐ MIÐSVÆÐIS Í REYKJAVÍK

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882 OG RAGHILDUR 899 1058

BÓKIÐ SKOÐUN

BERGSTAÐASTRÆTI 29 | 101 REYKJAVÍK

EINBÝLISHÚS | 5 HERBERGI | 189 m²

VERÐ: 129. M

FALLEGT HÚS MEÐ AUKA ÍBÚÐ -BYGGINGARÉTT

BRANDUR GUNNARSSON 897 1401

BÓKIÐ SKOÐUN

FLUGVALLABRAUT 731 | 262 REYKJANESBÆR

ATVINNUHÚSNÆÐI | 711.1 m²

VERÐ: 59.9M

LAUS STRAX - STÓR LÓÐ - LÁGT FERMETRA VERÐ

BRANDUR GUNNARSSON 897 1401

OPIÐ HÚS | MÁNUDAG KL. 17.30-18.00

ÞÓRÐARSVEIGUR 17 | 113 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS | 3 HERBERGI | 96 m²

VERÐ: 41.9M

LYFTURHÚS, STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU - LAUS STRAX

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882 OG RAGHILDUR 899 1058

OPIÐ HÚS | SUNNUDAG KL. 17.00-17.30

STAKKHOLT 4B - 0301 | 105 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS | 2HERBERGI | 83 m²

VERÐ: 51.5M

NÝLEGT LYFTHÚS OG STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN

HJALLAVEGUR 11. ÍB 301 | 260 REYKJANESBÆR

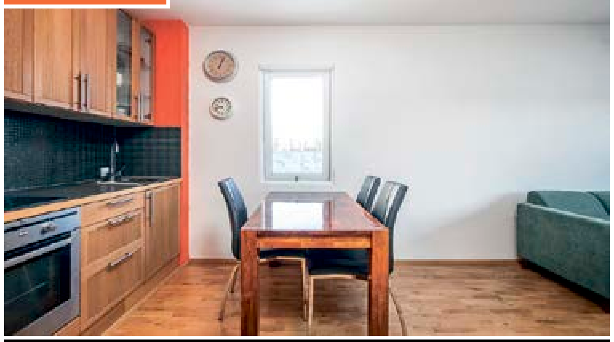
FJÖLBÝLISHÚS | 3 HERBERGI | 66.5 m²

VERÐ: 21.9M

ÍBÚÐ Á EFSTU HÆÐ, TILBÚIN TIL AFHENDINGAR

GUNNLAUGUR 844 6447

BÓKIÐ SKOÐUN



VALLARÁS 4 | 110 REYKJAVÍK

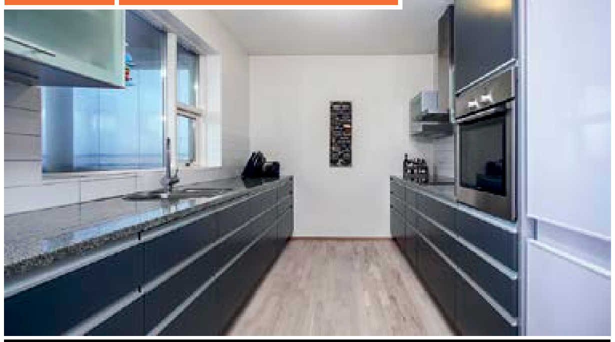
FJÖLBÝLISHÚS | 2 HERBERGI | 42.1 m²

VERÐ: 28.9M

STÚDÓ ÍBÚÐ

HÉÐINN BIRNIR 848 4806

OPIÐ HÚS | MIÐVIKUDAG KL. 17.30-18.00



RAUÐAVAÐ 17 | 110 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS | 4 HERBERGI | 117 m²

VERÐ: 53.9M

YFIRB. SVALIR OG BÍLASTÆÐI Í KJALLARA

HÉÐINN BIRNIR 848 4806

OPIÐ HÚS | SUNNUDAG KL. 14.30-15.00

VEGHÚS 9 | 112 REYKJAVÍK

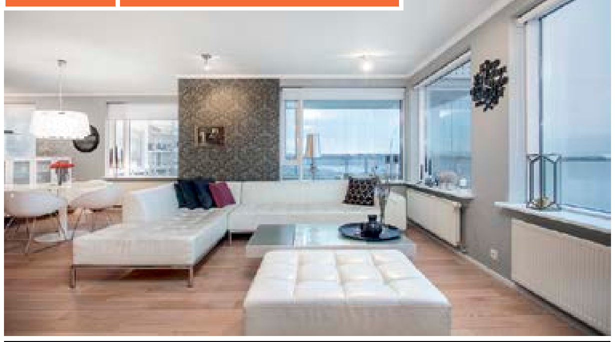
FJÖLBÝLISHÚS | 2 HERBERGI | 87.1 m²

VERÐ: 36.9M

ÍBÚÐ Á JARÐHÆÐ MEÐ BÍLSKÚR OG SÉR GARÐ

GUÐRÚN ANTONSDÓTTIR 621 2020

OPIÐ HÚS | SUNNUDAG KL. 14.30-15.00



STRANDVEGUR 9 | 210 GARÐABÆR

FJÖLBÝLISHÚS | 3-4 HERBERGI | 118.4 m²

VERÐ: 79.9M

GLÆSILEG ÍBÚÐ VIÐ SJÁVARSÍÐUNA Í GARÐARBÆ

ÚLFAR DAVÍÐS 788 9030

BÓKIÐ SKOÐUN

GNOÐAVOGUR 86 | 104 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS | 4 HERBERGI | 93.9 m²

VERÐ: 45.9M

MIKIÐ ENDURNÝJUÐ, TILBÚIN TIL AFHENDINGAR

GUNNLAUGUR 844 6447

ÁS FASTEIGNASALA
Stofnað 1988

Aron Freyr Eiríksson
Lögg. fast.
Sími 772-7376

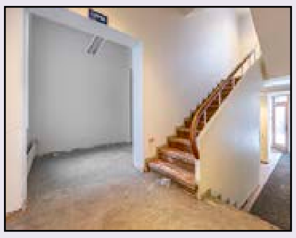
Ás fasteignasala er rótgróið fyrirtæki sem hefur veitt alla almenna þjónustu í fasteignaviðskiptum frá árinu 1988.

2017–2018 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

Framúrskarandi fyrirtæki 2015 2018

Vel staðsett eign sem býður upp á mikla möguleika

SUÐURGATA 44 - HAFNARFIRÐI



Eignin er alls 885,7 fm og skiptist í anddyri með lyftuhúsi, þrjár hæðir, kjallara og íþróttasal. Lóðin er alls 1633,3 fm. Samkvæmt aðalskipulagi Hafnarfjarðar er lóðin nú á svæði sem skilgreint er sem blönduð íbúðabyggð og samkvæmt deiliskipulagi má breyta húsnæðinu í allt að 12-15 misstórar íbúðir.
Húsið var byggt árið 1937 og hefur látið á sjá og þarfnast töluverðra lagfæringa og endurbóta.

Verð: Tilboð óskast

Fjarðargötu 17 // 220 Hafnarfirði // Sími 520 2600 // as@as.is

---

job
Finndu draumastarfið saman

Erum við að leita að **þér?**

DOMUSNOVA
Fasteignasala
Hlíðasmára 4 • 200 Kópavogur • domusnova@domusnova.is • S 527 1717

GISTIHEIMILI ÞYKKVABÆ ÁSVEGUR 3

Um er að ræða gistihús með herbergi fyrir 44 í 9 gistirýmum Stærð 406 fm.

Allar upplýsingar veitir Árni Helga lgf. í síma 663 4290 / arni@domusnova.is

www.domusnova.is

EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

ÁLFKONUHVARF 51, 88,7 m²
203 KÓPAVOGUR, 44.900.000 kr.

OPIÐ HÚS **Laugardaginn 1. feb. kl. 13:00-13:30**

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir.
Löggiltur fasteignasali.
Sími 862 1110
hrafnhildur@eignamidlun.is

Falleg 3ja herbergja íbúð með sérinngangi á jarðhæð ásamt bílastæði í lokuðu bílastæðahúsi og sérmerktu bílastæði stutt frá inngangi íbúðar. Rúmgóður sólpallur út frá stofu, sem snýr í suður. Útsýni af palli.
LAUS TIL AFHENDINGAR Í LOK FEBRÚAR.

EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

LITLIKRIKI 20, 154.5 m²
270 MOSFELLSBÆR, 75.700.000 kr.

OPIÐ HÚS **Laugardaginn 1. feb. kl. 15:00 - 15:30**

Herdís Valb. Hölludóttir
Löggiltur fasteignasali.
Sími 694 6166
herdis@eignamidlun.is

Virkilega fallegt og vandað 3ja herb. raðhús með sér smíðuðum innréttingum frá Brúnás, hita í gólfi, mikilli lofthæð og fallegu útsýni. Er á einni hæð með stórum bílskúr.

REYKÁS 47
110 Reykjavík

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 2. febrúar
frá kl. 15:30 - 16:00

Glæsileg íbúð mikið endurnýjuð - auk bílskúrs

- Glæsileg íbúð á 2 hæðum að stærð 144,2 fm
- Bílskúr með geymslulofti að stærð 23,2 fm
- Íbúðin öll hið glæsilegasta
- Fjögur svefnherbergi, möguleiki á fimm
- Endurnýjað eldhús, innréttingar á baði, gólfefni

Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

Verð: **64,9 millj.**

MIKLABORG 569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

---

EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

SÍÐUMÚLI 37
108 REYKJAVÍK, 89.000.000 kr.

2. HÆÐ TIL SÖLU

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9098
hilmar@eignamidlun.is

Hæðin er í þriggja hæða lyftuhúsi og 410 fm.
Eignin er nú nýtt sem æfingastöð og er í útleigu til 1. nóv. 2021.

Verð: 89.000.000 kr.

Allar nánari upplýsingar veita:
Sverrir Kristinsson *lögg fasteignasali* fn: 861-8514 • sverrir@eignamiðlun.is
Hilmar Þór Hafsteinsson *lögg fasteignasali* fn: 824-9098 • hilmar@eignamiðlun.is

---

EIGNAMIÐLUN
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

TRAÐARBERG 23, 102,1 m²
221 HAFNARFJÖRÐUR, 43,9 mkr.

OPIÐ HÚS **Laugardaginn 1. feb. kl. 14:00 - 14:30**

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 661 6021
hreidar@eignamidlun.is

Góð og vel skipulögð 102.1 fm 4 herbergja íbúð á vinsælum stað í Setberginu í Hafnafirði. Eignin skiptist í forstofu, 3 svefnherbergi, stofu, eldhús, baðherbergi, sér þvottahús og sér geymslu í kjallara.

ATVINNUHÚSNÆÐI Í BORGARNESI

Til sölu eða leigu er Sólbakki 4, Borgarnesi, en um er að ræða 644,2 ferm. atvinnuhúsnæði og þar af 104 ferm á efri hæð en þar eru skrifstofur.
Límtréshús klætt með yleiningum. Húsið var byggt undir matvælaframleiðslu og hefur verið notað sem slíkt og hentar húsnæðið mjög vel til þeirrar starfsemi.
Ásett verð 63.700.000
Varðandi skoðun og nánari upplýsingar skal haft samband við **Inga Tryggvason lögmann ingi@lit.is og s. 860 2181**

LIT ehf. fasteignasala
Ingi Tryggvason lögmaður
Borgarbraut 61, 310 Borgarnes

RE/MAX Senter

Vantar þig að selja eignina þína?
Hringdu í síma 822 6800

Frí fagljósmyndun á eigninni þinni
og örugg eftirfylgni

Kristín Ósk
Löggiltur fasteigna og skipasali
RE/MAX Senter sími: 414 4700
Farsími 822 6800
kor@remax.is

Hestavað 5
Reykjavík
Björt 3herb íbúð á góðum stað

Stærð: 109,2 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 42.550.000

RE/MAX Senter

Opið hús mán 3 feb kl 17:00-17:30

Verð: 46.900.000,-

REMAX Senter kynnir: Hestavað 5
Björt og sérlega falleg Íbúð á 3. hæð í lyftuhúsi. Eignin er laus við kaupsamning!
Hjónaherbergi, Barnaherbergi, Baðherbergi: Bað/sturtuaðstaða og flísar á gólfi, í kringum bað og á klósettkassa. Sérsmíðaðar Innnex innréttingar með Síle stein á borðplötu. Innbyggður klósettkassi.
Eldhús: Er í opnu rými í stofu og borðstofu. Sérsmíðaðar Innnex innréttingar og Silé teinn á borðum.
Stofa: Sérlega bjart og stórt rými

Guðmundur
Lögg. fasteignasali
898-5115
gudmundur@remax.is

Skeljagrandi 4
Vesturbær Reykjavíkur
3 herb með stæði í bílageymslu

Stærð: 110,5 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1985
Fasteignamat: 42.250.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Senter

Opið hús mánudaginn 3 feb kl 18:15-18:

Verð: 38.900.000

RE/MAX Senter kynnir:
Vel skipulögð þriggja herbergja íbúð á 1.hæð við Skeljagranda 4, 107 Reykjavík,
Íbúðin skiptist í stofu, eldhús, baðherbergi forstofu og tvö svefnherbergi.
Með íbúðinni fylgir stæði í lokaðri bílageymslu ásamt sérgeymslu í kjallara.
Sameiginlegt þvottahús, hjóla- og vagnageymsla er í sameign.
Íbúðin er skráð 79,6 fm þar af er bílastæði í bílageymslu skráð 30,9fm Samtals skráð stærð 110,5 fm

Guðmundur
Lögg. fasteignasali
898-5115
gudmundur@remax.is

Hamrahlíð 27
105 Reykjavík
5 herb hæð

Stærð: 122,9 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1959
Fasteignamat: 57.000.000

RE/MAX Senter

Sunnudag 2 feb kl. 14.30-15.00

Verð: 59.900.000

Virkilega skemmtilega 5 herb hæð með tveimur svölum við Hamrahlíð. Samkvæmt opinberum tölum er eignin 122,9 m2 og skiptist í andyri, eldhús, þrjú svefnherbergi og eitt þeirra forstofuherbergi með sé baðherbergi, baðherbergi og snyrtingu, stofu með aðgengi út á suðursvalir og borðstofu. Geymslu og hjólageymsla ásamt þvottahúsi á jarðhæð.Hægt er að breyta borðstofu í fjórða svefnherbergið.
Húsið er í góðu ástandi að utan og var múrviðgert 2018 og málað 2019. Eign í góðu ástandi á frábærum stað.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is

Brattahlíð 40-46
270 Mosfellsbær
4 herb í fjórbýlishúsi

Stærð: 111,4 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2019
Fasteignamat: 36.700.000

RE/MAX Senter

Sunnudaginn 2 feb kl. 17.00-17.30

Verð: 57.900.000

Fullbúnar einstaklega skemmtilegar og vandaða íbúðir með sérinngangi í fjögurra íbúða húsi í lokaðari götu. Húsið er steinað og með álgluggum og hurðum og því viðhaldslítið. Frábær staðsetning í grónu hverfi. Eignin telur eldhús, borðstofu, stofu þrjú góð svefnherbergi, baðherbergi með góðri þvottaaðstöðu og geymsla. Vandaðar innréttinga frá Brúnás og heimilstæki frá Simens. Hreinlætistæki frá Grohe, Innihurðar frá Parka. Gólfefni eru frá Gólefnaval og er vandað vinilparket. milliveggir hlaðnir

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is

Gerplustræti 6A
270 Mosfellsbær
4ja herb endaíbúð

Stærð: 117 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2017
Fasteignamat: 50.500.000

RE/MAX Senter

Sunnudaginn 2 feb kl. 16.00-16.30

Verð: 57.900.000

Einstaklega falleg endaíbúð á fyrstu hæð með sér inngangi. Íbúðin telur eldhús með góðri innréttingu frá HTH. Baðherbergi með þvottaaðstöðu og góðri sturtu. Öll svefnherbergi eru stór og með fataskápum, Hjónaherbergi er 15 m2 og barnaherbergi sem eru tvö eru bæði 11 m2. Stór pallur. Stofa er björt og með útgengi út á stóran pall með fallegu útsýni í suður. Örstutt í Helgafellsskóla. Íbúðin er öll hin vandaðast og henni fylgir stæði í bílastæðakjallara sem ekki er inn í fermetra tölu eignar.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is

Skarðsbraut 15 3ja hæð
300 Akranes
Lítið fjölbýli / fallegt útsýni

Stærð: 93,8 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1976
Fasteignamat: 29.400.000

RE/MAX Senter

Bóka skoðun í 695-3502 / sms@remax.is

Verð: 33.900.000

Sigrún Matthea lgf.kynnir: Björt og falleg eign á 3ju hæð á Skarðsbraut 15 Akranesi. Eignin er mjög rúmgóð og vel umgengin,eign í litlu fjölbýli sem er miðsvæðis á Akranesi staðsett stutt frá Grundaskóla leikskóla íþróttasvæði verslunum og annarri þjónustu á Akranesi. Langisandur og golfklúbbur Leynir. Eignin er anddyri 2 svefnherb. rúmgóð björt stofa/ borðstofa opið eldhús baðherbergi, stórar suðursvalir og sérgeymsla í sameign í kjallara ásamt þvottahúsi vagna og hjólageymslu.

Sigrún Matthea
Lögg. fasteignasali
695-3502
sms@remax.is

Hólabraut 15
Hafnarfjörður
Endurnýjuð eign á góðum stað

Stærð: 97 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1954
Fasteignamat: 34.250.000

RE/MAX Senter

Sunnudag 2. feb. kl. 16.00-16.30

Verð: 41.900.000

Mikið endurnýjuð 5 herbergja íbúð á frábærum stað í Hafnarfirði. Eldhús, baðherbergi, gólfefni, innihurðir og gler var nýverið endurnýjað.
Á efri hæð eru tvö svefnherbergi, baðherbergi, hol, stofa og eldhús. Í kjallara eru tvö svefnherbergi, þar af annað c.a. 20 fm., geymsla og sameiginlegt þvottahús með efri hæð.

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 2. FEB. KL. 16.00. VERIÐ VELKOMIN.

Guðný Maríanna
Lögg. fasteignasali
899 5447
gudny@remax.is

Nesvegur 57
107 Reykjavík
Efri hæð í þríbýli m/sér inngangi

Stærð: 135,5 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1973
Fasteignamat: 67.850.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Senter

Opið hús sun. 2. feb. kl.16:00-16:30

Verð: 69.900.000

RE/MAX Senter kynnir 5 herbergja íbúð á 2. hæð og jafnframt efstu hæð, í þriggja hæða húsi að Nesvegi 57 í Vesturbæ Reykjavíkur. Sérinngangur er í íbúðina. Íbúðinni fylgir herbergi í kjallara. Einnig fylgir bílskúr sem nær er húsinu. Stofan er björt, með útsýni út á sjó og út á Reykjanesið. Rúmgóðar suðursvalir út frá holi. Göngufæri er í alla helstu þjónustu, skóla og íþrótta- og tómstundastarf.
Nánari upplýsingar: Sigrún s. 8640061 / sigrun@remax.is

Sigrún Gréta H.
Lögg. fasteignasali
864 0061
sigrun@remax.is

OPIÐ HÚS

NÝTT Í URRIÐAHOLTI

SJÓNARVEGUR 1-3
210 GARÐABÆ

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

VERÐ FRÁ **49,9** mkr.

DÆMI UM ÍBÚÐIR

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 2. FEBRÚAR KL. 12.00-13.00 - Í SJÓNARVEGI 3

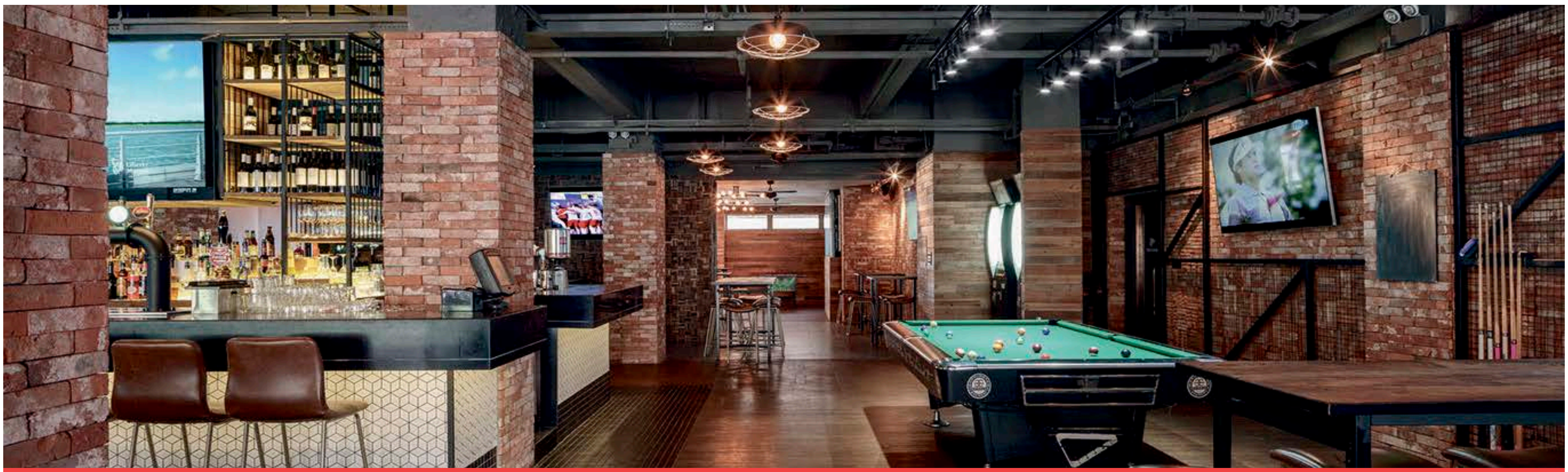
Stærð frá: 94,6 m^2 | **Verð frá:** 49.900.000 kr.

Glæsilegar 2ja - 3ja herbergja íbúðir á fallegum útsýnisstað efst í Urriðaholtinu. Um er að ræða 10 íbúða steinsteypt hús á fjórum hæðum, einangrað að utan og klætt með álklæðningu með bílageymslu á 1. hæð fyrir 6 bíla.

- Öll innanhúsráðgjöf í höndum HAF studio.
- Allar innréttingar eru frá HTH. Fataskápar hvítlakkaðir en innréttingar á baði og eldhúsi grálakkaðar.
- Ljós kvarststeinn er á borðum eldhús og baðherbergis.
- Heimilistæki eru frá AEG.
- Íbúðirnar eru afhentar fullbúnar án gólfefna, þó með flísalögðu votrýmum.
- Innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir öllum íbúðum!

