



Giftu sig tvisvar

Eva María Þórhallsdóttir Lange og Birna Hrönn Björnsdóttir hafa skipulagt hátt í 600 brúðkaup og vissu því hvað þær vildu þegar kom að þeim að bindast hvor annarri: Lítið brúðkaup á Ítalíu og risa dragveislu á Íslandi. ➔ 26



Gestirnir vissu ekki hvað þeir væru að fara út í.

MYND/KRISTÍN MARÍA



Varð fyrir einelti í æsku

Elísabet Ormslev söngkona um líf sitt og Eurovision. ➔ 32



Gefst aldrei upp

Nærmynd af tónskáldinu Hildi Guðnadóttur. ➔ 30

Kveður Brussel

Skoski Evrópuþingmaðurinn Christian Allard. ➔ 12

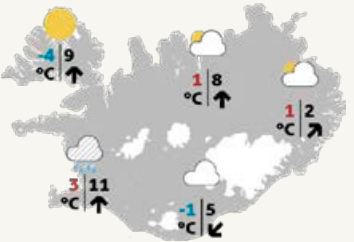


125

ÁRA AFMÆLI
ŠKODA

Sjá blaðsíðu 9.

Veður



Suðaustan 15-23 og rigning sunnan- og vestanlands. Suðaustan 8-15 norðanlands og þurrt að kalla. Hiti 5 til 10 stig. Lægir í nótt og kólnar. **SJÁ SÍÐU 40**



Einn drengjanna sem lenti í höfninni er nú á Barnaspítala Hringssins.

Annar kominn heim af spítala

HAFNARFJÖRÐUR Annar af tveimur drengjum sem fluttir voru á bráðamóttöku Landspítalans eftir að hafa fallið í Hafnarfjarðarhöfn þann 17. janúar síðastliðinn er kominn heim. Hinn hefur nú verið fluttur á Barnaspítala Hringssins.

Þetta staðfestir Rósa Kristjánsdóttir, djákni á Landspítalanum, í samtali við Fréttablaðið, en hún gerir það fyrir hönd fjölskyldna drengjanna.

» Fjölskyldur drengjanna vilja koma á framfæri þakklæti fyrir þann stuðning sem þau hafa fengið í samfélaginu.

Þrír drengir voru í bílnum sem féll ofan í höfnina. Einn á grunnskólaaldri og tveir á framhaldsskólaaldri. Fimm kafarar frá séraðgerðadeild Landhelgisgæslunnar voru kallaðir út.

Voru tveir drengjanna fluttir á gjörgæslu og sá þriðji á almenna deild. Þann 25. janúar var svo annar drengurinn fluttur af gjörgæslu og á almenna deild, og er sá kominn heim núna.

Rósa tekur fram að fjölskyldur drengjanna vilji koma á framfæri þakklæti. Þau hafi verið studd af samfélaginu og trúa því að það haldi áfram að hjálpa þeim. – oæg

Brennið þið vitar



Guli innsiglingarvitinn við Sæbraut í Reykjavík var vígður við hátíðlega athöfn í gærkvöld. Hann leysti af hólmi innsiglingarvitann sem var í turni Sjómannaskólans frá árinu 1945. Sá þjónaði hlutverki sínu þar til háhýsi nútímans við Borgartún og Hátún tóku að skyggja á geislana. Karlakórinn Fóstbræður og Karlakór Reykjavíkur komu saman og sungu meðal annar ljóðlínur skáldsins Brennið þið, vitar. FRÉTTABLAÐID/ SIGTRYGGUR ARI

Veðrið í janúar dró úr umferð

SAMGÖNGUMÁL Tæplega átta prósentu samdráttur varð í umferð á Hringveginum í nýliðnum janúarmánuði miðað við síðasta ár. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Vega-gerðinni.

Þar segir að þennan samdrátt megi líklega að stórum hluta rekja til veðurfars, sem var afar slæmt í mánuðinum.

Dróst umferð saman í öllum landshlutum en mest á Vesturlandi þar sem samdráttur var tæp 17 prósent. Á Norðurlandi dróst umferð saman um tæplega 16 prósent og um tæp 11 prósent á Suðurlandi.

Öllu minni samdráttur varð á Austurlandi, eða 3,5 prósent, og á höfuðborgarsvæðinu þar sem hann var tæp fjögur prósent.

Tölur Vegagerðarinnar byggja á talningu á sextán lykilstöðum á Hringveginum. Alls fóru tæplega 58 þúsund bílar um þessa staði á dag í janúar en á síðasta ári voru þeir tæplega 66 þúsund. – sar

Hildur segir hamingju felast í hafragrautnum

Hildur Guðnadóttir er tilnefnd til Óskarsverðlauna fyrir tónlist sína í kvikmyndinni Joker. Hún er nú stödd í Los Angeles með fjölskyldunni og nýtur þess að slaka á fyrir verðlaunahátíðina sem fram fer aðfaranótt mánudags.

SAMFÉLAG „Mér liður bara nokkuð vel. Sit hérna í sólinni að drekka kaffi og sonur minn er að busla í sundlauginni þannig að ég gæti eiginlega ekki haft það betra,“ segir Hildur Guðnadóttir tónskáld.

Hildur var stödd í Los Angeles þegar Fréttablaðið náði tali af henni, en þar fara Óskarsverðlaunin fram á morgun. Hildur er tilnefnd til verðlaunanna fyrir tónlist sína í kvikmyndinni Joker.

Hún hefur nú þegar hlotið fjölda verðlauna fyrir tónlist sína í bæði Joker og sjónvarpsþáttunum Chernobyl, meðal annars Golden Globe, Emmy, Grammy og BAFTA.

„Þetta er búið að vera ótrúlega skemmtilegt en líka mikil vinna,“ segir Hildur. „Óskarinn er óvenju snemma í ár svo þetta er svolítil kremja af því að ég er bæði í sjónvarps- og kvikmyndaflokknum, svo ég er eiginlega í tvöföldum skammti af verðlaunaafhendingum,“ segir hún.

„Það er dásamleg orka í fólki hérna og ég var í mat með þeim sem eru tilnefndir fyrir tónlist og leikurunum í gær og maður gerir sér í hugarlund að það sé svo mikil samkeppni á milli fólks en það er það alls ekki, fólk er svo áhugasamt og stuðningsríkt og talar fallega saman. Ég er bara búin að eiga yndislegan tíma með öllu þessu fólki,“ segir Hildur.

Hún segist spennt fyrir Óskarnum og að hún sé nú þegar búin að ákveða í hverju hún ætlar að vera. „En á ég nokkuð að segja þér það? Verður þetta ekki að koma á óvart?“ segir Hildur og hlær.

Aðspurð hvort hún sé stressuð yfir Óskarnum og stjórnufansinum sem honum fylgir, segir Hildur að



Hildur með Emmy-styttuna sem sonurinn missti. NORDICPHOTOS/GETTY

» Ég stunda mikið jóga og veit ekki hvar ég væri í þessu öllu ef ég hefði ekki þá hækju.

Hildur Guðnadóttir

svo sé ekki. „Ég er nú bara frekar róleg og ég held að ég sé ekki alveg búin að átta mig á þessu öllu saman. Þetta er búið að vera svo mikið og gerðist ótrúlega hratt,“ segir Hildur og bætir því við að hún hafi alla tíð unnið markvisst að því að vera með fæturna á jörðinni.

„Ég stunda mikið jóga og veit ekki hvar ég væri í þessu öllu ef ég hefði ekki þá hækju,“ segir hún.

Eftir Óskarsverðlaunin ætlar

Hildur heim til Berlínar og slaka á með fjölskyldunni. Ég hlakka til að komast aftur í hversdagslíf og hafragraut. Hamingjan felst nefnilega í hafragrautnum,“ segir hún.

Hildur segist þó ekki þurfa að hafa áhyggjur af því að þússa arinhilluna til að raða þar verðlaununum því að öll séu þau geymd inni í herbergi Kára, sonar hennar.

„Þau eru öll bara við hliðina á teiknimyndasögnum hans, þar var lego en það er ekki pláss fyrir það lengur,“ segir hún hlējandi.

„Hann missti Emmy-inn í gólfíð um daginn en það skiptir engu máli. Þetta er svona kona sem er að teygja sig upp í loft en okkar Emmy teygir sig aðeins til hliðar, tekur svona hliðarteygju, þetta er bara enn skemmtilegra og gerir hana persónulega,“ segir Hildur að lokum og skilar kærri kveðju heim til Íslands. **birnadrofn@frettabladid.is**

Betri heilsa



Ný og kraftmikil blanda fyrir þá sem þjást af lið-verkjum og brjóskeyðingu.





HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

LADY málning
25%
afsláttur



Hillurekkar
20%
afsláttur



GROHE

Blöndunartæki
25%
afsláttur

Flísar
25%
afsláttur



Ryksuger
20%
afsláttur



RAUÐIR DAGAR

Í HÚSASMIÐJUNNI

Vinyl parket
30%
afsláttur



Nýtt Húsasmiðjublað

er komið út stútfullt af frábærum
tilboðum. Skoðaðu blaðið á husa.is



25%
afsláttur



Túlípanar
10 stk.