Hafliði
Fasteignasali
846 4960

Dórothea
Fasteignasali
898 3326



Vilt þú opna veitingastað í Sambíóunum Álfabakka?

Árlega koma um **250.000** manns í Sambíóin Álfabakka
og þar gefst nú tækifæri á að opna **400-600 m^2** veitingastað

Allar nánari upplýsingar veitir:

Hannes Steindórsson
Löggiltur fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

Hlíðasmári 6 | 510 7900 | fastlind.is | nyjaribudir.is

2019 Framúrskarandi fyrirtæki | 2019 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

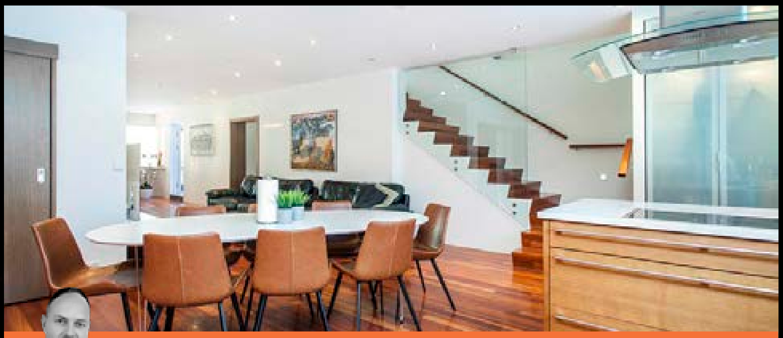
LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

oskar@domusnova.is **Verð: 53.900.000**

Norðurbrú 3 - Garðabær
Stærð 87,5 fm - 3 herb. - Stæði í bílageymslu
Allar upplýsingar veitir Óskar lgf. í síma 615 8200

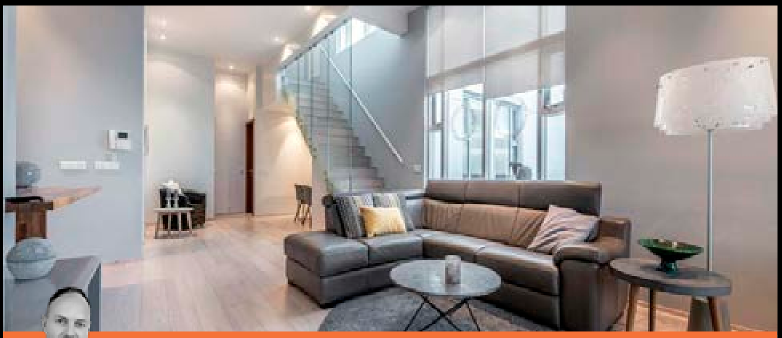
oskar@domusnova.is **Verð: 64.900.000**

Rauðagerði 14 - Reykjavík
Stærð 158 fm - 5 herb. - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Óskar lgf. í síma 6158200



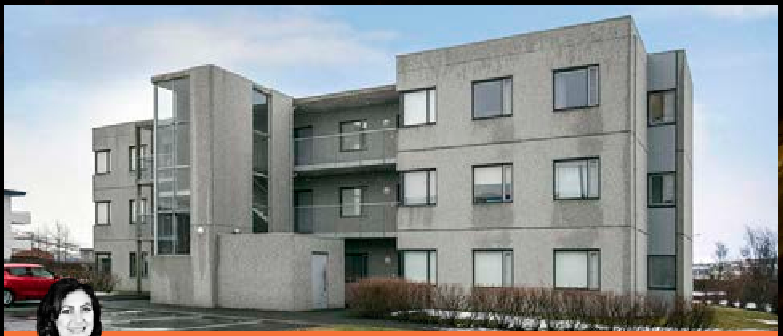
oc@domusnova.is **Verð: 99.000.000**

Perlukór 1 - ÞAKÍBÚÐ - Kópavogur
Stærð 255 fm - 5 herb. - Stæði í bílageymslu
Allar upplýsingar veitir Oscar lgf. í síma 861 8466



oc@domusnova.is **Verð: 94.900.000**

Hörðukór 1 - ÞAKÍBÚÐ - Kópavogur
Stærð 195 fm - 4 herb. - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Oscar lgf. í síma 861 8466



ingunn@domusnova.is **Verð: 58.900.000**

Gullengi 6 - Reykjavík
Stærð 133 fm - 5 herb.
Allar upplýsingar veitir Ingunn lgf. í síma 856 3566

bjorgvin@domusnova.is **Verð: 69.900.000**

Hagasel 15 - Reykjavík
Stærð 191 fm - 6 herb. - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Björgvin lgf. í síma 855 1544

agnar@domusnova.is **Verð: 115.000.000**

Lundur 1 - ÞAKÍBÚÐ - Kópavogi
Stærð 165,5 fm - 2 stæði í bílageymslu
Allar upplýsingar veitir Agnar lgf. í síma 820 0002

snorri@domusnova.is **Verð: 132.900.000**

Látraströnd 15 - Seltjarnarnes
Stærð 254,1 fm - 4 herb. - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Snorri lgf. í síma 699 4407

• Starfsfólk okkar starfar eftir gæðahandbók að tryggja gæði í vinnubrögðum • Hjá okkur starfar fjöldi lögfræðinga sem er mikilvæg stoð fyrir okkar viðskiptavini
• Við seljum mikinn fjölda fasteigna á ári hverju og byggjum þannig á mikilli reynslu • Við veitum frábæra þjónustu allt söluferlið

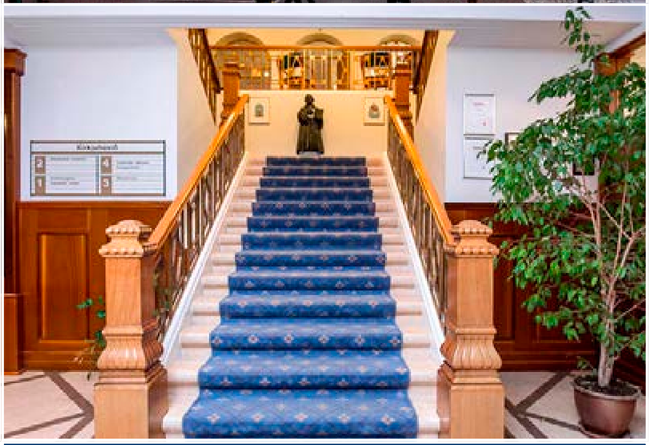
DOMUSNOVA
Fasteignasala

DOMUSNOVA - HLÍÐASMÁRA 4 KÓPAVOGI - AUSTURVEGI 6 SELFOSSI & STILLHOLTI 16-18 AKRANESI
SÍMI 527 1717 - WWW.DOMUSNOVA.IS

FREKARI UPPLÝSINGAR

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 861 8514

Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9093



LAUGAVEGUR 31

VERÐ: 570 MILLJ.

- Um er að ræða eitt glæsilegasta húsið í miðbæ Reykjavíkur staðsett á horni Laugavegs og Vatnsstígs. Eignin, sem er um 1.540 m², skiptist í kjallara, götuhæð og þrjár skrifstofuhæðir auk geymslulofts. Lyfta er í húsinu og nær hún úr kjallara og upp á 4. hæð. Húsið er reisulegt og mjög fallegt. Að innan eru skrautlistar á mörgum stöðum og ýmsar skreytingar sem gefa húsinu virðulegt yfirbragð og mikil prýði af. Reynt hefur verið að viðhalda upprunalegum glæsileika eignarinnar.
- Húsið verður laust til afhendingar 1. apríl nk.
- Á efri hæðum er mikið um skrautalista í loftum og hurðargerefti eru með fallegu munstri og gefur húsinu fallegt yfirbragð.
- Lóðin er baklóð og er hægt að loka henni með járnhliði. Sér afnotareitur Laugavegs 31 er við húsið. Lóðin er hellulögð.

EIGNAMIÐLUN SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

Grensásvegur 11
Sími 588 9090
www.eignamidlun.is

Stillholt 21 - Akranesi - 21 íbúð af 37 seldar.

Kynnið ykkur teikningar inn á www.thingvangur.is

Allar nánari uppl. Veitir Hákon í síma 898-9396 eða á netfanginu hakon@valfell.is

Hákon Svavarsson, löggiltur fasteigna-, fyrirtækja og skipasali

VALFELL
FASTEIGNAMIÐLUN OG RÁÐGJÖF

Opið hús laugardaginn 1. febrúar frá kl 13.00 til 14.00.

Gengið inn um aðalinngang frá efra bílastæði.

Íbúðir á 2. hæð verða til sýnis. Íbúðirnar eru í 10 hæða klæddu lyftuhúsi, Íbúðirnar seljast fullbúnar án gólfefna, forstofa, þvottahús og baðherbergi flísalagt. Öllum íbúðum fylgir kæliskápur og uppþvottavél í eldhúsinnréttingu.

2ja til 3ja herb íbúð 94,7 fm á 1 hæð merkt 0101 verð 39,0 millj. **(ein íbúð eftir)**

3ja herb. íbúðir 105 fm til 107 fm, Íbúðunum fylgir stæði í bíla-kjallara og sérgeymsla í kjallara.
Verð frá 46,6 millj. til 51,9 millj.

4ra herbergja íbúðirnar eru frá 126 fm til 128 fm. Íbúðunum fylgir stæði í bílskýli og sérgeymsla í kjallara.
Verð frá 56,4 millj til 59,4 millj.

190,4 fm þakíbúð með stórkostlegu útsýni af tvennum svölum til suðurs og vesturs, svalirnar eru 33,4 fm og 24,2 fm. Íbúðin er á 10. hæð í lyftuhúsnæði, stæði í bílskýli í bílakjallara.
Verð 85,8 millj.

Innréttingar og fataskápar frá danska framleiðandanum HTH,
Innihurðir og flísar frá Parka.
Heimilistæki frá Ormsson.

Þingvangur ehf byggir 10. hæða lyftuhúsnæði á góðum stað miðsvæðis á Akranesi , staðsett við verslunarkjarnann Dalbraut 1. Akranesi. Afhending í s.l. lok apríl 2020.

ÞINGVANGUR

Kirkjubraut 2, 300 Akranesi | Sími: 570 4824 | hakon@valfell.is | valfell.is

HLÍÐIN OG MIÐBORGIN

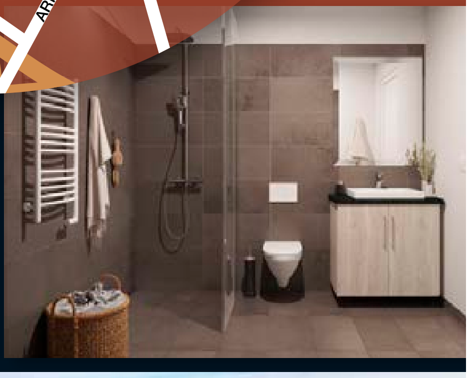
Nýjar glæsilegar fullbúnar íbúðir með gólfefnum og stæði í bílahúsi

- Frábær staðsetning milli Öskjuhlíðar og lystisemda miðborgarinnar.
- Stæði í glæsilegu bílahúsi undir byggingunni fylgja öllum íbúðum.
- Fullbúnar íbúðir með parketi og flísum á gólfum allra íbúða.
- búðirnar eru 2ja – 4ra herbergja, 58-144,1m².
- Verð frá 39,9 mkr., 2ja herb. íbúð, 60,1m² með stæði í bílahúsi.
- Hluti íbúða til afhendingar strax.
- Vandaður og traustur verktaki.

OPIÐ HÚS

Sunnudaginn 2. feb. kl. 13:00-15:00

Garðar Hólm, Trausta fasteignasölu. Sími: 899 8811, gh@trausti.is
Fullbúin sýningaríbúð er við Smyrilshlíð 4, 2. hæð.



Úr nýju vel útbúnu Hlíðaríbúðunum á Hlíðarendareitnum er innan við 5 mínútna gangur í fallega náttúruna og aðeins lítið eitt lengra að ströndinni í Nauthólsvíkinni. Í hinni áttinni bíða svo lystisemdir miðborgarinnar, menningin, maturinn, skemmtunin, kaffihúsin og iðandi mannlífið. Í göngufæri eru svo einnig einhverjir stærstu vinnustaðir landsins s.s. Landsspítalinn og háskólarnir.

Arkitektúr: **Arkþing**
Byggingaraðili: **Reir verk ehf.**

Söluaðilar:

TRAUSTI fasteignasala

Garðar Hólm
Fasteignasali
Sími: 899 8811
gh@trausti.is

GARÐATORG EIGNAMIÐLUN

Steinar S. Jónsson
Löggiltur fasteignasali
Sími: 898 5254
steinar@gardatorg.is

Skoðaðu íbúðirnar á:

hlidin.is

MIKLABORG

Hafnarbraut 14-15

200 Kópavogur

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 2. febúar
kl. 14:00 - 15:00

Nýjar og glæsilegar 1-5 herbergja íbúðir við Hafnarbraut 14-15 í lyftublokk á Kársnesi.

- Stærðir frá 45 -175 fm.
- Fallegt sjávarútsýni frá mörgum íbúðum.
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar og með gólfefnum á votrýmum.
- Bílastæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum.
- Kársnesið er vaxandi svæði með fjölskylduvænu og fallegu umhverfi við sjávarsíðuna.
- Sýningaríbúð á staðnum

Verð frá: **33,9 millj.**

Fullbúin sýningaríbúð á staðnum

Nánari upplýsingar veita:

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími:697 9300
svan@miklaborg.is

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Friðrik Þ. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignas
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is

TIL AFHENDINGAR STRAX

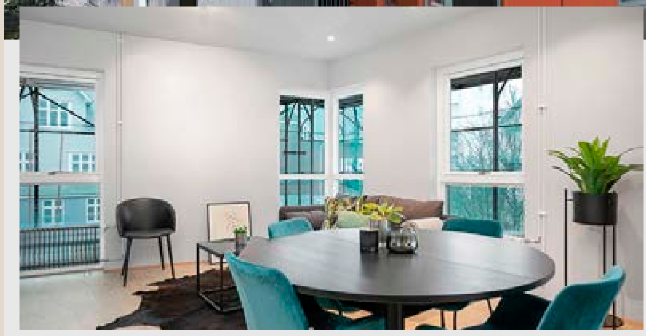
Hverfisgata 85

101 Reykjavík

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 2. febrúar
kl. 15:30 - 16:30

Frábærlega staðsettar íbúðir í miðborg Reykjavíkur

- **Í næsta nágrenni eru fjölbreyttar verslanir, veitingastaðir og þjónusta.**
- **Fjölbreytt mannlíf og menning setur svip sinn á miðborgina.**
- **Allar íbúðir með stæði í bílakjallara.**



Frábær fyrstu kaup
Verð frá: **37,9** millj.
með stæði í bílgeymslu.
Afhendist við kaupsamning.

Nánari upplýsingar veita:

Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími:697 9300
svan@miklaborg.is

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

MIKLABORG | **OPIÐ LAUGARDAGA KL. 10 - 14**
Heitt á könnunni, líttu við og fáðu faglega ráðgjöf

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

ÚTSALAN
ER BYRJUÐ
Full búð af spennandi útivistarvörum
30-50% afsláttur
Einnig fáanleg í barna-stærðum
icebreaker MERINO
100% Merino ullarfatnaður, stingur ekki, hlýrri og tekur ekki í sig lykt.
OSPREY BAKPOKAR
OSPREY
30-50% afsláttur
Hágæða bakpokar
Eitt mesta úrval landsins
Klifurbakpokar • Leiðsögumannabakpokar • Fjallgöngubakpokar • Dufflar
Krakkabakpokar • Fjallaskíðabakpokar • Hjólabakpokar • Ferðatöskur
30% afsláttur
FERRINO
GSI OUTDOORS
Svefnpokar, vindsængur, pottar, pönnur, hita-og kælibrúsar broddar ofl. frá GSI, Ferrino og Veriga með góðum afslætti
GÖNGUSKÓR OG SANDALAR
KEEN
30-50% afsláttur
30-50% afsláttur
30% afsláttur
FERRINO
Allar GRIVEL og singing rock vörur með góðum afslætti
PeakPerformance
Afsláttarborðin verða að sjálfsögðu á sínum stað með enn betri kjörum!
GG·sport
Opið í dag laugard. 11-18 og á morgun sunnud. 12-16
Smiðjuvegur 8, Græn gata, 200 Kópavogi • sími: 571 1020 • www.ggsport.is
BYKO

Fjölbreyttar rafíþróttir

Seinni helgi Reykjavíkurleikanna er hafin og ýmislegt spennandi er á dagskrá.

Í Háskólabíói fer fram keppni í rafíþróttum en keppt er í tölvuleikjunum Counter Strike: Global Offensive, FIFA 20 og League of Legends. Um helgina ráðast úrslitin í þessum leikjum.

Liðin munu spila uppi á sviði fyrir framan áhorfendur í salnum þar sem leikir fara fram í beinni.

Margt annað verður um að vera bæði í dag og á morgun í Háskólabíói. Í anddyrinu geta gestir keppt sín á milli í ýmsum leikjum og áskorunum.

Í kvöld klukkan 18 er einnig sýnt beint frá landsleik Íslands og Danmerkur í hermikappakstri svo það er úr nógu að velja um helgina fyrir fólk sem hefur áhuga á að fylgjast með rafíþróttum.

Um helgina verður keppt í ýmsum rafíþróttum. MYND/GETTY

Taylor Swift á frumsýningu Miss Americana á Sundance-kvikmyndahátíðinni. MYND/GETTY

Skyggnst inn í heim stórstjörnu

Nú á dögunum kom út heimildarmyndin Miss Americana þar sem fylgst er með lífi tónlistarkonunnar Taylor Swift undanfarin misseri. Myndin var frumsýnd 23. janúar á Sundance-kvikmyndahátíðinni við góðar undirtektir og hefur hún jafnframt hlotið góða dóma gagnrýnenda. Þá hefur leikstjóri myndarinnar, Lana Wilson, ítrekað lýst yfir aðdáun sinni á söngkonunni sem hún segir bæði hugrakka og hæfileikaríka.

Myndin var tekin í sýningu á Netflix þann 31. janúar og eiga áhugasamir því nú kost á því að gægjast inn í heim þessarar merku listakonu.

Verk eftir Soffíu Sæmundsdóttur.

Yfirlýst tilvera Soffíu Sæmunds

Gallerí Fold opnar í dag sýninguna Yfirlýst tilvera á verkum eftir myndlistarkonuna Soffíu Sæmundsdóttur.

Flestir þekkja tilfinninguna sem fylgir því að njóta góðs útsýnis í náttúrunni eða horfa á landslag sem þýtur hjá bílglugga á ferð. Því fylgir ró og við virðum heiminn fyrir okkur af æðruleysi. Nú er oft eins og róin og æðruleysið hafi riðlast svolítið. Ólga í veðri magnar og ýkir liti náttúru og himins og framkallar birtuskil sem virka stundum eins og yfirlýst ljósmynd. Nýjar upplýsingar um framvindu og breytingar í náttúrunni ýta undir smæð mannsins í tilverunni. Að sama skapi duga ekki lengur grænir og bláir litir og penslar víkja fyrir stórum spöðum til að tjá innri veruleika ferðalangsins. Krafan á manneskjuna í samtímanum er að láta sig hluti varða og gefa yfirlýsingu um tilgang og markmið með breytni sinni. Í íslensku landslagsmálverki gæti því, nú um stundir, birst sálarlíf málara eða jafnvel þjóðar. Er ekki gott í sjálfu sér að staldra við, njóta útsýnis um stund í fegurð, litum og algleymi?

Sýningin verður opnuð í dag, 1. febrúar, á milli klukkan 14 og 16.

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

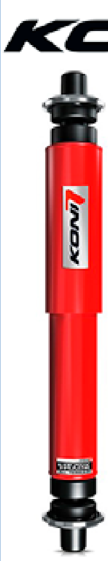
Bilauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Aukahlutir í bíla

KONI



Demparar
- Styrkur
- Ending

Fyrir:
- Fólksbíla
- Jeppa
- Vörubíla
- Flutningabíla
- Rútur

AFLVÉLAR
Vesturhrauni 3, 210 Garðabæ,
Sími: 480 0000, www.aflvelar.is

Barnaheill
Save the Children á Íslandi
Vissir þú að...
börn eiga rétt á nægum svefni

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Ræstingar

FYRIRTÆKJARÆSTINGAR.
Við sérhæfum okkur í ræstingum á fyrirtækjum,
þar sem áhersla er lögð á fagleg og vönduð vinnubrögð.
Ódýr og góð þjónusta.
FMJ Þrif ehf.
Uppl. í síma 780 7020 eða raesting2010@yahoo.com

Bókhald

Alhliða bókhaldsþjónusta, VSK, Laun.

Gott verð, góð þjónusta.
KH bókhald sími 623 2843.

Málarar

Tökum að okkur alla málningarvinnu, fagmennska og sanngjarnt verð. Málningarþjónusta Egils ehf. S:868-5171. egillsverris@gmail.com

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

FRÆSUN FYRIR GÓLFHITA OG FL.
Fræsun- rör- flotun

Tímavinna eða tilboð.
Upplýsingar á steinbrot@steinbrot.is eða í síma: 777-2242

K2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar til 15. febrúar. Sími 694 7881, Janna.

Skemmtanir

Bingóleiga hjá
bingospil.is

Önnur þjónusta

RATIO

Eigum krana lausa til leigu
511 6600 – ratio@ratio.is

Keypt & Selt

Til sölu

Bílsætaviðgerðir og öll almenn bólstrun og viðgerðir á tréverki úrval áklæða og leður sjá video af vinnslu á www.hsbolstrun.is Formbólstrun Hamraborg 5, Hamrabrekku megin. S: 544-5750

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Til sölu

Einn með öllu !

M.Bens GLS 350
D 4Matic
Árg 2017
Akstur 87 þ.km
7 Manna

Eini sinnar tegundar með háu og lágu drifi

Verð 10.9 m

Nánari uppl. í síma 588 5300. Netbilar@netbilar.is

GLUGGA GERÐIN

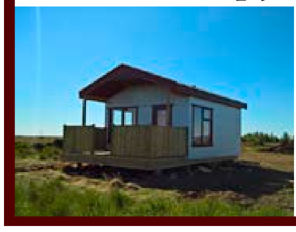
Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.

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

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

VSAA ehf er fyrirtæki í alhliða byggingavinnu, innan sem utanhúss

Tökum að okkur álvinnu, flísavinnu, trésmíðavinnu, gipsvinnu o.fl.

Nánari upplýsingar í síma 846 3632 eða 777 8208

Alvöru græja

Hámarks þyngd notanda: 130 kg.
Halli 0 til 15%
3 hp mótor
12 prógröm
Hátalarar og MP3
Hraði 3-16 km/klst
Stærð brautar: 47x133 cm
Verð 99.000 kr.

Bíldshöfða 16
Sími: 661-1902
HREKTÆKI

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is

Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

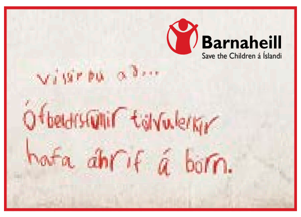
Upplýsingar í síma 782 8800

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Start/Byrja: 10/2, 8/3, 6/4. 4/5, 1/6, 29/6, 27/7, 14/9, 12/10, 9/11, 7/12. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/ Also Special courses for Health staff. 4 weeks/ vikur x 5 days/ daga. 2-4 students/ nem. AM & PM/ fh & eh. Price/Verð: 49.500.- Labour unions pay back 75-90 % of course price/Stéttafélög endurgreiða 75-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. is - facebook.com/iceschool. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 8981175/5571155



Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 285 - 1.000 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í REYKJAVÍK

285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Góð 2 herbergja íbúð til leigu í Grafarvogi, langtímaleiga 185 þús á mánuði, 2mánaða bankatrygging. Reykingar ekki leyfðar né gæludýr. Áhugasamir sendið upplýsingar um fjöldskylduhagi á habbyhalldors@gmail.com

HERBERGI.

Herbergi í 101 Rvk. nálægt Tjörninni. Með aðstöðu, (samt.um 24 fm+ sameign.) Reglusemi skilyrði. Leiga: 86 þ. mán + trygging. S: 651-6527.

Atvinnuhúsnæði

FRÍSTUNDABIL.

TIL LEIGU EÐA SÖLU 50 m2 bil. Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús. Sími: 661-6800

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

VÉLVÍK
www.velvik.is

NEMI Í RENNISMÍÐI / AÐSTOÐARMAÐUR Á VERKSTÆÐI.

Vélvík ehf óskar eftir starfsmanni í fjölbreytt störf á verkstæði.

Viðkomandi þarf að hafa bílpróf. Einnig getum við bætt við nema í rennismíði.

Fyrri umsóknir óskast endurnýjaðar.

Upplýsingar gefa Magnús eða Daníel í síma 5879960.

Einnig má senda netpóst á velvik@velvik.is

B O R G
F A S T E I G N A S A L A

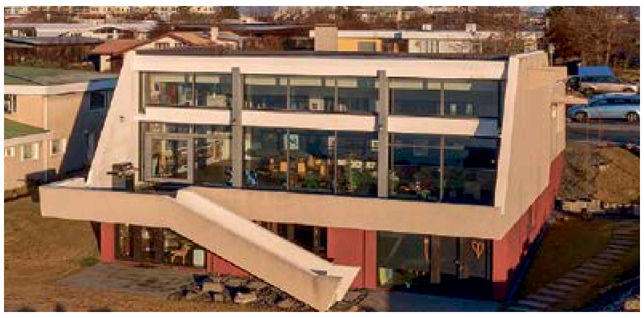
ÞÓRA BIRGISDÓTTIR

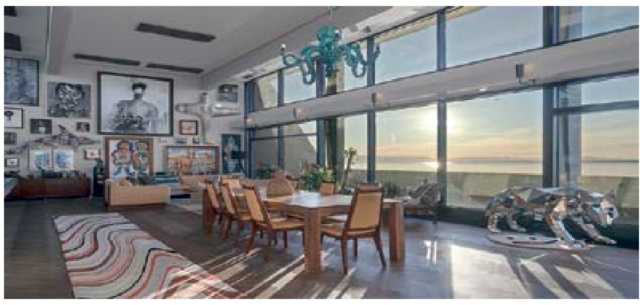
BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON

SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS

BÓKIÐ SOÐUN

SÆBRAUT 1		107 SELTJARNES
KJARVALS HÚSIÐ	7 HERBERGI	442 m²
	EINSTAKT EINBÝLISHÚS	
	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON 660 4777	

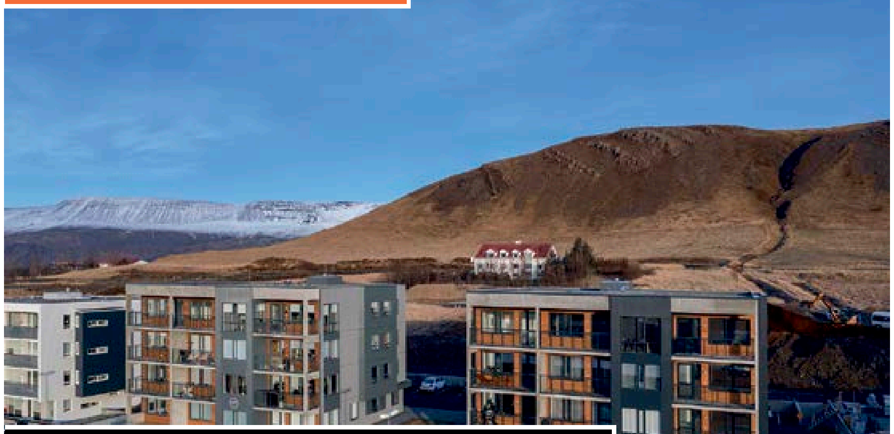




SÆBRAUT 1, 170 SETLJARNES KJARVALS HÚIÐ

Hér er um að ræða einstakt einbýlishús sem stendur á sjávarlóð með stórbrotnu útsýni. Húsið er samtals 442.7 m2 að stærð, og skartar fimm svefnherbergjum, tveimur stórum stofum, eldhúsi, þremur baðherbergjum, þvottahúsi og bílskúr. Hér er á ferðinni tækifæri til að eignast sögufræga fasteign sem á sér enga líka hér á landi.

OPIÐ HÚS- MÁNUDAG KL.17:00 - 18:00



Gerplustræti 17-19		270 MOSFELLSBÆR
FJÖLBÝLISHÚS	4 HERBERGI	157 m²
VERÐ FRÁ: 74.9M	FULL BÚINAR ÍBÚÐIR	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

- Stæði í bílageymslu
- Strórar svalir
- 4. svefnherbergi
- 2 baðherbergi
- Öll tæki í eldhúsi fylgja
- Lausar við kaupsamning
- Stærð 157 fm.
- Verð 74.900.000

STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984

535-1000
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK

FÉLAG FASTEIGNASALA
Þorlákur Ómar Einarsson
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

ÞORLÁKUR ÓMAR EINARSSON
820 2399

MATTHILDUR SUNNA ÞORLÁKSDÓTTIR
690 4966

YAN PING LI
866 6897

ERLA DRÖFN MAGNÚSDÓTTIR
692 0149

JÓN G. SANDHOLT jr.
777 2288

JÓN G. SANDHOLT sr.
896 6558

HALLDÓR KRISTJÁN SIGURÐSSON
618 9999

JÓHANN ÍRIS GÍGJA
662 1166

STEFÁN HRAFN STEFÁNSSON
895 2049

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI

Tónahvarf 6 – Kópavogi

Atvinnuhúsnæði til sölu eða leigu

Tónahvarf 6 er á einstaklega fallegum stað með miklu útsýni. Staðsetningin er góð og verður enn betri með tilkomu Arnarnesvegar sem er á vegaáætlun 2020-2023.

- 150 fm gólfpláss auk 54 fm millilofts með svölum
- Mikil lofthæð
- Stór innkeyrsluhurð
- Stórt útisvæði

Aðeins 3 bil eftir. Skilast fullbúin með epoxy á gólfum. Tilbúin til afhendingar.

Nánari upplýsingar:
ÁF hús ehf. | Bæjarlind 4 | S. 534 1600 | afhus.is
Frímann Frímannsson | S. 690 6009 | frimann@afhus.is

LEIGUGARÐAR fasteignafélag

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

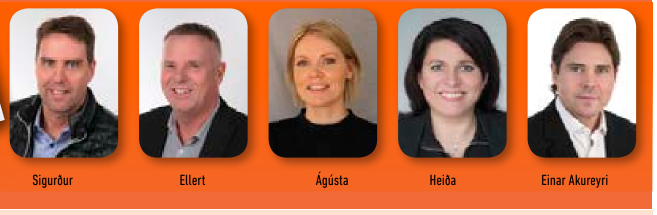
Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

LEITAR ÞÚ AÐ DRAUMA-EIGNINNI SPÁNI?

Við erum fasteignasala með áratugareynslu af sölu fasteigna



SUMAREIGNIR.IS

Kíktu inná síðuna okkar **www.Sumareignir.is.** Við erum með skrifstofu í Kópavogi, Akureyri og í Playa Flamenca á Costa Blanca. Ekki hika við að hafa samband í síma **616 8880** eða á tölvupósti **sos@eignalind.is**

EIGNALIND FASTEIGNASALA

Hafðu samband í síma 616 8880 eða á tölvupósti sos@eignalind.is

DOMUSNOVA Fasteignasala

Hlíðasmára 4 • 200 Kópavogur • domusnova@domusnova.is • S 527 1717

LAUGAR Í SÆLINGSDAL TIL SÖLU EÐA LEIGU

Tíu fasteignir við Laugar í Sælingsdal, Dalabyggð eru nú til sölu eða leigu. Gert er ráð fyrir að eignirnar verði seldar eða leigðar í einu lagi.

Samtals 20 herbergi með baði og 22 herbergi með handlaug og sameiginlegum baðherbergjum.

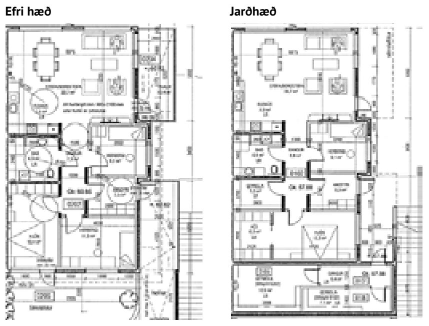
Laugar í Sælingsdal í sveitarfélaginu Dalabyggð er fornfrægur sögustaður sem hefur upp á að bjóða fjölbreytt náttúrufar og landslag til náttúruskoðunar og útivistar. Jarðhiti er nýttur til húshitunar og auk þess til ánægju og heilsuræktar. Á Laugum er ennfremur skilgreint stofnanasvæði og tjaldsvæði ásamt verslunar- og þjónustusvæði.

Að Laugum var áður skóli, sem síðar var breytt í hótel og skólabúðir. Á staðnum eru einnig fjögur einbýlishús, sundlaug, íþróttahús, tjaldsvæði og náttúrulaug (Guðrúnarlaug). Rekin hefur verið alhliða ferðaþjónusta að Laugum mikil tækifæri eru til að auka þá starfsemi enn frekar. Laugasvæðið er vel staðsett gagnvart umferð, er í námunda við aðalleið á Vestfirði og tengt hringleið um Strandir (Fellsströnd/Skarðs-strönd). Svæðið liggur í fögrum fjallasal þar sem er fjöldi áhugaverðra gönguleiða.

Hagstætt verð í boði fyrir réttan aðila.

Allar frekari upplýsingar veitir Agnar Agnarsson lgfs. í s. 820-1002 eða agnar@domusnova.is

www.domusnova.is



Í byggingu 108 - 120 fm íbúðir í nýju fjórbýlishúsi

- Rúmgóðar og vel skipulagðar 3ja - 4ra herbergja íbúðir
- Eftirsóttur staður við Álfhólsveg með góðu útsýni
- Íbúðirnar skilast fullbúnar án aðal gólfefna
- Sér inngangur í allar íbúðir

Nánari upplýsingar veitir:
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is **sími:** 899 1178

Verð frá: **67,9 millj.**

MIKLABORG

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Vel skipulagt 194 fm einbýlishús

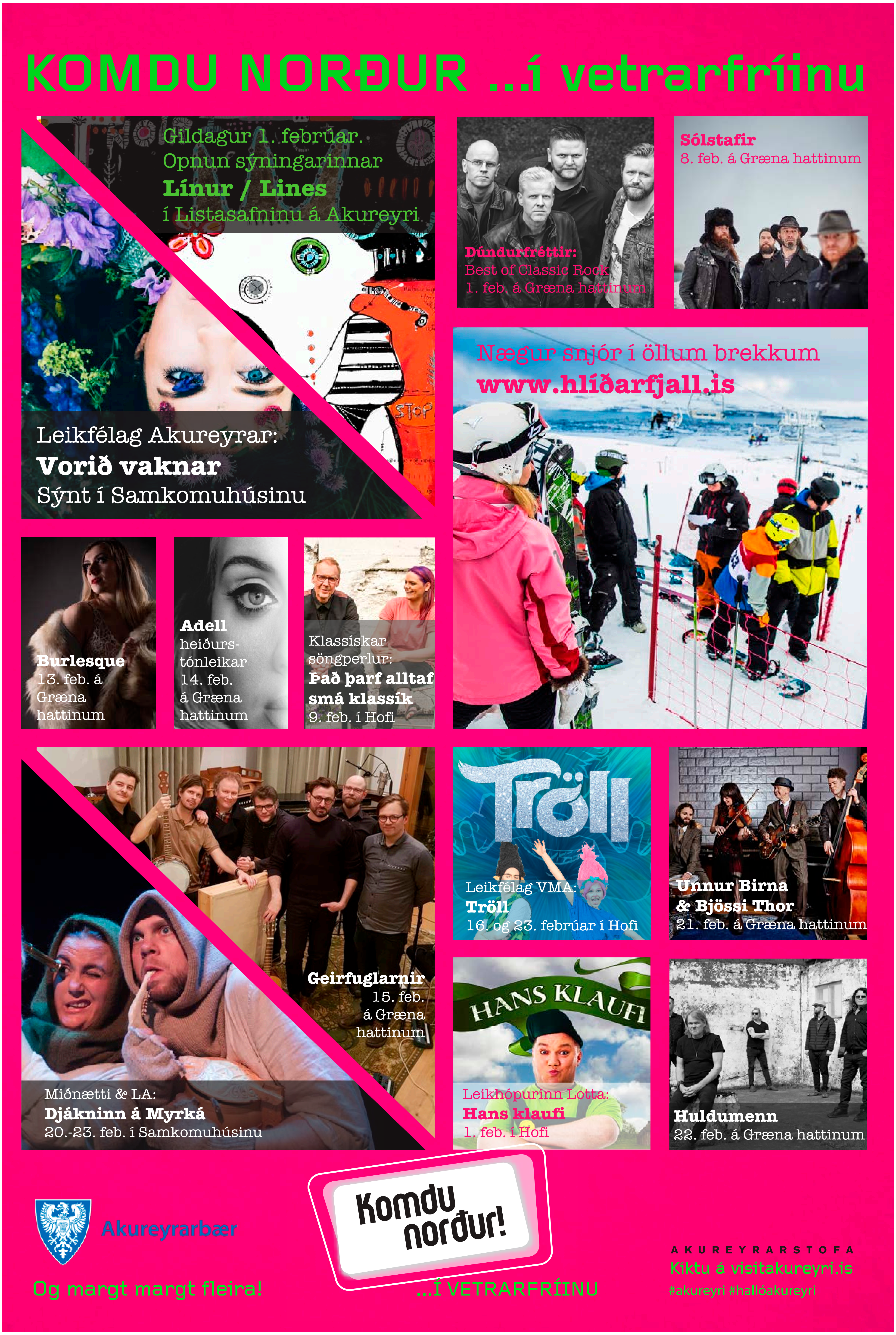
- Björt og falleg stofu og eldhúsrými
- Fjögur svefnherbergi
- Tvöfaldur bílskúr
- Hús staðsett innst í botnalanga
- Til afhendingar fljótlega

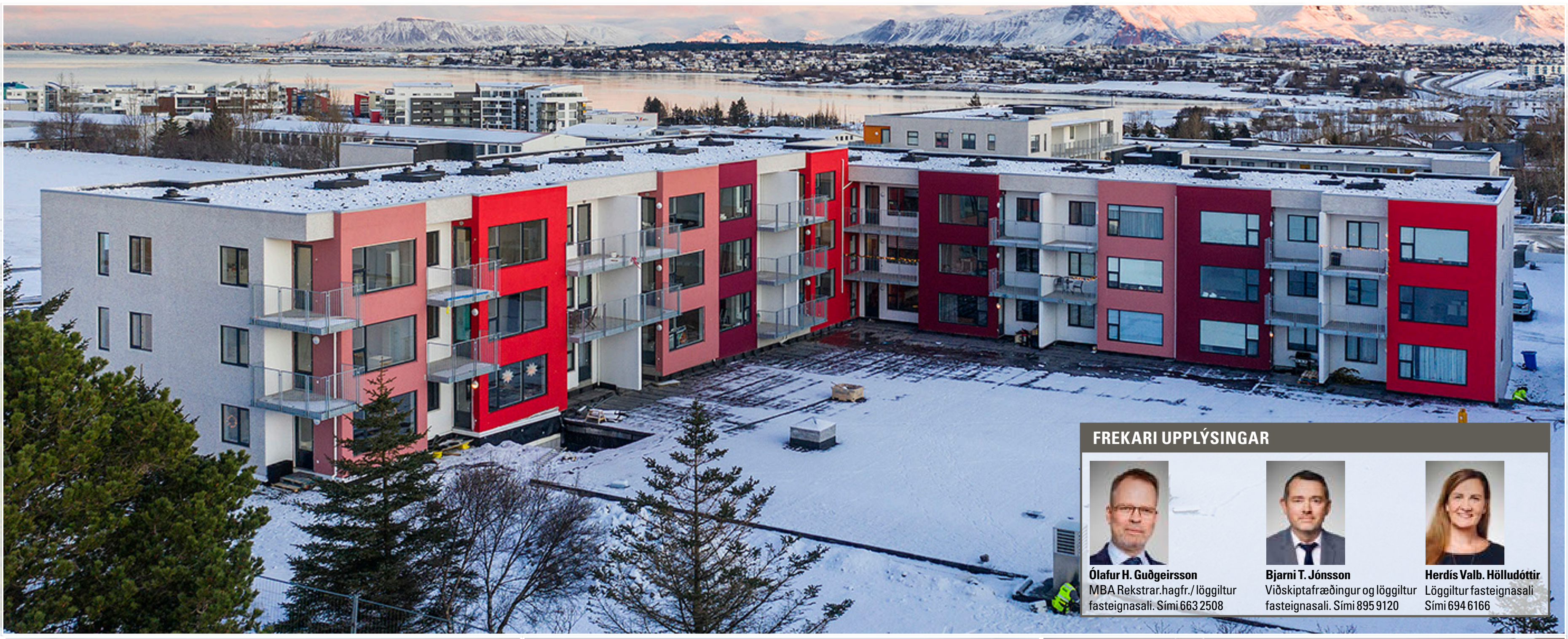
Nánari upplýsingar veitir:
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is **sími:** 899 1178

Verð: **56,9 millj.**

MIKLABORG

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar


KOMDU NORÐUR ...í vetrarfríinu
Gildagur 1. febrúar.
Opnun sýningarinnar
Línur / Lines
í Listasafninu á Akureyri
Leikfélag Akureyrar:
Vorið vaknar
Sýnt í Samkomuhúsinu
Dúndurfréttir:
Best of Classic Rock
1. feb. á Græna hattinum
Sólstafir
8. feb. á Græna hattinum
Nægur snjór í öllum brekkum
www.hlíðarfjall.is
Burlesque
13. feb. á
Græna
hattinum
Adell
heiðurs-
tónleikar
14. feb.
á Græna
hattinum
Klassískar
söngperlur:
Það þarf alltaf
smá klassík
9. feb. í Hofi
Geirfuglarnir
15. feb.
á Græna
hattinum
Miðnætti & LA:
Djákninn á Myrká
20.-23. feb. í Samkomuhúsinu
Tröll
Leikfélag VMA:
Tröll
16. og 23. febrúar í Hofi
Unnur Birna
& Bjössi Thor
21. feb. á Græna hattinum
HANS KLAUFI
Leikhópurinn Lotta:
Hans klaufi
1. feb. í Hofi
Huldumenn
22. feb. á Græna hattinum
Akureyrarbær
Og margt margt fleira!
Komdu norður!
...Í VETRARFRÍINU
AKUREYRARSTOFA
Kíktu á visitakureyri.is
#akureyri #hallóakureyri



LYNGÁS 1
210 GARÐABÆR

VERÐ FRÁ 48,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 1. FEB. KL. 13:30 – 14:00

- Vel staðsettar íbúðir í hjarta Garðabæjar.
- Sérinngangur af svalagangi.
- Bílastæði í lokuðu bílastæðahúsi.
- Vandaðar innréttingar frá AXIS.
- Vel skipulagðar íbúðir.
- Sér afnotaréttur á jarðhæð.

FREKARI UPPLÝSINGAR MÁ FINNA Á LYNGASREITUR.IS

BORGARTÚN 28 a
105 REYKJAVIK

VERÐ FRÁ 59,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 2. FEB. KL. 13:00 – 14:00

- 10 tveggja herbergja íbúðir, um 84 m². Verð frá 59,9 milljónir.
- 10 þriggja herbergja íbúðir, um 110 m². Verð frá 69,9 milljónir.
- Ein þakíbúð á 7.hæð, 201 m² með 167 fm. svölum, útsýni til allra átta. Afhendist tilbúin til innréttinga. Tvö bílastæði fylgja. Verð 155 milljónir.
- Frábærlega staðsettar íbúðir í nýju lyftuhúsi með stórum svölum, geymslu í kjallara og einkastæði í bílakjallara. Afhendast fullbúnar án gólfefna nema með flísum á baði, samkvæmt skilalýsingu. Ísskápur fylgir. Íbúðirnar eru rúmgóðar og vel skipulagðar, alrými einstaklega björt og vistleg. Akitekt er Orri Árnason hjá Zeppelin Arkitektum.

NÝTT Í SÖLU – LOKAÁFANGI

GERPLUSTRÆTI 21-23

FALLEGT ÚTSÝNI

FREKARI UPPLÝSINGAR

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignas., lögg. leigumiðlari. Sími 824 9098

Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096

VERÐ FRÁ 40,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS Á SUNNUDAGINN KL. 13-14 Í ÍBÚÐ 101 Í GERPLUSTRÆTI 19

- Fullbúnar íbúðir, án megin gólfefna
- Innréttingar frá GKS
- Innbyggður ísskápur og uppþvottavél
- Afhending: G 23 í júní 2020 / G 21 í okt 2020
- Stærð 81-158 m²
- 2 til 5 herbergja
- Allar íbúðir með stæði í bílgeymslu
- Stutt í náttúru
- Útsýni úr flestum íbúðunum

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

Grensásvegur 11
Sími 588 9090
www.eignamidlun.is

Á blæjubíl í snjókomu í Las Vegas

Feðgarnir Sverrir og Sverrir ferðuðust um heiminn, fengu ekki í magann en fóru á trúnó. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Feðgarnir **Sverrir Þór**, betur þekktur sem **Sveppi**, og **Sverrir Friðþjófsson**, skelltu sér í mánaðarlangt ferðalag um heiminn. Afraksturinn er sex þátta sjónvarpssería sem hefur göngu sína á Sjónvarpi Símans í næstu viku. Þeir feðgar settust niður og ræddu ferðalagið og feðgasambandið.

Ari Brynjólfsson
arib@frettabladid.is

Hugmyndina má rekja til ársins 2013, þá var ég á leiðinni á Þjóðhátíð og pabbi segir að hann hafi aldrei farið á Þjóðhátíð. Rúmlega sextugur maður sem hafði aldrei farið á Þjóðhátíð. Svo var ég á leiðinni á Rolling Stones, það hafði hann aldrei gert. Hann dýrkar Tottenham en hafði aldrei farið á völlinn. Mér fannst þetta svo skrítið,“ segir Sveppi. „Þá kom þessi hugmynd um að gera þætti þar sem við förum í gegnum listann yfir það sem pabbi átti eftir að gera.“

Síðan liðu nokkur ár. Sveppi flutti á tímabili með fjölskylduna til Bandaríkjanna og gerði þætti með Eiði Smára Guðjohnsen sem sýndir voru í Sjónvarpi Símans. „Í millitíðinni var ég búinn að þessu öllu,“ segir Sverrir. „Ég var búinn að fara á White Hart Lane, sjá Stones og kíkja á Þjóðhátíð. Ég hafði alveg farið á útihátíð, ég hitti konuna mína í Þórsmörk fyrir hálfri öld. Svo þegar ég fer fyrst á Þjóðhátíð fæ ég frítt inn sem eldri borgari.“

Sveppi stakk upp á því við Pálma Guðmundsson, stjórnanda Sjónvarps Símans, að hann færi í heimsreisu með pabba sínum. „Pálmi þekkir aðeins til pabba og vissi alveg að þetta gæti gengið,“ segir Sveppi.

Svo fór að þeir feðgar lögðu af stað í mánaðarlangt ferðalag í fyrra með þriggja manna teymi. Fyrsta ævintýrið var strax í flugvélinni á leið úr landi. „Þegar við vorum að fara frá Keflavík, þá sátum við í almennu farrými. Flugfreyjan kemur og vill selja okkur heyrnartól. Pabbi segir að hann sé með, þá spyr hún hvernig á því standi því þetta séu heyrnartól sem séu aðeins notuð á Saga Class,“ segir Sveppi. Heyrnartólunum hafði Sverrir stungið í töskuna eftir flug með Saga Class árið áður, en eiginkonur þeirra beggja starfa hjá Icelandair. „Þetta verður eitthvað vesen og svo kemur yfirflugfreyja til að tala við hann, ég fer svo að tala við þær og eitthvað. Síðan þegar við erum að bíða eftir töskunum okkar í París á leið til Afríku þá hringir síminn og þá er það flugfreyjan að segja að hún þurfi að ræða þetta meira. Nei, þá höfðum við gleymt þrífæti um borð. Við hefðum farið án hans til Afríku ef pabbi hefði ekki stungið á sig heyrnartólum.“ Vandræðasvipurinn leynir sér ekki í andliti Sverris.

> ÉG NÝTTI TÆKIFÆRIÐ OG SPURÐI BARA ALLRA ÞEIRRA SPURNINGA SEM MIG LANGAÐI AÐ SPYRJA. HVORT HANN HEFÐI ÁTT KÆRUSTU Á UNDAN MÖMMU. HVORT HANN HEFÐI DROPPAÐ SÝRU.
>
> Sveppi

Á skíðum innandyra

Sveppi hefur mikla reynslu af því að ferðast um heiminn og taka upp þætti. „Þetta er aðeins öðruvísi en Ameríski draumurinn og það, það eru bara læti. Þetta er lágstemmdara. Þetta eru bara feðgar að ferðast, upplifa einstaka staði saman, hann veit miklu meira um þá en ég. Þess á milli erum við á trúnó og ræðum saman. Hvers vegna ég er eins og ég er. Hvers vegna ég stóð mig svona illa í skóla,“ segir Sveppi.

„Ég er sem sagt kennari,“ segir Sverrir.

„Við völdum löndin gaumgæfilega þannig að þetta yrði þægilegur hringur, við tökum síðan næstum eitt land í hverjum þætti,“ segir Sveppi. Ferðalagið byrjar í Egyptalandi, síðan heimsækja þeir Indland, Taíland, Japan og Bandaríkin. „Við förum á skíði innandyra, vorum í skítakulda í Japan. Það var svo bara stuttbuxnaveður á Havaí. Það er mjög langt þangað frá bæði Tókýó og meginlandi Bandaríkjanna. Ekki það að neinn á Havaí þurfi að fara í ferðalag til að fara í frí,“ segir Sverrir. „Við tókum síðan blæjubíl frá Los Angeles til Las Vegas. Það hafði ekki snjóað þar í mörg ár, við tókum snjóinn með okkur. Við vorum bara þarna á blæjubílnum, í Las Vegas, í snjókomu.“

Hefðu getað lent á morðingja

Þrír ferðuðust með þeim, Hugi Halldórsson framleiðandi, Kristófer Dignus leikstjóri og Björn Ófeigsson tökumaður. „Bjössi svífst einskis,“ segir Sveppi. „Það má ekki taka myndir inni í Taj Mahal. Það eru verðir sem passa upp á það. Þá hlakkar bara í Birni að fela myndavél til að ná einhverjum skotum.“ Sverrir bætir við að það sé hægara sagt en gert að búa til svona þætti. „Það tók heilan dag að heimsækja Taj Mahal. Þetta verða kannski tvær mínútur í þættinum.“

Sveppi segir svona langt ferðalag ekki beint dans á rósum. „Líkamar okkar Íslendinga þola ekkert pad thai og mikinn hita. Það var iðulega einhver okkar á dollunni eða átti erfitt með svefn.“ Sverrir bætir við að hvorugur þeirra feðga hafi veikst. „Það var skítt með hina.“

Þar að auki hafi þeir ekki alltaf vitað nákvæmlega hvað þeir væru að fara út í hvern dag, við það bættist að þeir lögðu mikið traust á leiðsögumenn sem þeir höfðu aðeins kynnst í gengum tölvupóst. „Við hefðum alveg getað lent á einhverjum morðingja,“ segir Sveppi. „Einn þeirra var grænmetisæta og fór bara með okkur á þannig staði, við borðuðum ekkert kjöt á tímabili,“ bætir Sverrir við.

Frumkvöðull í íþróttastarfi

Sverrir er ekki vanur sviðsljósinu ólíkt syni sínum. Hann stýrði félagsmiðstöð í Breiðholti þegar Sveppi var barn og starfaði lengi sem íþróttakennari. „Pabbi er sjötugur og ég má alveg monta mig aðeins af honum. Hann þjálfaði hjá Víkingi. Hann tók að sér að skipuleggja æskulýðsstarf fyrir krakka sem voru annars bara á lausagangi á sumrin, svo stofnaði hann fyrsta íþróttaskólann. Hann er algjör frumkvöðull,“ segir Sveppi stoltur. „Við byrjuðum með íþróttaskólann hjá Víkingi, næsta sumar voru öll félögin komin með þannig,“ segir Sverrir.

> HEIMILI OKKAR VAR OPIÐ, ALLIR FÉLAGARNIR GENGU INN OG ÚT EINS OG ÞEIM SÝNDIST.
>
> Sverrir

„Það er svo gaman að hugsa um þetta því í dag þekki ég hann bara sem gamlan kall sem horfir á Gettu betur, er ekki í neinu veseni og þarf að fara snemma þegar Tottenham er að spila,“ bætir Sveppi við.

Djúpar samræður

Þeir Sveppi og Sverrir eru mjög góðir vinir og eiga í miklum samskiptum dagsdaglega. „Þess vegna var það ekkert mál að ferðast með honum,“ segir Sveppi. „Við höfum farið saman í golfferð, á tónleika og með fjölskyldunni til útlanda. Við getum sagt allt hvor við annan,“ segir Sverrir.

Á ferðalaginu gafst tími til að færa samtalið á enn dýpri nótur. „Ég nýtti tækifærið og spurði bara allra þeirra spurninga sem mig langaði að spyrja. Hvort hann hefði átt kærustu á undan mömmu. Hvort hann hefði droppað sýru,“ segir Sveppi, Sverrir ræður vart við sig af vandræðalegheitum. „Ég meina, þú varst ungur á hippatímanum!“

Sverrir er fyrirmynd Sveppa að mörgu leyti. „Heimili okkar var opið, allir félagarnir gengu inn og út eins og þeim sýndist,“ segir Sverrir. „Ég á núna unglingsstúlku sem er komin í menntaskóla. Þau þurfa oft einhvern stað til að hanga, ég leyfi öllum alltaf að koma heim. Þá bara kynnist maður krökkunum.“

Þeir hafa fundið fyrir eftirvæntingu eftir þáttunum. „Maður vonar að allir muni hafa gaman af þessu. Ég veit að það er mikil eftirvænting hjá systkinum pabba. Þau geta ekki beðið. Hann er yngstur og það er mikil spenna hjá þeim að fylgjast með honum.“

595 1000 • *Bókaðu þína ferð á* heimsferdir.is

Heimsferðir
-fáðu meira út úr fríinu

Ástkær eiginkona, móðir, fóstra,
tengdamóðir, amma og langamma,

Matthildur Birna Björnsdóttir

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja 11. janúar.
Þökkum starfsfólki legudeildar fyrir hlýja og góða umönnun. Útför hefur farið fram.

Sturlaugur Björnsson
Elínborg Birna Sturlaugsdóttir **Benedikt Þórisson**
Björn Sturlaugsson **Karen Sturlaugsson**
Margrét Gunnarsdóttir **Philippe Blanc**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Jóna Gísladóttir

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði 27. janúar.
Jarðarförin auglýst síðar.

Guðm. Friðrik Sigurðsson **Kristín Pálsdóttir**
Axel Jónsson **Þórunn Halldórsdóttir**
Valgerður Sigurðardóttir **Óskar Jóhannsson**
Ragnheiður Sigurðardóttir **Kristján Guðmundsson**
Björg Sigurðardóttir
Aðalheiður D. Sigurðardóttir **Þröstur Óskarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Skúli Þorsteinsson
frá Læknisstöðum,
barnakennari og bóndi,

er látinn.
Útför verður frá Háteigskirkju 6. febrúar kl. 11.

Hólmfríður Aðalsteinsdóttir
Helga, Þorsteinn og Berglaug Skúlabörn
tengdabörn og barnabörn.

Ástkær systir okkar og mágkona,

Jóhanna B. Ayoub Gunnarsdóttir

lést á sjúkrahúsi í Bandaríkjunum 23. janúar sl. eftir stutt en erfið veikindi.
Útför hennar fór fram í kyrrþey erlendis.

Eysteinn Gunnarsson **Guðrún Ásgeirsdóttir**
Guðjón Gunnarson
Guðbjörg Sigrún Gunnarsdóttir **Óskar Erlingsson**

Ástkær eiginkona og móðir,

Cinzia Fjóla Fiorini
kennari,
Arnarsmára 24,
Kópavogi,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi fimmtudaginn 16. janúar.
Útför hennar fer fram föstudaginn 7. febrúar frá Vídalínskirkju í Garðabæ klukkan 13.00.

Fyrir hönd annarra aðstandenda,

Björgvin Jónas Hauksson
Eva Sóley Björgvinsdóttir

Elskuleg móðir mín,
tengdamóðir og amma,

Sigurbjörg Hulda Þorkelsdóttir
hjúkrunarfræðingur,

lést þann 25. janúar á hjúkrunarheimilinu Mörk. Útför hennar verður frá Árbæjarkirkju í Reykjavík 4. febrúar kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á minningarsjóð Alzheimersamtakanna.

Þorkell Daníel Eiríksson **Anna Runólfsdóttir**
Kristján Hermann Þorkelsson
Þorgerður Rán Þorkelsdóttir
Runólfur Mar Þorkelsson

Maðurinn minn,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Sigurlaugur Þorkelsson
fv. skrifstofumaður,

lést á hjúkrunarheimilinu Grund föstudaginn 24. janúar sl.
Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík, þriðjudaginn 4. febrúar kl. 13.00.

Halla H. Skjaldberg
Þorkell Sigurlaugsson **Kristín H. Vignisdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og vinarhug við andlát og útför ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

Stefáns Arnar Stefánssonar
vélaverkfræðings frá Húsavík,
Lundi 3, Kópavogi.

Gunnþórunn R. Þórhallsdóttir
Stefán Geir Stefánsson **Anna María Gunnarsdóttir**
Halla Stefánsdóttir
Finnur R. Stefánsson **Steinunn Jónsdóttir**
Rebekka Stefánsdóttir **Emil Kárason**
barnabörn og barnabarnabarn.

Ástkær og elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma, langamma
og langalangamma,

Aðalheiður Pálsdóttir
áður til heimilis að Miðvangi 41,
Hafnarfirði,

lést á Akurgerði, hjúkrunarheimilinu Sólvangi þann 25. janúar sl.

Fríða B. Valdimarsdóttir **Óttar Ingimarsson**
Sveinrún Bjarnadóttir
Ósk Bára Bjarnadóttir **Már Mortensen Óskarsson**
Vilhjálmur P. Bjarnason **Ingibjörg Guðmundsdóttir**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabarn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð við andlát og útför elskulegrar móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Elísabetar Á. Möller

Einnig þökkum við starfsfólki Heilbrigðisstofnunar Vesturlands á Akranesi og hjúkrunarheimilisins Mörk sem annaðist Elísabetu af alúð síðasta spölinn.

Árni Möller **Signý Pálsdóttir**
Helga Möller **Hafliði Halldórsson**
barnabörn og langömmubörn.

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð, hlýhug og vináttu við andlát og útför ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður og ömmu,

Þóru Jakobsdóttur
Brúarflöt 1, Garðabæ,

sem lést á líknardeild Landspítalans mánudaginn 13. janúar sl. Sérstakar þakkir færum við starfsfólki líknardeildarinnar í Kópavogi og líknarheimaþjónustu HERU fyrir einstaka umönnun og hlýju.

Friðrik Sveinn Kristinsson
Kristinn Friðriksson **Helga Gréta Kristjánsdóttir**
Jakob Friðriksson **Carolin Huehnken**
Svanhvít Friðriksdóttir **Ólafur Guðbjörn Skúlason**
og barnabörn.

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Guðrún Jóhannsdóttir
(Gúa)

lést á Heilbrigðisstofnun Hvammstanga sunnudaginn 26. janúar sl.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Fjölskyldan þakkar Soffíu Steinarsdóttur og öllu starfsfólki á heilbrigðisstofnuninni fyrir alúð, nærgætni og væntumþykju í garð Guðrúnar á meðan hún dvaldi þar.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Hollvinasamtök Heilbrigðisstofnunar Hvammstanga
rnr: 0159-15-200135 kt: 711006-2140.

Jóhann Örn Ingimundarson **Agla Sigríður Björnsdóttir**
Svava Eyrún Ingimundardóttir **Jónas Mikael Pétursson**
Jón Ingi Ingimundarson **Soffía H. Weisshappel**
barnabörn og barnabarnabörn.

Alúðarþakkir færum við öllum þeim sem sýndu okkur hjartahlýju og einstakan stuðning við fráfall og útför okkar ástkæra

Þorsteins Ágústssonar
á Syðra-Velli.

Margrét Jónsdóttir
Ingveldur Þorsteinsdóttir **Andrés M. Haraldsson**
Jón Gunnþór Þorsteinsson **Ágúst Þorsteinsson**

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Hólmfríður Ásmundsdóttir
kjólasaumameistari,

lést á Hrafnistu í Reykjavík 18.janúar.
Útförin fer fram frá Bústaðakirkju mánudaginn 3. febrúar klukkan 15.00.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Barnaspítalasjóð Hringsins.

Ásmundur Kristinsson **Sigrún Guðjónsdóttir**
Kristinn Kristinsson **Ásdís Þórarinsdóttir**
Hólmfríður G. Kristinsdóttir **Gunnar Karl Gunnlaugsson**
Knútur Kristinsson **Þuríður Pálsdóttir**
Magnús Kristinsson **Dagný Egilsdóttir**
Sigurður Kristinsson **Siriwan Kristinsson**
Áslaug Kristinsdóttir **Oddur Daníelsson**
Vigdís Greipsdóttir
ömmubörn og langömmubörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýju vegna andláts okkar ástkæra

Guðjóns Traustasonar
vélvirkjameistara
frá Vestmannaeyjum.

Þökkum einnig öllum þeim sem af alúð og fagmennsku önnuðust hann í veikindum hans. Guð blessi ykkur öll.

Sigríður Sverrisdóttir
Sigríður H. Guðjónsdóttir **Ágúst Ólason**
Trausti Guðjónsson **Lísa María Karlsdóttir**
Erlendur R. Guðjónsson **Guðfinna B. Sigvaldadóttir**
Elsa Gunnarsdóttir **Jakob Kristjánsson**
afabörn og langafabörn.

Ástkær faðir okkar, bróðir, afi,
tengdafaðir og vinur,

Kristján Jóhannesson
sjúkranuddari,
Dalseli, Reykjavík,

lést á krabbameinsdeild Landspítalans, sunnudaginn 26. janúar sl. Útför fer fram kl. 13.00, mánudaginn 3. febrúar frá Háteigskirkju.
Blóm og kransar eru afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á að láta gott af sér leiða.

Inga Sif Kristjánsdóttir
Kristján Freyr Kristjánsson
Eva Guðrún Kristjánsdóttir
barnabörn, systkini, tengdabörn, stjúpdætur og Nhan

BAUHAUS

bauhaus.is

Að eigin vali 3 fyrir 2

990.-

1 - EXO 97 De-Icer..495.-
2 - Lásaolía 50 ml. Frostlögur....................................495.-
3 - BAUHAUS frostleysir 3 l. Þolir allt að -21°...................495.-
4 - Rúðuskafa, svört..495.-
5 - Frostvökvi með sprautustút 500 ml............................495.-
6 - Handgel til að fyrirbyggja bakteríur á höndum..............495.-
7 - Sílikon með pensli 100 ml...495.-
8 - Svampur, dregur vel í sig...495.-

Gifsplata
12,5 x 1200 x 2.700 mm. Gæðavara í 1.flokki, til klæðningar. Verð á plötu.

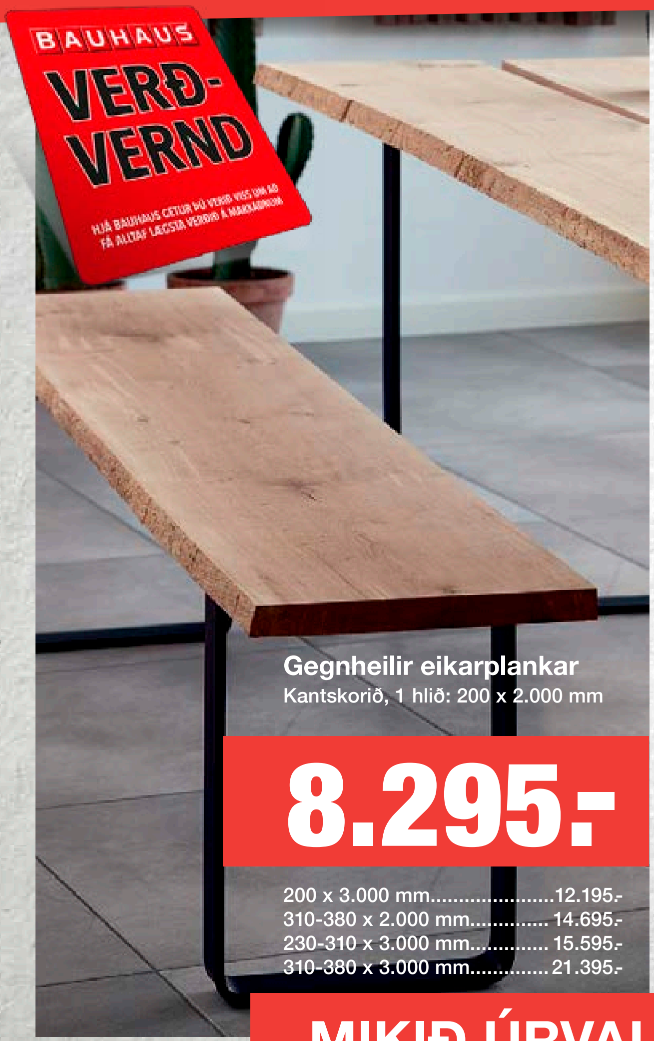
2.195.-

12,5 x 1.200 x 3.000 mm..................2.545.-

STYKKJAVERÐ
5.995.-

Sadolin
Veggmálning, 8 l
Mött málingin. Hentar vel á veggi og loft. Gljástig 5, 10 eða 20.

Gæðavörur á góðu verði í BAUHAUS!



Gegnheilir eikarplankar
Kantskorið, 1 hlið: 200 x 2.000 mm

8.295.-

200 x 3.000 mm......................12.195.-
310-380 x 2.000 mm..............14.695.-
230-310 x 3.000 mm..............15.595.-
310-380 x 3.000 mm..............21.395.-

Fatahengi
Fatahengi sem festist í vegg og gólf. Svart, lakkað járnrör og festingar sem eru stílhreinar og auðvelt að þrífa.

12.995.-

Með skóhillu og snögum......24.995.-

Agatha/Pirite gólfflísar
30 x 30 cm. Gegnheilar gólfflísar. Frostþolnar. Fást í kolgráu (Agatha) og gráu (Pirite). Verð á m².

1.595.-

Easyloc harðparket eik
Þykkt 6 mm, plankastærð 195 x 1.382 mm. Auðvelt að leggja. Verð á m².

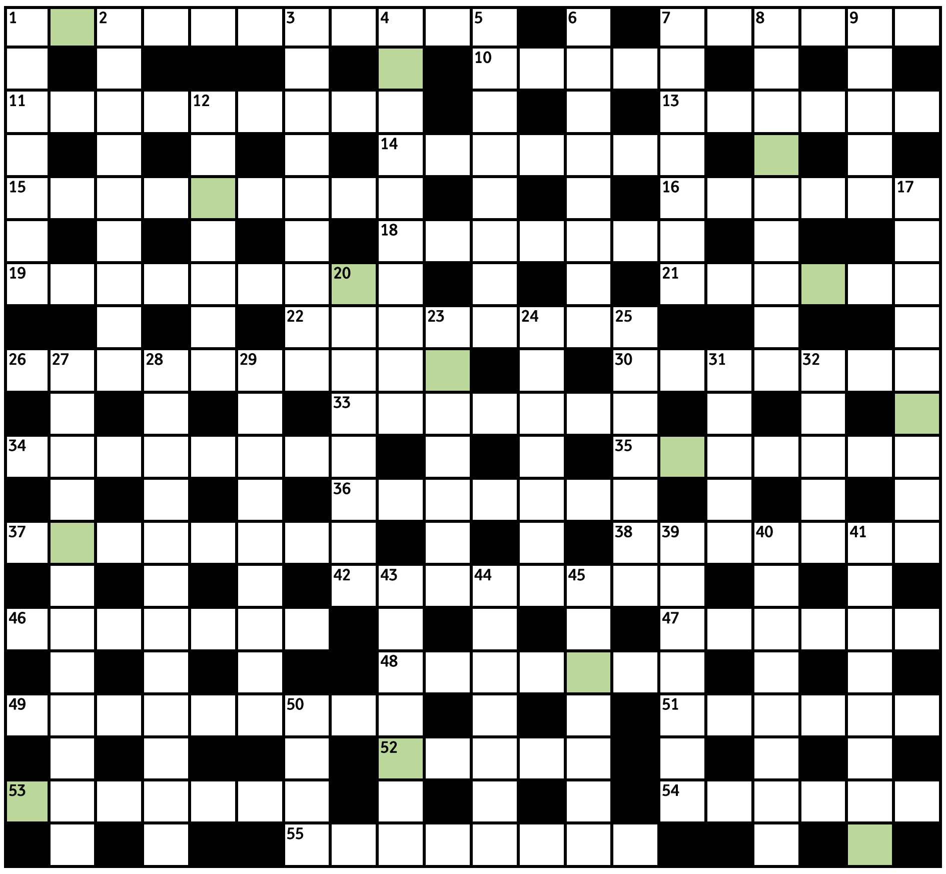
1.095.-

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplysingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var
SVEFNHERBERGI

LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist menntastofnun.
Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 7. febrúar næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „1. febrúar“.

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Vetrargulrætur** eftir **Rögnu Sigurðardóttir** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Guðný H. Ragnarsdóttir, Reykjavík**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Hljóðakútur er ekki hljóðkútur, litla óhemja (11)
7 Fékk mér alvöru kavíar meðan þið biðuð snertinga (6)
10 Hvíla sig eftir byltur og búsifjar (5)
11 Grátstraumurinn eflir kjökrið (9)
13 Bleik en ánægð með pestina (6)
14 Noh, þetta eru skæðir safar (7)
15 Held ég kviðristi kobba í kauptúni (9)
16 Heyri vælið taka undir meltuna (6)
18 Allt þetta rant og gól og rugl út af þessu lítilræði? (7)
19 Klipptu kraftakarla út við glugga (9)
21 Hvirfilhólf tryggir forbruna í bílvél (6)
22 Málsupptök eru við vöðvafestingu (8)
26 Finn ei lykt ef Forsetamóðir gætir þess sem lyktar (10)
30 Er e-ð til að borða heima hjá famelíunni? (7)
33 Hálfapar narta í Adam og Evu (7)
34 Ýttum nýjum kveikjara að þér er við fundum ofn (8)
35 Sá er alla rægir segir reið hjálpa fanti (7)
36 Öskuvondur frá því að rifjastykkið var étið frá mér (7)
37 Amerískur verðlaunagripur er ofboðsleg dolla (8)
38 Herrann borgar hýru mína, kærar þakkir fyrir það (7)
42 Sting? Við lofuðum hann hjá orðlögðum fauta (8)
46 Helduðu að skúr skelli á með geislavirku efni? (7)
47 Spakar sparka og klóra (6)
48 Hvalurinn er auðvitað uppistaðan í þessu (7)
49 Þegja til að heyra Bandaríkjastjórn blaðra (9)
51 Stel sýni til að losna úr haldi (6)
52 Svona farartæki fara sínar eigin leiðir (5)
53 Æfum oft öðru hvoru (7)
54 Stofugreni er hálfgerður bavíanabjálki (6)
55 Fuglinn segir þennan varg alveg búinn (8)

LÓÐRÉTT

1 Ég ræktaði skóg, það var mikil bölvun (7)
2 Gerðum fljót að meðfæddum hæfileikum (9)
3 Fara fram á brún, því nú skal sækja egg (9)
4 Ágætt engi bíður heyskapar æskufélaganna (10)
5 Felldu stjórnina og gáfu henni svo leiðbeiningar (8)
6 Sungu Emerson, Lake & Palmer um Borgardætur? (8)
7 Bana fiski með báxítmolum (7)
8 Efri ár? Ævilok? Samanlagt er þetta ágætur endir (9)
9 Litflétta hittir á nótu ungnauta (5)
12 Verst er að fá varg og eilífl nauð (7)
17 Fann ég þar ógnarstóran eldofn og öflugan eftir því (9)
20 Meta gogg í ljósi gamalla sagna (8)
23 Aðstoðarrolla og tær málflutningur hennar (7)
24 Vorum á flandri en streðum nú á stöng (7)
25 Smálimir drottningar fengu brjóstveiki (7)
27 Fordæma heimsreisu þess sem víðast fór (12)
28 Fékk þessar ákveðnu efasemdir er útþenslu Ameríkana lauk (12)
29 Af óhróðri skríbenta um háðfugla í höfundastétt (9)
31 Greiða úr flækjum og veita hjálp er vélarnar villa sýn (5)
32 Sagan er um ljána og bændurna sem bitust um hana. Höfundur óþekktur (5)
39 Nei, sagan er um erfiða gátu og önuga menn (7)
40 Hún hvíldi hæfilegar en hinar sem flatar voru (8)
41 Ávöxtur þeirra sem fara í aðgerð (8)
43 Lappa uppá lágfótu fyrir Denny Crane (7)
44 Á alltaf traustan félaga þar sem guð er, það er engin þjóðsaga (7)
45 Börnin elska þessar skepnur, Bamba og félaga (7)
50 Hin fræknu eru teljandi á fingrum annarrar handar (5)

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Onescius átti leik gegn Gama í Rúmeníu árið 1955.

1. Rxf3! exf3 2. Dg7+! Hxg7 3. He8+ Hg8 4. Hxg8 Kxg8 5. gxh4 1-0.
Jóhann Hjartarson endaði með 6 vinninga í 10 skákum í Gibraltar. Lokaumferð Skákþings Reykjavíkur fer fram á morgun.

www.skak.is: Nýjust skákfréttir.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

ALGERT SKRÍMSLI

Margir upplifa aldrei styrk handarinnar sem kom upp í sveitakeppni hjá Bridgefélagi Hafnarfjarðar 19. janúar síðastliðinn. Hönd austurs er algert „skrímsli“ og hugsanlega vandmeðfarin í sögnum. Spilið var spilað á 12 borðum og hjartahálfslemma spiluð í 4 tilfellum. Á hinum 8 borðunum var spiluð alslemma í hjarta. Á einu borðanna sátu Eiríkur Jónsson (A) og Páll Valdimarsson (V). Sagnir hentuðu vel fyrir þeirra sagnkerfi og þróunin í sögnum var þeim hagstæð. Norður var gjafari og enginn á hættu.

Norður
♠ ÁG9
♥ 92
♦ KG92
♣ 9652

Vestur
♠ DG1087
♥ D7
♦ DG1096
♣ 4

Austur
♠ -
♥ ÁKG98653
♦ -
♣ ÁKD52

Suður
♠ Á63
♥ 10
♦ ÁK754
♣ G1096

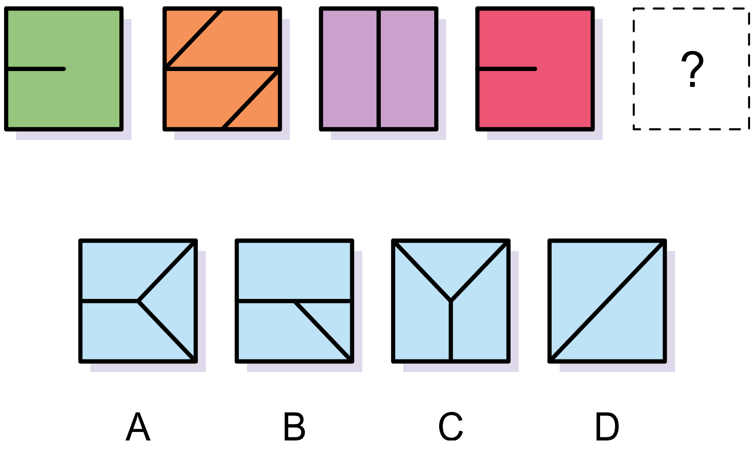
Eftir pass frá norðri opnaði Eiríkur á sterku laufi (16+ punktar). Suður kom inn á dobli, sem sýndi tígul eða háliti, styrkur óþekktur. Vestur (Páll) sagði 1 ♥* sem var krafa í geim og annað hvort spaðalitur (5+) eða jafnskipt hönd. Það hentaði laufopnaranum ágætlega sem gat sagt rólega 2 ♥, vitandi að félagi myndi ekki stoppa undir geimi. Páll sagði 3 ♦ á vesturhöndina, sem sýndi lengd í spaða og tígli. Eiríkur sagði rólega 3 ♥, Páll hækkaði í 4 ♥ og Eiríkur lét vaða í 7 ♥. Suður doblaði með mikið varnargildi. Eiríkur redoblaði þann samning og var lítið hræddur. Norður taldi hugsanlegt að doblið væri á eyðu og spilaði út spaða. Páli reyndist ekki erfitt að standa alslemmuna. Trompaði í blindum, tók laufás, trompaði lauf lágt, trompaði tígul, trompaði aftur lauf með hjartadrottningu, trompaði tígul og tók trompin. Ótrúleg hönd hjá austri og eina borðið með þennan samning redoblaðan.

American Style
Doritos
LIV
SUPER BOWL
SUNNUDAG
22:00
2 SPORT
Tryggðu þér áskrift stod2.is | 1817

KRAKKAR

Konráð 389 og félagar á ferð og flugi

„Þetta lítur nú út eins og eitthvert bull,“ sagði Kata þegar hún sá þessa gátu. „Við eigum að finna út hvaða kassi í neðri línunni, A, B, C eða D á að koma þar sem spurningamerkið er,“ sagði Konráð hugsi. „Hvaða kassi?“ sagði Kata. „Ég get ekki séð eftir hverju ég á að fara, þessi strik virðast bara vera út og suður og ekkert kerfi.“ Konráð horfði drykklanga stund á gátuna og braut heilann.



„Það er eitthvað skrítið við þessa gátu, það skal ég viðurkenna,“ sagði hann. „En það er alltaf eitthvað kerfi í öllum gátum, við þurfum bara að finna það út.“

Getur þú fundið út hver af þessum kössum, A, B, C eða D á að vera þar sem spurningamerkið er og hvers vegna?

Parið saman setningar og myndir

Þú lyftir sleðanum með lyftaranum upp úr skaflinum og notar hluti úr endurvinnslunni til að gera við hann.

Maður vill ekki vera neinn bjáni sem lætur ljúga að sér.

Hæ, hæ, hér kem ég: sko hvað ég fann; annað eins finnur maður ekki hvern dag á götu sinni.

Lausn á gátunni

B, þá er hægt að lesa nafnið Ester út úr línunum í kössunum

Svarthol, ljóð Ingimars, var valið úr 153 ljóðum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Vel tónlist með góðan takt

Ingimar Örn Hammer Haraldsson, 12 ára nemandi í Álfhólsskóla, varð hlutskarpastur í Ljóðasamkeppni grunnskóla í Kópavogi fyrir ljóðið Svarthol.

Hvar yrkir þú helst, Ingmar Örn? Satt best að segja yrki ég ekki mikið af ljóðum en geri það helst þegar mér dettur eitthvað flott eða sniðugt í hug og þá skrifa ég þau í iPad.

Hefur þú lesið upp ljóð eftir þig? Ekki nema fyrir fjölskylduna.

Hver eru helstu áhugamálin? Ég hef áhuga á vísindum og hugsa mikið um tilvistina – hvað gæti tekið við þegar þessi raunveruleiki tekur enda. Svo hef ég áhuga á tölvuleikjum eins og margir fleiri. Er búinn að taka þátt í þremur rafíþrótta-námskeiðum og er núna í námskeiði hjá rafíþróttadeild Ármanns. Þar erum við að æfa okkur í tölvuleikjum sem hægt er að keppa í, eins og Overwatch og fleira. Svo gerum við líkamlegar æfingar.

Hver er eftirlætisnámsgreinin í skólanum? Mér fannst danska spennandi og stærðfræði en núna er samfélagsfræði í uppáhaldi. Mér finnst rosalega gaman að læra um sögu Evrópu.

Skemmtilegasta bók sem þú hefur lesið? Ég á ekki einhverja eina uppáhaldsbók en held upp á staðreyndabækur eins og um hættulegustu dýrin eða eldfjöllin.

Svarthol

Svarthol eru svört,
og draga að sér ljós,
en ekki nógu sterk,
til þess að draga að sér,
mína sál.

Allt um heiminn og geiminn finnst mér líka spennandi.

Hvernig tónlist fílarðu? Ég hlusta á mjög mismunandi tónlist. Vel tónlist með góðan takt en valið fer eftir því í hvernig skapi ég er hverju sinni.

Hver er uppáhaldsmaturinn þinn? Hamborgari – og kannski annar hamborgari. Svo eru kjötbollurnar í IKEA alltaf góðar.

Hver er skemmtilegasti dagurinn í lífi þínu? Þessi er erfið, þeir eru svo margir. Mmmm, líklega þegar ég var með fjölskyldunni í Alicante á Spáni og við fórum í skemmtigarðinn Terra Mítica. Það var svo margt skemmtilegt, eins og risa rússíbaninn sem við fórum í mörgum sinnum.

Hvað langar þig að verða þegar þú verður stór? Mig langar að búa til og hanna tölvuleiki, kannski helst leiki sem kallast MMORPG – eða hlutverkaleik sem margir spilarar spila saman – eða bardagaleiki.

SKÚBB HELDUR UPP Á **ALÞJÓÐLEGAN DAG ÍSS Í MORGUNMAT** MEÐ ÞVÍ AÐ **GEFA** ***sérlagaðan morgunís*** FRÁ KL. 9-12 LAUGARDAG OG SUNNUDAG

ÍSGERÐ
SKÚBB
REYKJAVÍK

Jógúrtís
MEÐ BLÁBERJUM
ÚR LÍFRÆNNI JÓGÚRT

Kókosís
MEÐ MUSLI
VEGAN

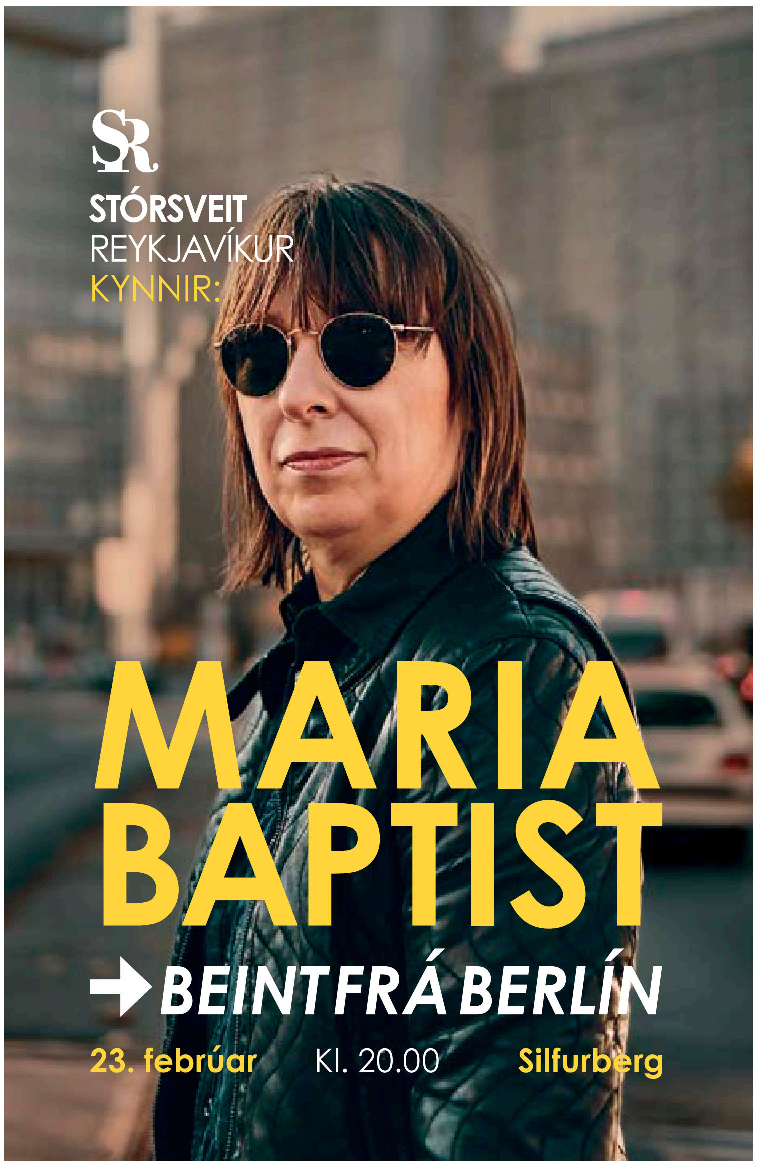
LAUGARÁSVEGI 1

VEÐUR & MYNDASÖGUR

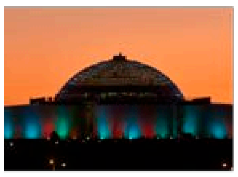
Laugardagur

Staður	Lágmark °C	Hámark °C
Reykjavík	-2	2
Ísafjörður	-8	4
Akureyri	-4	2
Egilsstaðir	-2	4
Kirkjubæjarkl	-1	4
Hveravellir	-10	5

Hæg breytileg átt, skýjað með köflum og yfirleitt þurrt, en dálítil él norðaustan til fyrri part dags. Frost 1 til 12 stig, kaldast í innsveitum norðaustanlands.

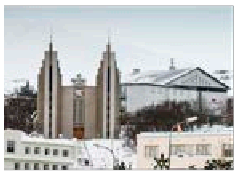


Reykjavík



Ísafjörður

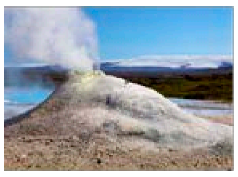
Akureyri



Egilsstaðir

Kirkjubæjarklaustur

Hveravellir



Staður	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík	-4 / 3 °C	-2 / 1 °C	-2 / 5 °C	6 / 6 °C	3 / 11 °C
Ísafjörður	-6 / 1 °C	-4 / 1 °C	-7 / 2 °C	-1 / 1 °C	2 / 7 °C
Akureyri	-1 / 2 °C	-8 / 1 °C	-7 / 2 °C	1 / 2 °C	2 / 2 °C
Egilsstaðir	-6 / 1 °C	-6 / 1 °C	-5 / 2 °C	3 / 2 °C	3 / 5 °C
Kirkjubæjarklaustur	0 / 4 °C	-2 / 1 °C	-3 / 2 °C	5 / 5 °C	3 / 7 °C
Hveravellir	-8 / 8 °C	-7 / 1 °C	-7 / 5 °C	2 / 9 °C	0 / 17 °C

Pondus

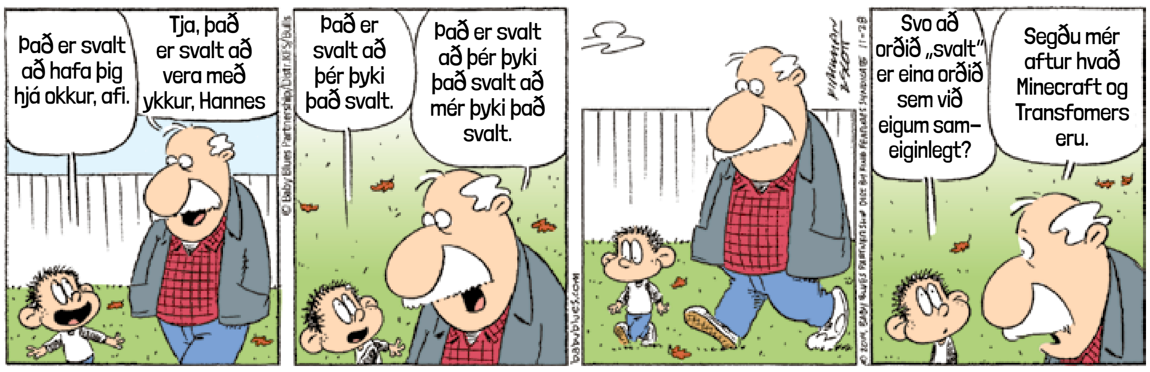
Eftir Frode Øverli

Gelgjan

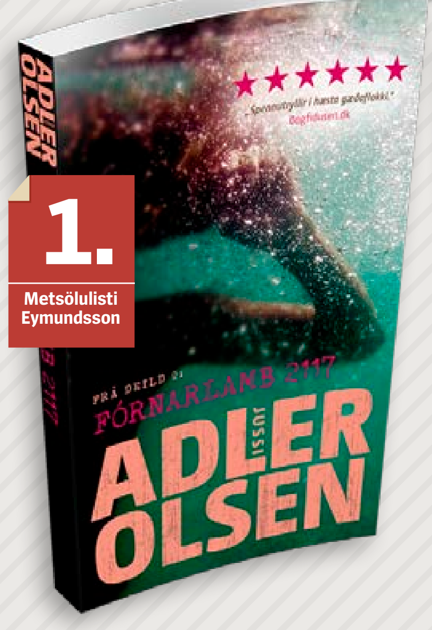
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

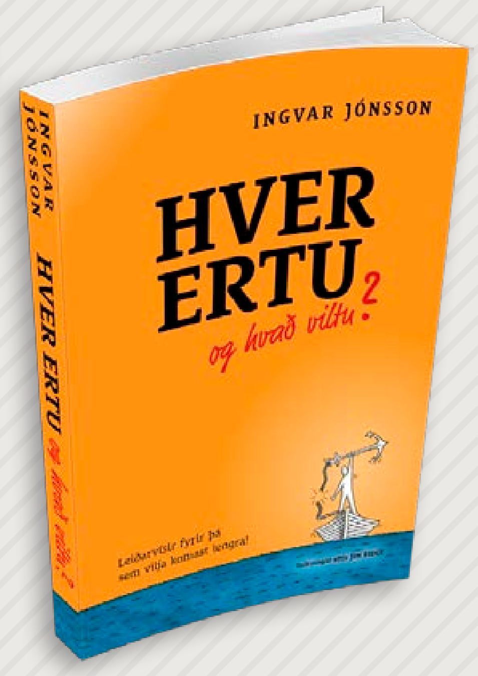
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



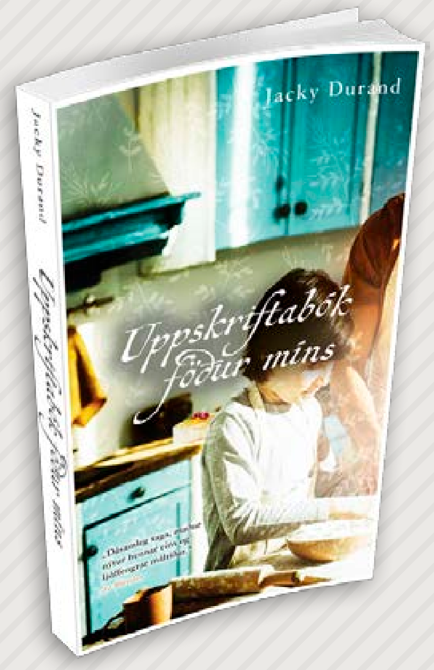
NÝJAR & SPENNANDI BÆKUR!



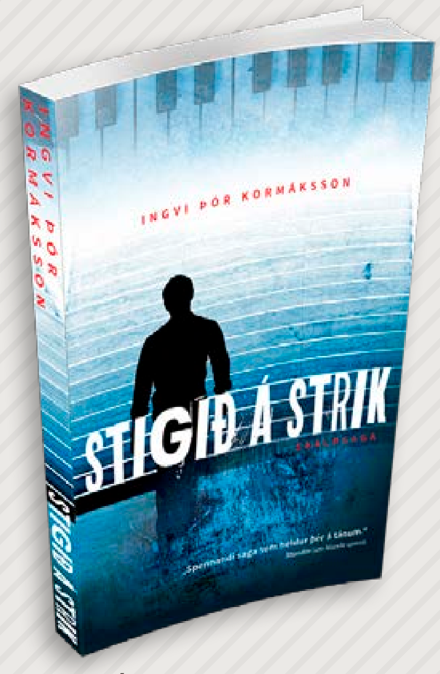
Frá deid Q:
Fórnarlamb 2117
Verð: 3.999.-



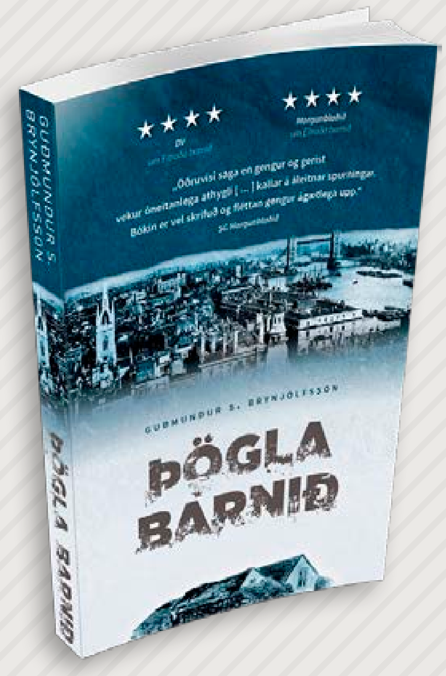
Hver ertu og hvað viltu?
Verð: 4.299.-



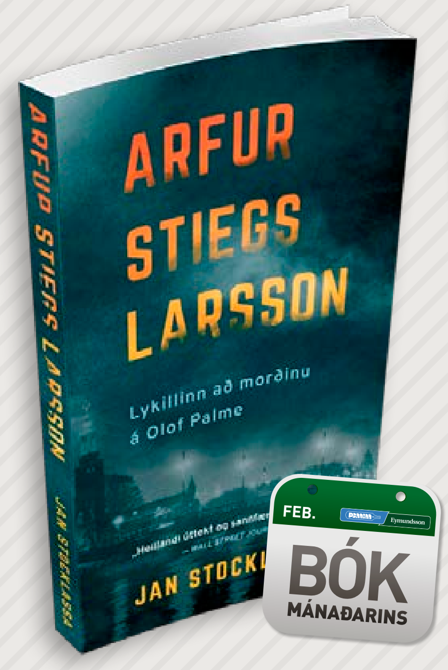
Uppskriftabók föður míns
Verð: 3.999.-



Stigið á strik
Verð: 3.999.-



Þögla barnið
Verð: 3.799.-



Arfur Stiegs Larsson
TILBOÐSVERÐ: 3.599.-
Verð: 3.999.-

Brennuvargar
Verð: 3.999.-

Valdimarsdagur
Verð: 3.799.-

Ég mun sakna þín á morgun
Verð: 3.999.-

Langelstur að eilífu
TILBOÐSVERÐ: 3.299.-
Verð áður: 3.999.-

Selta
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 6.999.-

Stjörnur og stórveldi
TILBOÐSVERÐ: 5.199.-
Verð áður: 7.999.-

Café
AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJUM

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Álfabakka 16, Mjódd

Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

Penninn Eymundsson
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 12. febrúar eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Tónleikar og veglegir styrkir til listamanna

Hallveig Rúnarsdóttir, Gissur Páll Gissurarson og Helga Bryndís Magnúsdóttir koma fram á tónleikum. Álfheiður Erla Guðmundsdóttir og Rannveig Marta Sarc eru einnig meðal flytjenda og fá afhenta styrki.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Hallveig Rúnarsdóttir sópran, Gissur Páll Gissurarson tenór og Helga Bryndís Magnúsdóttir píanóleikari koma fram á tónleikum í Salnum, á morgun, sunnudaginn 2. febrúar, klukkan 16.00. Tónleikarnir eru á vegum Rótarýhreyfingarinnar á Íslandi og þar koma einnig fram styrkþegar Tónlistarsjóðs Rótarý 2020: Álfheiður Erla Guðmundsdóttir sópran og Rannveig Marta Sarc fiðluleikari. Kynnir er Magnús Lyngdal Magnússon.

Ótrúleg ferilskrá

Stefán Baldursson er framkvæmdastjóri tónleikanna. „Tónleikar Rótarýhreyfingarinnar á Íslandi voru fyrst haldnir 1998 og hafa verið haldnir á hverju ári síðan. Í ár syngja tveir af okkar glæsilegustu klassísku söngvurum, Hallveig og Gissur Páll, og efnisskráin er fjölbreytt,“ segir Stefán. „Þarna verða síðan afhentir styrkir til ungra tónlistarnemenda sem eru í mastersnámi. Þessir styrkir eru með hæstu og veglegustu styrkjum til ungra listamanna hér á landi. Fyrstur til að fá þennan styrk árið 2005 var Víkingur Heiðar Ólafsson. Í ár hljóta tveir listakonur styrkinn, 800.000 hvor. Ferilskrá þeirra er ótrúleg þótt þær séu enn þá í háskólanámi.

Álfheiður Erla Guðmundsdóttir er að læra klassískan söng í Hanns Eisler háskólanum í Berlín. Hún hefur starfað með heimsfrægum hljómsveitarstjórum og sungið í fjölmörgum óperuhúsum í Þýskalandi, hefur tekið þátt í keppnum og unnið til verðlauna. Rannveig er fiðluleikari og í meistaranámi í Juilliard í New York. Hún hefur hlotið fjölda viðurkenninga og verðlauna. Þær eru á hraðri siglingu sem miklir listamenn og koma báðar fram á tónleikunum.“

Stefán er framkvæmdastjóri tónleikanna í Salnum og Hallveig og Gissur Páll munu þar syngja óperulög og léttari tónlist. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ungu fólki gefið vængi

Hallveig segir um tónleikana: „Stefán hafði samband við mig og bað mig að taka þátt og ég tók óskaplega vel í það enda vil ég gera allt fyrir Stefán. Gissur Páll bættist síðan við og við vorum beðin um að búa til blandað prógramm. Í fyrri hlutanum verður óperugala og í þeim seinni léttari lög. Helga Bryndís, píanóleikarinn okkar, er algjör snillingur og þetta á eftir að verða mjög skemmtilegt.“

> ÞÆR ERU Á HRAÐRI SIGLINGU SEM MIKLIR LISTAMENN OG KOMA BÁÐAR FRAM Á TÓNLEIKUNUM.

Svo skemmtilega vill til að Álfheiður Erla er fyrrverandi nemandi Hallveigar. „Hún lærði hjá mér í nokkur ár og svo hjá Diddú í lok námsins. Hún er algjör stjarna, búin að syngja tvö hlutverk í Stadtsóperunni í Berlín, sem er ótrúlegt þegar í hlut á söngvari sem er enn í námi. Renée Fleming valdi hana til að koma fram á meistaranámskeiði sem hún hélt í Carnegie Hall. Ég er óskaplega montin af Álfheiði,“ segir Hallveig.

„Tónleikarnir verða frábærir því þarna er verið að veita viðurkenningar og það gefur ungu fólki vængi,“ segir Gissur Páll. „Svo komum við Hallveig, gömul í hettunni, og syngjum, og ungu listakonurnar koma fram. Þetta verður yndisleg stund.“

Hún elskar mig ef ég léttist

TÓNLIST

Myrkir músíkdagar

★★★☆☆

Caput-hópurinn flutti verk eftir K.óla, Veronique Vöku og Gavin Bryars

Breiðholtskirkja
Miðvikudaginn 29. janúar

Einleikari: Una Sveinbjarnardóttir
Einsöngvari: Rúni Brattaberg

Margir hlauparar þjást af kvíða og oft er því haldið fram að góður sprettur geti læknað alls konar andleg mein. Veðrið getur þó verið leiðinlegt, en þá er bara að fara á næstu líkamsræktarstöð og á hlaupabretti, og málið er leyst. Hlaupabretti er hversdagslegur hlutur, og því er erfitt að skilja ógnina sem það skapaði á tónleikum Caput-hópsins á Myrkum músíkdögum á miðvikudagskvöldið. Tónleikarnir fóru fram í Breiðholtskirkju, og hlaupabrettið var þar sem hljómsveitarstjórinn er venjulega, en umhverfis voru fjórir strengjaleikarar og tveir tréblásarar. Á brettinu var maður (Stefán Ingvar Vigfússon), en við hliðina á honum var kona (Brynhildur Karlsdóttir) sem gegndi hlutverki tímavarðar.

Þyngdartap eða dauði

Þungt fótatakið og vélrænn rytminn var óhugnanlegur. Í takt við hlaupið, sem var mishratt, léku hljóðfæraleikararnir ísmeygilega undirleikshljóma, og þeir juku á stemninguna. Hlauparinn hrópaði af og til ýmis slagorð. Hann virtist aðallega vera að hvetja sig áfram. Inni á milli bar á vonleysi: „Elskar hún mig ef ég missi þrjú kíló… þrjú og hálft kíló… eða jafnvel tíu kíló?“

Verkið, sem hét Hlaupari ársins, var eftir unga konu sem kallar sig K.óla, en hennar rétta nafn er Katrín Helga Ólafsdóttir. Við fyrstu sýn var gjörningurinn bara einhver brandari, en hann var meira en það. Innra samræmi lá til grundvallar; miskunnarlaus takturinn og sálarangist hlauparans, ásamt merkingarþrungnum undirleiknum sköpuðu áhrifaríkar, áleitnar andstæður. Stígandin var mögnuð, verkið var hæfilega langt og í réttum hlutföllum.

Una Sveinbjarnardóttir spilaði af vandvirkni. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ekki sérlega áhugaverð

Því miður lá leiðin niður á við eftir það. Veronique Vaka átti næstu tónsmíðina á efnisskránni, fiðlukonsertinn Sceadu. Í tónleikaskránni mátti lesa að tónlistin væri afrakstur rannsóknarvinnu sem miðast við að túlka landslag með nótnaskrift. Músíkin sjálf var þó lítt grípandi. Una Sveinbjarnardóttir lék á einleiksfiðluna og Guðni Franzson stjórnaði; vissulega stóðu þau sig bæði ágætlega. Una spilaði af gríðarlegri vandvirkni en allt kom fyrir ekki, tónlistin náði aldrei að hefja sig til flugs. Jú, þarna voru athyglisverð blæbrigði og hljómasamsetningar, en þær virtust hafa takmarkaðan tilgang. Verkið var í heild þreytandi áheyrnar og afar langdregið.

Reykur án elds

Úr Egils sögu eftir Gavin Bryars olli líka vonbrigðum. Eins og nafnið gefur í skyn er textinn kveðskapur Egils Skallagrímssonar, og færeyski bassasöngvarinn Rúni Brattaberg söng einsöng með ríkulegum tilþrifum. Það dugði samt ekki til. Tónmálið missti marks, það var íburðarmikið en undarlega rislítið, belgingslegt á yfirborðinu en fátæklegt hið innra; reykur án elds. Skipti þá engu að raddbeiting söngvarans var ákaflega fagmannleg, leikur hljómsveitarinnar góður og söngur Kórs Breiðholtskirkju vandaður. Útkoman var samt leiðinleg.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Verkin á tónleikunum voru afar misjöfn, en flutningurinn var prýðilegur.

Tryggðu þér sæti á vef SA: www.sa.is

SAF · Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi · SFF Samtök fjármálafyrirtækja · SI · SAMORKA · SVÞ Samtök verslunar og þjónustu · SA

Ingvar fær fjórðu verðlaun sín

Ingvar E. Sigurðsson vann til verðlauna fyrir leik sinn í kvikmyndinni Hvítur, hvítur dagur á kvikmyndahátíðinni Premiers plans d'Angers sem fór fram í Angers í Frakklandi.

Ingvar hefur nú unnið til fernra verðlauna fyrir frammistöðu sína í myndinni síðan hún var heimsfrumsýnd á Critics' Week hluta hinnar virtu kvikmyndahátíðar í Cannes, þar sem Ingvar vann til Rising Star verðlaunanna. Þá hlaut Ingvar einnig verðlaun á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Transilvaníu í Rúmeníu og á kvikmyndahátíðinni Festival du Nouveau Cinema í Montréal, Kanada. Að auki var Ingvar tilnefndur til Evrópsku kvikmyndaverðlaunanna árið 2019. – kb

Ingvar í hópi verðlaunahafa.

Íslenski dansflokkurinn frumsýnir í Noregi

Undanfarna tvo mánuði hefur Íslenski dansflokkurinn starfað með norska dansflokknum Nagelhus Schia Productions í Ósló við sviðsetningu á DuEls eftir Ernu Ómarsdóttur og Damien Jalet. Duels verður frumsýnt í Vigeland-safninu í Ósló í kvöld, laugardagskvöld, og eru einungis áætlaðar átta sýningar á verkinu.

Dansarar Íslenska dansflokksins, þær Elín Signý W. Ragnarsdóttir, Halla Þórðardóttir og Þyri Huld Árnadóttir, taka þátt í verkinu, ásamt Ernu Ómarsdóttur listdansstjóra, en með þeim koma fram dansarar frá Nagelhus Schia Productions, en sá dansflokkur er nýstofnaður. Einnig koma fram átta lærlingar hjá Apprentice Mentor Program verkefni norska dansflokksins.

Erna Ómarsdóttir og Damien Jalet hafa starfað saman sem dansarar og danshöfundar frá árinu 2003, en á meðal fyrri verka þeirra má nefna Transaquania – Out of the Blue, Transaquania – Into Thin Air og Black Marrow. – kb

Dansarar Íslenska dansflokksins verða á sviðinu. MYND/ANTERO HEIN

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

1. FEBRÚAR 2019

Orðsins list

Hvað? Laugardagskaffi Heilaheilla
Hvenær? 11.00
Hvar? Sigtún 42
Ókeypis aðgangur og allir velkomnir.

Tónlist

Hvað? Unga fólkið rafmagnað
Hvenær? 12.00
Hvar? Salurinn, Kópavogi
Gagnvirkir raftónleikar, spennandi afrakstur samstarfs tónsmíðanema Tónvers Tónlistarskóla Kópavogs og tónsmíðadeildar Luleå Tekniska Universitet í Piteå, Svíþjóð. Aðgangur er ókeypis!

Hvað? Hádegistónleikar, orgelmatinée
Hvenær? 12.00-12.30
Hvar? Hallgrímskirkja
Björn Steinar Sólbergsson, organisti Hallgrímskirkju, leikur á Klais-orgelið verk eftir Dietrich Buxtehude og Felix Mendelssohn. Í upphafi tónleikanna verður stutt helgistund í umsjá sr. Irmu Sjafnar Óskarsdóttur. Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir.

Kór Langholtskirkju flytur fjögurra til ellefu radda verk undir stjórn Magnúsar Ragnarssonar.

Hvað? Myrkrabörn - tónlistarhátíð fyrir alla fjölskylduna
Hvenær? 14.00-17.00
Hvar? Kaldalón, Hörpu
Á dagskrá eru meðal annars tónleikar fluttir á dótapíanó, kórverk eftir Hildi Guðnadóttur og barnaópera. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Á norrænum slóðum
Hvenær? 16.00
Hvar? Salurinn Kópavogi
Fluttar verða klassískar tónlistarperlur frá Norðurlöndum, m.a. Holberg-svítan eftir Grieg, af nemendum Tónlistarskóla Kópavogs og Conservatorio di Santa Cecilia í Róm. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Náttsöngvar eftir Rakhmanínov
Hvenær? 16.00
Hvar? Langholtskirkja
Kór Langholtskirkju flytur undir stjórn Magnúsar Ragnarssonar. Náttsöngvarnir teljast eitt glæsilegasta tónverk rússnesku rétttrúnaðarkirkjunnar. Það er samið fyrir fjögurra til ellefu radda kór, án undirleiks og skiptist í fimmtán kafla.

Hvað? Hlökk & vinir á Myrkum
Hvenær? 19.00-20.30
Hvar? Iðnó
Hlökk mun frumflytja tónleikainnsetningu þar sem frumraun hennar í plötuútgáfu verður flutt í heild sinni. Meðlimir Hlakkar spinna kringum tónlistina á diskinum ásamt því að fara með ljóð og texta.

Hvað? Kammersveit Reykjavíkur
Hvenær? 21.30
Hvar? Harpa
Á lokatónleikum Myrkra músíkdaga frumflytur Kammersveit Reykjavíkur þrjú ný íslensk verk eftir þau Hauk Tómasson, Kolbein Bjarnason og Unu Sveinbjarnardóttur. Að auki flytur sveitin tvö erlend verk sem ekki hafa heyrst áður á Íslandi. Einleikarar í verki Hauks eru Dúó Harpverk. Einsöngvari í verki Kolbeins er Hildigunnur Einarsdóttir mezzósópran.

Myndlist

Hvað? Opnar vinnustofur og sýning
Hvenær? 13.00-17.00
Hvar? Lyngási 7-9, Garðabæ
Málverk, keramik, textíll og ljósmyndir.

Hvað? Lífríki Íslands
Hvenær? 13.00
Hvar? Náttúrufræðistofa Kópavogs
Ný grunnsýning um fjölbreytt búsvæði í íslenskri náttúru. Í framhaldi opnunar hefst fjölskyldustund.

Hvað? Yfirlýst tilvera
Hvenær? 14.00-16.00
Hvar? Gallerí Fold
Sýning opnuð á verkum eftir Soffíu Sæmundsdóttur.

Hvað? Tohoku – með augum japanskra ljósmyndara
Hvenær? 14.00
Hvar? Listasafn Árnesinga, Hveragerði
Á sýningunni má sjá verk eftir japanska ljósmyndara. Viðfangsefnið er lífið og menningin í Tohoku í fortíð, nútíð og jafnvel framtíð.

Hvað? Línur - Alþjóðleg samsýning
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Átta listamenn frá sex ólíkum löndum og fjórum heimsálfum sýna. Sýningarstjóri er Mireya Samper. Hluti verkanna er unninn sérstaklega inn í rýmið. Titillinn vísar til tenginga á milli landa, listforma, listamanna og samfélagsins. Listamannaspjall hefst kl. 16.

Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

2. FEBRÚAR 2019

Hvað? Tónleikar Rótarýhreyfingarinnar
Hvenær? 16.00
Hvar? Salurinn Kópavogi
Tónleikarnir eru öllum opnir.

Hvað? Söguhringur kvenna – Góðir grannar
Hvenær? 13.30-15.00
Hvar? Hist við Kópavogskirkju
Kvennaganga um Kópavog. Jo Van Schalkwyk kynnir hverfið sitt, menningu og staðhætti í Kópavogi frá sínu einstaka sjónarhorni.

HÖFÐI FASTEIGNASALA

Suðurlandsbraut 52
108 Reykjavík
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is

Rúnólfur Gunnlaugsson lögg. fast.
Ásmundur Skeggjason lögg. fast.
Brynjar Baldursson sölufulltrúi
Jóhann Friðgeir Valdimarsson lögg. fast.
Kristinn Tómasson lögg. fast.

Fyrir fólk á fasteignamarkaði

Bogatröð 1, Ásbrú Reykjanesbæ

- Til sölu eða leigu laust strax.
Vel staðsett 1501 fm fjölnota hús á þessum ört vaxandi stað. Stórar innkeyrslu hurðir og góð lofthæð. Húsið stendur á mjög stórri lóð. Góð aðkoma er að húsinu og hægt að keyra í gegn. Óskað er eftir tilboði.
Allar nánari upplýsingar veitir Ásmundur Skeggjason fasteignasali, as@hofdi.is, Gsm 895 3000.-

Naustabryggja 49 raðhús á sjávarlóð.

Opið hús á sunnudag á milli kl. 14:00 og 14:30
Fallegt 192 fm raðhús með innbyggðum bílskúr. Fjögur rúmgóð herbergi, 35 fm innbyggður bílskúr. Þrjú baðherbergi. Skipti eru möguleg á ódýrari eign. **Verð 84,9 milljónir.**
Ásmundur Skeggjason fasteignasali tekur vel á móti ykkur, S 895 3000.-

Reyrengi 29 einbýli

Opið hús á sunnudag á milli kl. 15:00 og 15:30
Gullfallegt og vel skipulagt 320 fm fjölskylduhús á frábærum stað. Stutt í alla þjónustu. Heitur pottur á stórri verönd, arinn, sex svefnherbergi, innbyggður bílskúr. Skiptu eru möguleg á ódýrari eign. Möguleiki er á auka íbúð. **Verð 114 milljónir.**
Ásmundur Skeggjason fasteignasali verður á staðnum með allar nánari upplýsingar S 895 3000.-

PIER
NÝ HAAG SENDING
HAAG skemill 29.900.- 23.920.- 81x61.5x43 cm. HAAG höfuðpúði 11.990.- 9.592.- HAAG tungusófi 199.900.- 159.920.- 325x143x210 cm
SÉR-TILBOÐ
Hliðarborð, ekta marmaraplata. Minna 19.990.- Stærra 24.990.-
20%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM
Velúr púðar 4.990 kr. 3.992.-
SÉR-TILBOÐ
Loftljós, járn og brass Ø80cm 34.990.- 3.992.-
Vegg kertastjaki 12.990.- 10.392.- H28cm.
Hringspegill með leðuról 10.990.- 8.792.- Ø54cm
Búdda styttur 2.990 - 5.990.-
Hortensía einn stilkur 1.990.- 1.592.-
Bast karfa minni 6.990.- 5.592.-
Bast karfa stærri 9.990.- 7.992.-
SÉR-TILBOÐ
Hliðarborð, ekta marmari 24.990.-
Blómapottar 3.990 - 12.990.-
Lukt minni 6.990.- 5.592.-
Lukt stærri 9.990.- 7.992.-
Baststóll 48.990.- 39.192.- H90xB76xD70 cm.
ÚTSALA ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR
GILDIR Í VERSLUNUM OG VEFVERSLUN WWW.PIER.IS
A WORLD OF INSPIRATION
PIER
KORPUTORG
VIRKIR DAGAR 11- 18:30
LAU OG SUN 12-18
S: 5227870
SELFOSS
VIRKIR DAGAR 11- 18:30
LAU 10-18 SUN 12-18
S: 5227890

Dagskráin á Hringbraut

Fasteignir og heimili á mánudögum kl 20:30

Þátturinn Fasteignir og heimili á Hringbraut alla mánudaga kl. 20.30. Fjölbreyttur þáttur um fasteignir, heimili, húsbúnað, matargerð, húsráð, lífstíl – allt sem við kemur heimilum og fasteignum og umhverfi þeirra. Sjöfn Þórðar fær til sín fagfólk og áhugaverða viðmælendur til að fræða áhorfendur um fjölbreytt viðfangsefni fasteigna og heimila.

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is

Fylgstu með!

DAGSKRÁ

Laugardagur

HRINGBRAUT

20.00 Heilsugæslan (e) Í þættinum fær Helga María til sín sérfræðinga í heilsumálum ásamt því að fá ráð um hreysti og heilsu frá þekktum einstaklingum.
20.30 Heyrnin (e) Heyrnin er tveggja þátta fræðslurröð um þau úrræði sem bjóðast fólki sem glímir við heyrnartap.
21.00 Kíkt í skúrinn (e) Frábær bílaþáttur fyrir bíladellufólkið: Kíkt í skúrinn með Jóa Bach.
21.30 Verðlaunahátíð FKA 2020 (e) Konur í íslensku atvinnulífi teknar tali á verðlaunaafhendingu FKA.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.19 Refurinn Pablo
07.24 Með afa í vasanum
07.36 Söguhúsið
07.43 Nellý og Nóra
07.50 Hrúturinn Hreinn
07.57 Bubbi byggir
08.08 Djúpið
08.29 Bangsímon og vinir
08.51 Millý spyr
08.58 Sammi brunavörður
09.09 Nýi skólinn keisarans
09.31 Hvolpasveitin
09.55 Dýradans
10.45 Gettu betur Tækniskólinn - Borgarholtsskóli
11.50 Vikan með Gísla Marteini
12.35 Fyrstu 100 árin eru verst
13.30 Menningin - samatekt
14.00 Saman að eilífu
14.30 Reykjavíkurleikarnir Hjólasprettur Bein útsending frá keppni í hjólaspretti á þrettándu Reykjavíkurleikunum.
15.00 Reykjavíkurleikarnir Ólympískar lyftingar Útsending frá keppni í ólympískum lyftingum.
16.00 Reykjavíkurleikarnir CrossFit Bein útsending frá keppni í CrossFit á þrettándu Reykjavíkurleikunum..
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Gullbrá og Björn
18.24 Gló magnaða
18.45 Landakort – Gæsir láta vita af sér með sms-skilaboðum Sjö íslenskar grágæsir munu láta vita reglulega af ferðum sínum þegar þær halda yfir hafið í haust. Með hjálp lítilla senditækja er mögulegt að fá mikilvægar upplýsingar um farleiðir þeirra.
18.53 Lottó
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 The Boxtrolls Kassatröllin
21.20 Bíóást. Groundhog Day – Dagur múrmeldýrsins
23.05 Everest Ævintýramynd í leikstjórn Baltasars Kormáks byggð á sannsögulegum atburðum.
01.00 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

06.30 Saudi International Útsending frá Saudi International.
09.30 Saudi International Bein útsending frá Saudi International.
14.00 PGA Tour Útsending frá Waste Management Phoenix Open.
18.00 PGA Tour Bein útsending frá Waste Management Phoenix Open.
23.00 Saudi International Útsending frá Saudi International.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 This Is Us
13.50 A.P. BIO
14.30 Liverpool - Southampton Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Futurama
17.55 Family Guy
18.20 Top Chef
19.05 Kokkaflakk
19.35 Ást
20.00 Forever My Girl
23.40 Robocop
01.35 Rocky Rocky Balboa er að reyna að skapa sér nafn sem boxari, en vinnur einnig sem handrukkari fyrir lúsarlaun. Þegar þungavigtarkappinn Apollo Creed heimsækir Fíladelfíu, þá vilja hans menn setja upp sýningarleik á milli Creed og einhvers boxara sem er að reyna að skapa sér nafn sem boxari, og kynna bardagann sem möguleika fyrir einhvern sem er algjörlega óþekktur, að verða þekktur á einni nóttu. Á pappírunum er Creed öruggur sigurvegari, en einhver gleymdi að segja Rocky það, sem sjálfur lítur á þetta sem sitt stóra tækifæri í lífinu.

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta – Flestir að austan.
08.00 Morgunfréttir
08.05 Styrjaldir - skemmtun og skelfin gFjörði og síðasti þáttur
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Íslenska mannflóran
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Er þetta dónalegt?
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Tónlist frá A til Ö
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar Lionel Hampton, Ellington, Mingus & Roach tríóið og Jason Rebello
20.45 Fólk og fræði – Líkamleg gagnrýnin hugsun
21.15 Bók vikunnar Vetrargulrætur
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.25 3 Generations
12.55 Maya The Bee Movie
14.25 Two Brother
16.10 3 Generations
17.45 Maya The Bee Movie
19.15 Two Brother
21.00 Power Rangers
23.00 Black Swan
00.45 The Beguiled
02.15 Power Rangers

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.25 Stóri og Litli
08.35 Blíða og Blær
09.00 Dagur Diðrik
09.25 Tappi mús
09.30 Skoppa og Skrítla
09.40 Heiða
10.05 Mæja býfluga
10.15 Mía og ég
10.40 Latibær
11.00 Zigby
11.10 Friends
11.35 Lína langsokkur
12.00 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 Tribe Next Door
14.40 Ísskápastríð
15.20 Hvar er best að búa?
16.00 Allir geta dansað
17.58 Sjáðu
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 The Best Exotic Marigold Hotel
23.50 Aquaman
02.10 Chappaquiddick
03.55 Flight of the Concords. Live in London

STÖÐ 3

14.05 Friends
15.45 Friends
16.55 Satt eða logið
17.35 The Great British Bake Off
18.35 Um land allt
19.10 Planet Child
20.00 Masterchef USA
20.45 Hálendisvaktin
21.15 Grand Designs Australia
22.10 Angie Tribeca
22.35 Succession
23.35 Krypton
00.20 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.00 Grindavík - Fjölnir
08.40 Stjarnan - Njarðvík
10.20 Dominos Körfuboltakvöld karla
12.00 Umræða um 18. umferð kvenna Dominos Körfuboltakvöld kvenna.
12.25 Hull City - Brentford Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
14.50 Real Madr. - Atletico Madrid
17.00 NFL. Road to the Super Bowl
17.50 KA - HK Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
19.45 FH - Haukar Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
21.45 KA/Þór - Afturelding Útsending frá leik í Olís deild kvenna.
23.15 Real Madr. - Atletico Madrid

STÖÐ 2 SPORT 2

14.20 La Liga Report
14.55 Leeds - Wigan
17.20 Real Mallorca - Real Valladolid Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
19.35 Sassuolo - Roma Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

STÖÐ 2 SPORT 3

13.50 Bologna - Brescia Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
19.50 Valencia - Celta Vigo Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.

STÖÐ 2 SPORT 4

15.50 KA/Þór - Afturelding Bein útsending frá leik í Olís deild kvenna.

ÚTVARP

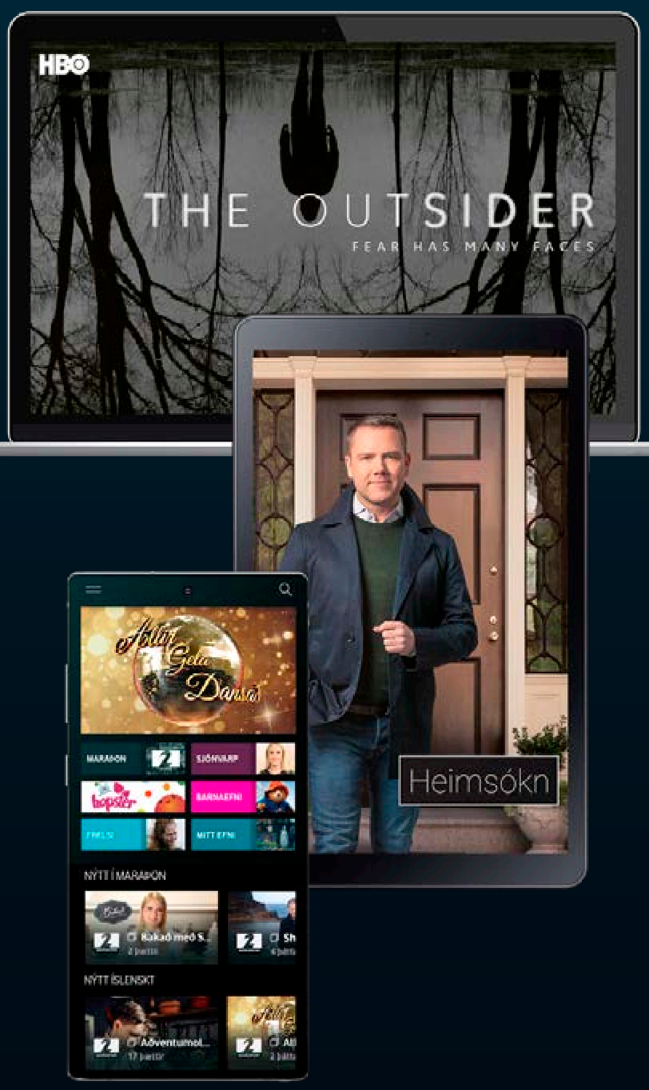
FM 88,5 XA-Radíó	**FM 90,9** Gullbylgjan	**FM 96,3** FM Suðurland	**FM 98,9** Bylgjan	**FM 102,9** Lindin
FM 89,5 Retro	**FM 93,5** Rás 1	**FM 96,7** Létt Bylgjan	**FM 99,4** Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	**FM 95,7** FM957	**FM 97,7** X-ið	**FM 100,5** K100	

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA
Litur: 5490 SERENE BLUE
Málning: LADY Pure Color
25%
afsláttur
af allri LADY málningu
2 fyrir 1
af öllum
litaprufu-
dósum
Græn
vara
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.
Málningar- og
parketdagar
Ótrúlegt úrval og frábært verð
Parket á mynd: Linen Eik 8 mm
Vnr. 147430
25%
afsláttur
af öllu parketi
Gefum ÍS
alla helgina
í Skútuvogi

Stærsta efnisveita með íslenskt sjónvarpsefni

Vandað íslenskt sjónvarpsefni, nýjustu erlendu þáttaraðirnar, barnaefni með íslensku tali og hátt í þúsund kvikmyndir.

Verð aðeins
3.990 kr./mán.



MARAÞON

Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

DAGSKRÁ

Sunnudagur

HRINGBRAUT

20.00 Mannamál (e) Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
20.30 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón. Páll Ketilsson. Framleiðandi. Víkurfréttir ehf.
21.00 Klíníkin (e) Í þáttunum fylgir Helga María Guðmundsdóttir konum í gegnum ferlið á fegrunaraðgerðum hjá Kára Knúts – atriði í þættinum geta valdið óhug viðkvæmra áhorfenda.
21.30 Stóru málin (e) Hress og skemmtilegur þjóðmálaþáttur þar sem stóru málin eru tekin fyrir.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Begga og Fress
07.29 Lalli
07.36 Tulipop
07.40 Molang
07.43 Klingjur
07.54 Minnsti maður í heimi
07.55 Hæ Sámur
08.02 Hrúturinn Hreinn
08.09 Bréfabær
08.20 Letibjörn og læmingjarnir
08.27 Stuðboltarnir
08.38 Konráð og Baldur
08.50 Disneystundin
08.51 Dóta læknir
09.14 Sígildar teiknimyndir
09.21 Músahús Mikka
09.45 Krakkafréttir vikunnar
10.00 Lestarklefinn
11.00 Silfrið
12.10 Reykjavíkurleikarnir – Kraftlyftingar
13.30 Reykjavíkurleikarnir – Listskautar
14.30 Reykjavíkurleikarnir – Keila Bein útsending frá keppni í keilu á þrettándu Reykjavíkurleikunum.
15.50 Reykjavíkurleikarnir – Frjálsíþróttir Bein útsending frá keppni í frjálsíþróttum á þrettándu Reykjavíkurleikunum.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.25 Innlit til arkitekta
19.00 Fréttir
19.30 Veður
19.40 Íþróttir á sunnudegi
20.05 Siglufjörður - saga bæjar
21.00 Brot
21.50 Smámyndasmiðurinn The Miniaturist Þáttaröð í þremur hlutum frá BBC byggð á samnefndri skáldsögu eftir Jessie Burton. Þættirnir gerast í Hollandi á 17. öld og segja frá hinni ungu Nellu sem er nýgift auðugum kaupmanni og flytur inn á heimili hans og systur hans í Amsterdam. Eiginmaðurinn gefur henni dularfullt dúkkuhús sem veitir henni innsýn inn í leyndardóma nýja heimilisins. Aðalhlutverk: Anya Taylor-Joy, Romola Garai, Hayley Squires og Alex Hassell. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
22.45 Mamma Ma ma
00.40 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

09.30 Saudi International Bein útsending frá Saudi International.
14.00 PGA Tour Útsending frá Farmers Insurance Open.
18.00 PGA Tour Bein útsending frá Waste Management Phoenix Open.
23.00 Saudi International Útsending frá Saudi International.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
14.15 Top Gear
15.15 Top Gear. Extra Gear
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 The Kids Are Alright
17.55 Solsidan
18.20 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.10 Lifum lengur
19.45 A.P. BIO
20.10 This Is Us
21.00 Law and Order. Special Victims Unit
21.50 Wisting
22.35 Love Island
23.20 Perpetual Grace LTD
00.20 The Handmaid's Tale
01.10 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.40 Queen of the South Dramatísk þáttaröð sem byggð er á metsölubók eftir Arturo Pérez-Reverte. Teresa Mendoza flýr frá Mexíkó til Bandaríkjanna eftir að kærasti hennar er myrtur.
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Tríó
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnar – Glæpur við fæðingu
11.00 Guðsþjónusta í Breiðholtskirkju
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Víðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Myrkir músíkdagar 2020
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflóran
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði – Fötlunarlist og uppistand
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

12.20 The Fits
13.35 Apple of My Eye
15.00 My Little Pony
16.40 The Fits
17.55 Apple of My Eye
19.20 My Little Pony
21.00 Life
22.45 London Road
00.15 Pasolini
01.40 Life Spennutryllir frá 2017. Sex manna áhöfn alþjóðlegrar geimstöðvar tekur á móti könnunarfari sem sent var til sýnatöku á Mars.

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.25 Blíða og Blær
08.45 Stóri og Litli
08.55 Skoppa og Skrítla
09.10 Dagur Diðrik
09.35 Dóra og vinir
10.00 Mæja býfluga
10.10 Latibær
10.35 Zigby
10.45 Ævintýri Tinna
11.10 Lukku-Láki
11.35 Lína Langsokkur
12.00 Nágrannar
13.20 Nágrannar
13.45 Doghouse
14.35 Alternative Endings. 6 New Ways to Die in America
15.45 Ultimate Veg Jamie
16.25 Heimsókn
16.55 60 Minutes
17.41 Víglínan
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.10 Hvar er best að búa?
19.45 Flirty Dancing
20.30 Silent Witness
21.25 Prodigal Son
22.10 Shameless
23.05 The Outsider
23.55 Silent Witness
00.50 Silent Witness
01.45 Springfloden
02.30 Springfloden
03.15 Springfloden

STÖÐ 3

15.10 Seinfeld
16.55 Seinfeld
17.20 Hið blómlega bú - hátíð í bæ
17.50 Slicon Valley
18.40 The Mindy Project
19.05 Dulda Ísland
20.00 Who Do You Think You Are?
21.00 You're the Worst
21.25 Keeping Faith
22.20 Boardwalk Empire
23.15 iZombie
00.00 All American
00.45 American Horror Story. 1984
01.30 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

08.05 Real Mallorca - Real Valladolid
09.45 Bologna - Brescia
11.25 Juventus - Fiorentina Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
13.50 AC Milan - Hellas Verona Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
16.00 NFL. Road to the Super Bowl
17.05 Valur - Afturelding Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
19.00 Tindastóll - KR Bein útsending frá leik í Dominos deild karla.
21.15 NFL Extra
22.00 Super Bowl LIV Bein útsending þar sem Kansas City Chiefs og San Francisco 49ers mætast.

STÖÐ 2 SPORT 2

10.50 Leganes - Real Sociedad Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
14.50 Athletic Club - Getafe Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
17.20 Sevilla - Deportivo Alaves Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
19.55 Barcelona - Levante Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.

STÖÐ 2 SPORT 3

19.40 Udinese - Inter Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	**FM 90,9** Gullbylgjan	**FM 96,3** FM Suðurland	**FM 98,9** Bylgjan	**FM 102,9** Lindin
FM 89,5 Retro	**FM 93,5** Rás 1	**FM 96,7** Létt Bylgjan	**FM 99,4** Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	**FM 95,7** FM957	**FM 97,7** X-ið	**FM 100,5** K100	

Stórsýningin Verk og vit 2020

Íslenskur byggingariðnaður, skipulagsmál og mannvirkjagerð

Laugardalshöll 12.–15. mars

Kynntu þér framsæknar nýjungar og þróun í byggingariðnaði

Stórsýningin Verk og vit verður haldin í fimmta sinn dagana 12.-15. mars 2020 í Íþrótta- og sýningarhöllinni í Laugardal. Sýningin hefur skipað sér sess sem vettvangur fyrir aðila í bygginga- og mannvirkjageiranum til að hittast og styrkja viðskiptasamböndin og afla nýrra, kynna vörur og þjónustu og eiga samtal um verkefnin sem framundan eru.

Allt það nýjasta í íslenskum byggingariðnaði, skipulagsmálum og mannvirkjagerð.

Skráning og nánari upplýsingar á:

verkogvit.is

Sýning • ráðstefna • viðburðir

SAMSTARFSAÐILAR

Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið

SI

BYKO

Alltaf sami kjafturinn á Kolbeini kafteini

Gömlu Tinnabækurnar eru heilög ritning í hugum margra en myglaðir marhnútar þurfa þó ekki að óttast nýjar þýðingar þar sem málfar persóna færist nær frumtexta Hergé þar sem Kolbeinn kafteinn er enn sami grófi strigakjafturinn og fyrr.

Tinni hélt upp á 90 ára afmæli sitt 2019 og í Bandaríkjunum fagnaði geimferðastofnunin NASA því að 50 ár voru liðin frá tunglllendingunni og mér fannst þess vegna tilvalið að byrja endurútgáfuna á Tinnabókunum á íslensku með tunglbókunum tveimur, Ferðinni til tunglsins og Í myrkum mánafjöllum, eins og þær heita nú,“ segir Jean Posocco hjá stærsta myndasöguforlagi landsins, Froski útgáfu.

„Þessu seinkaði að vísu öllu saman þannig að þessar tvær fyrstu Tinnabækur í nýjum íslenskum þýðingum eru að koma út núna á fyrstu dögum febrúarmánaðar 2020 og allt í lagi með það,“ segir Jean sem er staddur í Frakklandi að kynna íslenska myndasöguútgáfu Frosks á myndasögumessunni Angoulême sem er fjórða stærsta hátíð sinnar tegundar í heimi og sú næststærsta í Evrópu.

Gömlu klassíkerarnir vinsælastir

„Angoulême sýndi okkur mikinn sóma með því að bjóða Froski að kynna þar íslenskar myndasögur á þessum fjórum dögum í lok janúar þegar rúmlega 200.000 gestir koma að hitta höfunda, kaupa bækur, fá þær áritaðar og taka þátt í umræðum um myndasöguformið,“ segir Jean og sér í boðinu bæði hvatningu og viðurkenningu á því hugsjónastarfi sem myndasöguútgáfa hans á Íslandi er.

Froskur gefur út fjölda titla á ári, íslenskar og erlendar myndasögur, nýjar bækur og þó ekki síst gamlar en á undanförnum árum hefur Jean verið duglegur að dusta rykið af gömlum kunningjum á borð við Viggó viðutan, Sval og Val, Ástrík og Steinrík og kúrekann sem er skjótari en skugginn að skjóta, sjálfan Lukku-Láka.

„Sem betur fer er enn þá til fólk sem vill lesa nýjar myndasögur og vill líka sjá þessar klassísku aftur og áfram. Þannig að það er markaður fyrir þetta listform,“ segir Jean sem segja má að hafi byggt útgáfu sína á gömlum en traustum myndasögugrunni áttunda og níunda áratugarins.

„Spurningin er bara hversu langt maður kemst með þetta en hjá mér seljast Viggó, Svalur og Valur, Ástríkur og annað slíkt best. Þannig að það virðist vera erfitt að fá Íslendinga til að lesa eitthvað annað en þetta gamla klassíska dót,“ segir Jean sem hefur því eðlilega snúið sér að Tinna.

Stefnt á 100 ára afmælið

Jean ætlar sér tíu ár til þess að gefa allar Tinnabækurnar út á ný undir merkjum Frosks og því ekki eftir neinu að bíða þar sem Tinni verður 100 ára 2029. Strax á eftir tvíleiknum um tunglferðalag Tinna verður íslenska útgáfan samræmd útgáfu bókanna í Belgíu og Frakklandi þar sem sögurnar eru gefnar út í aldursröð.

Sú allra fyrsta og mjög svo eftirsótta, Tinni í Sovétríkjunum, bíður samt eitthvað aðeins enda, eins og Jean bendir á, um margt sérstök bók sem lýtur ekki sömu lögmálum og hinar. Þannig að næstar á dagskrá eru hin umdeilda Tinni í Kongó og Tinni í Ameríku.

Umdeilt barn síns tíma

„Ég hef bara gaman af því að taka áskorunum,“ segir Jean og hlær þegar hann er spurður hvort hann telji óhætt að gefa Tinna í Kongó út í því rasíska ljósi sem samtíminn hefur varpað á hana.

„Þetta er að vísu svolítið breytt umhverfi og einhvern veginn meiri hiti í fólki en fyrir tíu árum en viljinn stendur til þess að hafa þetta eins og það var. Kannski öskra einhverjir á mig og útgáfuna,“ segir Jean sem gerir ráð fyrir því að bókinni verði fylgt úr hlaði, þegar þar að kemur, með skýringum þar sem forsendur útgáfunnar verða útskýrðar.

„Af því að þetta var gefið út á þessum tíma og aðstæðurnar voru öðruvísi og tíðarandinn allt annar en í dag. Mér finnst að ég þurfi að fylgja því og er reyndar búinn að tala við rétthafana úti og þeir eru á þessari línu.“

Yfir Esjuna, til tunglsins … í fyrra voru 65 ár liðin frá því Tinni og Tobbi skelltu sér til tunglsins og því hefði verið tilvalið að gefa Mánabækurnar út þá en þær eru að lenda núna. Aðeins á eftir áætlun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

> SEM BETUR FER ER ENN ÞÁ TIL FÓLK SEM VILL LESA NÝJAR MYNDASÖGUR OG VILL LÍKA SJÁ ÞESSAR KLASSÍSKU AFTUR OG ÁFRAM.

Harður og mjúkur í réttu broti

Fyrir nokkrum árum var byrjað að gefa gömlu, íslensku Tinnabækurnar út í minna broti en undirtektir voru heldur dræmar og tilraunin fjaraði út. Jean vill þó alls ekki meina að þetta hafi verið misráðið og Tinni hafi í gegnum tíðina verið gefinn út í ýmsu broti og hann útilokar ekki að reyna minni útgáfuna aftur síðar þótt ljóst sé að Íslendingar vilji helst fá Tinna í sínu gamla góða A4.

„Núna verða bækurnar stækkaðar aftur í samræmi við það sem eldri lesendur þekkja og önnur breyting er að þær verða gefnar út í kiljum, sem verða seldar í verslunum, og svo í sérstakri harðspjaldaútgáfu sem verður aðeins seld beint til áskrifenda.“

Uppfærður munnsöfnuður

Síðast en ekki síst og kannski sú breyting sem flestir hafa skoðun á er að allir textar bókanna eru uppfærðir og endurþýddir. „Það var tekin ákvörðun um að þýða þetta aftur,“ segir Jean sem hafði samráð við rétthafann í Belgíu sem vissulega hefur sínar meiningar en er þó ekki jafn kröfuharður og ef til vill mætti ætla.

„Þeir skoða þetta aðeins en eru samt ekki með miklar kröfur um hvernig að þýðingunum er staðið en ég vil hafa þetta nær frumtextanum fremur en hitt,“ segir Jean sem er fullkomlega meðvitaður um að í hugum margra eldri aðdáenda eru íslenskar og oft frjálslegar þýðingar Lofts Guðmundssonar og Þorsteins Thorarensen nánast heilagur texti.

„Sumum finnst það alveg frábært á meðan öðrum finnst það alveg út í hött. Eins og gengur og gerist. Og ég veit að lesendur hérna eru kröfuharðir en þetta er í raun og veru ekki spurning um hver hefur rétt fyrir sér, heldur að hafa þetta almennilegt. Væntanlega verða einhverjir lesendur vonsviknir. Það er er alltaf svoleiðis,“ segir Jean og bætir við að eldri lesendur þurfi þó ekki að hafa neinar áhyggjur af því að þeim muni finnast Kolbeinn kafteinn blóta eitthvað öðruvísi eða minna. „Síður en svo.“

toti@frettabladid.is

> GRÁLOÐNA, GRÚTSKÍTUGA, GRINDHORAÐA, GRÁSLEPPA, VIÐBJÓÐSLEGI, VITLAUSI, VIÐURSTYGGÐAR VÖÐUSELUR.

Kolbeinn kafteinn, Kolafarmurinn 1975

Tinni er sjálfsagt lélegasti blaðamaður sögunnar miðað við fjölda birtra frétta enda liggja stöðugar vinsældir hans í öðru en afrekum í fréttamennsku.

VETRARMARKAÐUR
20-70%
AFSLÁTTUR
LOKA DAGAR OG ENN MEIRI AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM FATNAÐI, SKÓM OG BAKPOKUM
50% AFSLÁTTUR
ZIGZAG BELAMI PRO-LITE ÚLPA
VERÐ 4.498 KR.
VERÐ ÁÐUR 8.995 KR.
50% AFSLÁTTUR
COLUMBIA CRESTWOOD SKÓR
VERÐ 9.995 KR.
VERÐ ÁÐUR 19.995 KR.
50% AFSLÁTTUR
DEVOLD TINDEN SPACER PEYSA
VERÐ 14.998 KR.
VERÐ ÁÐUR 29.995 KR.
30% AFSLÁTTUR
DIDRIKSONS MALOU ÚLPA
VERÐ 24.497 KR.
VERÐ ÁÐUR 34.995 KR.
50% AFSLÁTTUR
COLUMBIA MARQUAM PEAK ÚLPA
VERÐ 29.997 KR.
VERÐ ÁÐUR 49.995 KR.
50% AFSLÁTTUR
MOUNTAIN HARDWEAR MONKEY MAN PEYSA
VERÐ 14.998 KR.
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.
40% AFSLÁTTUR
COLUMBIA BOUNDARY BAY ÚLPA
VERÐ 14.997 KR.
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.
50% AFSLÁTTUR
ZAMBERLAN VIOZ GTX GÖNGUSKÓR
VERÐ 24.497 KR.
VERÐ ÁÐUR 34.995 KR.
ELLINGSEN
FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

Lífið í vikunni 26.01.20-01.02.20

HEITAR TILFINNINGAR

Heimurinn er leiksvið Ahd Tamimi sem fæddist í Jerúsalem, ólst upp í Kópavogi, lærði í Glasgow, starfaði í London en veður nú djúpa tilfinningaskafla á Akureyri þangað sem eltingaleikur hans við listina leiddi hann. Hann leikur í Vorið vaknar, sem verður frumsýnt um helgina.

FATASKIPTIMARKAÐUR

Á miðvikudaginn fór fram skiptimarkaður á fötum og skóm á Loft Hosteli. Þar gafst öllum færi á að skipta út því sem ekki er lengur í notkun og koma heim með eitthvað sem fyrir þeim er alveg nýtt. Viðburðurinn er haldinn síðasta miðvikudag í hverjum mánuði.

ÍSLAND FÉKK HANN TIL AÐ TAKA SÉNSINN

Tónlistarmaðurinn Heiðrik gaf út nýtt lag í vikunni. Hann er frá Færeyjum en gekk í Listaháskóla Íslands. Hann segir það hafa verið erfitt að vera samkynhneigður í Færeyjum en tekur það út í tónlistinni.

BREXIT-VINAFUNDUR

Vígreifur hópur Íslendinga sem er í London til þess að fagna Brexit nýtur góðs af því að með í för er alþjóðastjórnmálafræðingurinn Jón Kristinn Snæhólm en tengingar hans við Íhaldsflokkinn opna íslenska klappliðinu leið inn í Westminster.

DORMA
Láttu drauminn rætast

Mögnuð tilboð í fjórum búðum
Smáratorgi | Holtagörðum | Akureyri | Ísafirði

Janúar útsala {ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR}

C&J SILVER stillanlegt rúm

ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR
af Rest Luxury dýnu og 15% af C&J Silver botni

Charlotte & Julien
Dream your world™

C&J Silver er með sterkum stálbotni og kraftmiklum en hljóðlátum mótor.

Rúminu fylgir þráðlaus fjarstýring með tvöföldu minni og ljósi. Margir nota annað minnið fyrir svefnstillingu. Seinna minnið er svo t.d. notað fyrir lestur eða sjónvarpsáhorf. Botn rúmsins dregst að vegg þannig að þú ert í eðlilegri fjarlægð frá náttborði og lampa.

Sérstakur takki kemur rúminu í upphaflega stöðu.

VERÐDÆMI: 2 x 90 x 200 cm stillanlegt C&J Silver rúm með Nature's Rest Luxury heilsudýnum: **Fullt verð: 337.800 kr.**

Aðeins 283.140 kr.

PURE COMFORT
teygjulak

ÚTSALA 60% AFSLÁTTUR

Mjúkt og gott teygjulak fyrir allar dýnustærðir. Langir bómullarþræðir tryggja góða endingu. 95% bómull, 5% lycra. Má þvo á 60°c og setja í þurrkara.

Stærð í cm	Fullt verð	Útsöluverð
90/100 x 200/220 x 35	3.490 kr.	1.396 kr.
120/140 x 200/220 x 35	3.990 kr	1.596 kr.
180 x 200/220 x 35	5.490 kr.	2.196 kr.

Afgreiðslutími Rvk
Mánudaga til föstudaga kl. 11-18.30
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)
www.dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA
Láttu drauminn rætast

Þórgnýr vakir yfir sýningunni á Núllinu Gallerii, en hún stendur yfir helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Við lifum að eilífu þar til annað kemur í ljós

Þórgnýr gaf út ljóðabókina Við lifum að eilífu þar til annað kemur í ljós í nóvember. Hann fylgir bókinni nú eftir með listasýningu. Hann segir allt sem skilningarvitin greini geta orðið að innblæstri.

Þórgnýr Inguson er 32 ára, fæddur í Reykjavík og uppalinn á Akureyri. Hann gaf út sína fyrstu ljóðabók í nóvember síðastliðnum, en hún heitir Við lifum að eilífu þar til annað kemur í ljós. Nú stendur yfir sýning á ljóðum Þórgnýs í Galleríi Núll við Bankastræti.

„Öll ljóðin fjalla um þessa mikilfenglegu tilfinningu sem titill bókarinnar stendur fyrir, þessa togstreitu á milli fortíðar, nútíðar og framtíðar sem við hötum og elskum. Í raun gætu öll ljóðin í bókinni, eins og ég sé þetta, borið titil bókarinnar,“ segir Þórgnýr.

Bókin var lengi í bígerð, eða allt frá því að Þórgnýr var unglingur og áhuginn á ljóðagerð kviknaði.

„Þá sat maður á listamannakaffihúsinu sáluga, Kaffi Karólínu, og ritaði í skissubækur um eitthvað sem maður hélt að yrði gefið út um leið, á milli þess sem maður snikti sígarettur og skrifaði á sig kaffibolla. Eins og gefur að skilja er ekki eitt ljóð, sem ég skrifaði þá í þessar skissubækur, líkt því sem ég skrifaði þá. Bækurnar eru margar og ég hef ekki hugmynd um hvar þær allar eru,“ segir Þórgnýr léttur í bragði.

> ÖLL LJÓÐIN FJALLA UM ÞESSA MIKILFENGLEGU TILFINNINGU SEM TITILL BÓKARINNAR STENDUR FYRIR, ÞESSA TOGSTREITU Á MILLI FORTÍÐAR, NÚTÍÐAR OG FRAMTÍÐAR SEM VIÐ HÖTUM OG ELSKUM.

> ALLT HEFUR ÁHRIF Á ÞIG SEM SKILNINGARVIT ÞÍN NÁ AÐ GREINA, ÞAÐ VERÐUR SVO MÖGULEGA AÐ INNBLÆSTRI.

Hann segir það hugarfar hafa hjálpað að reyna að skrifa daglega, þótt efnið væri ekki endilega ætlað til útgáfu. Hann segist frá innblástur hvaðanæva.

„Allt hefur áhrif á þig sem skilningarvit þín ná að greina, það verður svo mögulega að innblæstri. Ég held að það sé ekki hollt að ákveða eitthvað fyrirfram eða fara eftir formúlu einhvers annars. Auðvitað hafa bækur, tónlist, kvikmyndir og fleira áhrif á einstaklinga sem eru í leit að nýrri upplifun. Maður má samt aldrei fara að bera saman við og líkja eftir. Hvað mig varðar veit ég oft ekkert hvað ég er að skrifa um í upphafi. Ég er kannski með einhvern útgangspunkt og svo byrjar maður. Svo les maður yfir rununa og þá kemur skilningurinn í stórum dráttum og maður sér hver stefnan er.“

Hann segir mikið frelsi fólgið í því að leyfa huganum að fara á flug og pæla ekki of mikið í útkomunni.

„Ég er að vinna í öðru handriti sem mun vonandi líta dagsins ljós fljótlega. Svo er ég með myndlistarverk sem tengjast ljóðum bókarinnar til sýnis núna í Galleríi Núll. Sú sýning stendur yfir til mánudags.“

Núllið Gallerí er við Bankastræti 0. Sýningin er opin yfir helgina.

steingerdur@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

BOSS
HUGO BOSS

SAND
COPENHAGEN

POLO
RALPH LAUREN

Stenströms

EMPORIO
ARMANI

eterna

gardeur

HUGO
HUGO BOSS

CORNELIANI

FINUCCI

bugatti

TINO COSMA

BELLINI
collezione

MANZ
GERMANY QUALITY SHOES SINCE 1898

BARKER
ENGLISH SHOEMAKERS SINCE 1880

LLOYD

Opið virka daga frá kl. 11 til 18
laugardaga frá kl. 11 til 17
sunnudaga frá 13 til 17
Sími 568 9512
Suðurlandsbraut 54
bláu húsin (við faxafen)

BYKO

Nýtt blað

á byko.is

Frábær tilboð

Ljós | Málning | Verkfæri | JKE innréttingar
Parket & flísar | Eldhús & bað

Messina

8 arma loftljós, svart og messing. 8xE27. Perur fylgja ekki með.

16.995

52238896

44%

Tilboðsverð

Allora

AEG kastari LED, 3x5W perur. Krómaður.

4.995

52261883

Almennt verð: 8.995

Tilboðsverð

Skrautpera

LED, 4W, 120 mm, reyklituð. Dimmanleg. E27.

1.495

52238857

Almennt verð: 1.995

25%

Öll innimálning 20% afsláttur

vegg- og loftamálning

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

9L.

Frábært verð! Gerðu verðsamanburð! Verð á lítra 1.048

Tilboðsverð

Interiør 10

Lyktarlítil vatnsþynnanleg akrýl innimálning. Þekur vel og gefur slitsterkt yfirborð sem auðvelt er að þrífa. Notast á flest alla fleti innandyra t.d. spónaplötur, gips, múr og steinsteypu.

9.436

80602709

Almennt verð: 11.795

9L.

Frábært verð! Gerðu verðsamanburð! Verð á lítra 1.155

Tilboðsverð

Bliss 10

Heilsuvæn, silkimött innimálning fyrir veggi í þurrými. Án leysiefna og engin skaðleg uppgufun. Lyktarlítil. Mælt með af astma- og ofnæmissamtökum Noregs, NAAF.

10.396

80603009

Almennt verð: 12.995

Frábært verð! Gerðu verðsamanburð! Verð á lítra 1.539

Tilboðsverð

Innimálning

Kópal 4l. hvítt
Gljástig 4

6.156

86631840

Almennt verð: 7.695

4L.

Málningarfata

12l.

695

58761012

Tilboðsverð

FIA rúlla

með landi, 10cm.

2.156

84103111

Almennt verð: 2.695

Nýtt í BYKO

20%

Matt eða glansandi?

Dæmi um mismunandi gljástig

5% - Matt: Hentar vel á loft og á fleti sem ekkert álag er á. Nánast öll útimálning hefur u.þ.b. 5% gljástig en einnig er hægt að nota hana innandyra.

10% - Silkimatt: Algengasta gljástigið innandyra, notað á svefnherbergi, stofur, hol og á fleti sem ekki mikið álag er á.

20% - Silkimatt: Þar sem meira álag er á veggjum, td. í eldhúsum, geymslum, bílskúrum og göngum.

40% - Hálfglansandi: Þar sem mikið álag er á veggjum og raki mikill, t.d. í baðherbergjum, þvottahúsum, hurðum, listum, gluggum o.þ.h.

90% - Glansandi: Er í raun lakk og er þá yfirborðið orðið mjög sterkt, hefur háglans. Það hentar á alla fleti þar sem krafist er mikils slitþols og ef fólk vill hafa mikinn gljáa.

Umhverfisvottuð málning

Svanurinn er opinbert umhverfismerki Norðurlandanna og var stofnað af norræna ráðherranefndinni árið 1989. Svanurinn er þekktasta umhverfismerki Norðurlandanna og með skrifstofu í hverju landi fyrir sig sem sér um vottanir í sínu landi. Á Íslandi er skrifstofa Svansins hýst hjá Umhverfisstofnun.

Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land

JKE
NORDIC KITCHEN DESIGN

Innréttingar
25%
afsláttur

Tilboðsverð

Minta

Eldhústæki með hárri sveiflu og útdraganlegum barka, krómað.

31.996

15332321

Almennt verð: 39.995

20%

GROHE

Tilboðsverð

Vaskur

Composite vaskur í borð 56x51cm svartur eða grár.

49.995

15331651AT/AP

Almennt verð: 62.995

21%

20%

Tilboðsverð

Kuldagalli

OS Iceland, stærðir S-4XL.

11.996

93458380-6

Almennt verð: 14.995

Mannbroddar.

Stable-grip.

3.245

84578456-9

Einhell

Tilboðsverð

20%

Rafhlöðuborvél

TC-CD 18/35 með 1,5Ah rafhlöðu.

15.196

74804130

Almennt verð: 18.995

RYOBI

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

18V kolalaus með 2x2,5Ah rafhlöðum.

47.996

7133003613

Almennt verð: 59.995

20%

BOSCH

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

Bosch Advance Impact 18V 1x2,5 Ah rafhlaða. Skrúfvél með höggi, 2 gírar. hersla hámark 36 Nm. Kolalaus mótor, hleðslutæki og taska fylgir með.

30.396

74864138

Almennt verð: 37.995

20%

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

Ánægðustu viðskiptavinirnir þriðja árið í röð!*

Takk aftur!

*Skv. könnun Íslensku ánægjuvogarinnar 2017, 2018 og 2019 á ánægju viðskiptavina á byggingavörumarkaði.

BYKO

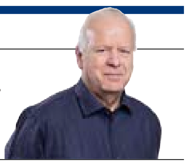
GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

550 5000 **RITSTJÓRN** ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Torg. ehf **DREIFING** Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is

BAKÞANKAR

Óttars Guðmundssonar



Gátur guðanna

Í grísku goðafræðinni leggja guðirnir óleysanlegar þrautir fyrir mennina. Má þar nefna viðskipti Ödipusar og Sfinxins og tólf verkefni Heraklesar. Í norrænu goðafræðinni eru svipuð leyndarmál. Hverju hvíslaði Óðinn í eyra Baldurs áður en hann var borinn á bálið? Guðirnir afhjúpa varnarleysi mannsins með dularfullum gátum sínum. Í íslensku nútímasamfélagi eru tvær óleysanlegar þrautir. Annars vegar er vandi sauðfjárbænda og hins vegar Landspítalans. Síðustu 80-90 árin hafa menn deilt sleitulaust um þetta tvennt.

Hvað á að gera við allt þetta sauðfé sem hleypur jarmandi um afréttinn? Skattgreiðendur borga bændum fyrir að framleiða kjöt sem þeir vilja ekki lengur borða. Niðurgreiddur útflutningur lambakjöts gengur ekki upp. Sauðfjárbændur eru síkvartandi og segjast vera verst setta stétt landsins þrátt fyrir stórkallalega ríkisstyrki. Ætti kannski að hætta þessu basli og flytja inn kjöt frá Nýja-Sjálandi?

Landspítalinn er stöðugt deiluefni. Menn gagnrýna staðsetninguna við Hringbraut, bráðamóttökuna í Fossvogi og matinn í mötuneytinu. Spítalinn lýsir yfir neyðarástandi hjá sjálfum sér. Starfsmenn lýsa ómanneskjulegu vinnuálagi. Örþreyttir læknar og hjúkrunarfræðingar vafra um spítalann eins og vansvefta sauðfjárbændur um sauðburðinn.

Ég var fastagestur á spítalanum í árslok 2019. Hef alltaf fengið afbragðs þjónustu þrátt fyrir mislangan biðtíma. Einhverju sinni lá ég á bráðamóttöku heilan dag og horfði á annríkið þokast áfram eins og röðin í gamla Glaumbæ gerði. Öllum var sinnt þrátt fyrir ríkjandi neyðarástand.

En þessar tvær þrautir verða aldrei leystar. Menn munu halda áfram að rífast um Landspítalann og framtíð sauðfjárræktar meðan land byggist. Þetta eru hinar óleysanlegu gátur guðanna í íslensku nútímasamfélagi.