1.490 kr
~~1.990~~ kr

30%
afsláttur



Monstera
Verð frá:

1.990 kr
~~2.690~~ kr

35%
afsláttur



Fríðarlilja
10,5 cm pottur

1.490 kr
~~2.290~~ kr

30%
afsláttur



Orkidea,
12 cm pottur

1.880 kr
~~2.690~~ kr

Sjáðu
verðið

Electrolux

58.490 kr
~~64.990~~ kr

Uppþvottavél

Orkunýting A++, 30 mínútna hraðkerfi, 6 þvottakerfi.
1805695

20%
afsláttur

Electrolux

41.590 kr
~~51.990~~ kr

Veggofn

57 lítra ofnrými. 8 kerfi.
1860079

Svartur ofn úr svörtu
línunni frá Electrolux

36%
afsláttur



15.995 kr
~~24.995~~ kr

Borvél 18V + 80 fylgihlutir
Rafhlöður 2 stk.
5245561

Sjáðu
verðið

POWERPLUS

6.995 kr

Borvél 20V

Power Plus, rafhlaða 1.3Ah,
Li-Ion, hersla 35Nm.
5245224

9 ltr.
25%
afsláttur



7.796 kr
~~10.395~~ kr

Jotun vegg- og loftamálning
Auðveld í notkun, þekur vel.
7119781, 7119784

Verð á lítra
866 kr

30%
afsláttur



LAUFEN +

39.890 kr
~~56.995~~ kr

Vegghengt salerni
Með setu.
7920021

58%
afsláttur

Sjáðu
verðið

590 kr
~~790~~ kr

Maxi rúðuvökvi -18°, 4 lítrar
Hindrar ísmyndun í rúðusprautukerfum.
5023237



Gefum Ís
alla helgina
í Skútuvogi
kl. 12-15

TÖLUR VIKUNNAR 02.02.2020 TIL 08.02.2020



56

einstaklingar leituðu til transteymis Landspítalans árið 2019.



570

milljóna króna verðmiði hefur verið settur á Kirkjuhús við Laugaveg 31.



41

prósents fólksfjölgun varð á Íslandi á tímabilinu 1990–2019.



2.162

beiðnir bárust til skólaþjónustu Reykjavíkurborgar í fyrra vegna barna sem þarfnast sérfræðiráðgjafar.



18,2

milljarðar króna var hagnaður Landsbankans eftir skatta í fyrra borið saman við 19,3 milljóna króna hagnað árið áður.

Þrjú í fréttum Mannföll, fjöll og glerungsspjöll

Gunnar Snorri Gunnarsson

sendiherra Íslands í Kína

sendi allt kínverskt starfsfólk sendiráðsins í Peking heim vegna kórónaveirunnar en aðeins íslenskt starfsfólk var eftir við störf. Rúmlega eitt hundrað Íslendingar eru í Kína en enginn á einangraða svæðinu við Wuhan. Yfir sex hundruð manns hafa látist af völdum veirunnar.



John Snorri

fjallgöngumaður

hætti við leiðangur sinn upp fjallið K2 í Pakistan en um var að ræða tilraun að fyrstu för upp fjallið að vetrarlagi. Ástæðan var að sögn sú að nokkrir liðsmenn leiðangursins hafi ekki verið tilbúnir til að klífa fjallið.



Jóhanna Bryndís Bjarnadóttir

formaður Tannlæknafélags Íslands

sagði að mikla aukningu glerungseyðingar hjá unglingum og ungu fólki mætti rekja til neyslu súrra orkudrykkja. Tannverndarvika Tannlæknafélags Íslands og Landlæknis hófst á mánudaginn þar sem sérstök áhersla var lögð á orkudrykki.



Íslandsbanki fari í söluférlu til þess að byggja upp innviðina

Samgönguráðherra er sammála forsætis- og fjármálaráðherra um að selja Íslandsbanka, að hluta hið minnsta, og á von á því að ferlið hefjist á kjörtímabilinu. Stjórnarandstöðuföringjar segja að til greina komi að selja en eru ekki allir sammála um að nú sé rétti tíminn.

STJÓRN MÁL Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnar- ráðherra, er sammála Katrínu Jakobsdóttur um að skynsamlegt sé að setja Íslandsbanka í söluférlu. Bæði vegna þarfar á innspýtingu og vöntunar á innviðauppbýggingu, sérstaklega í samgöngumálum. Fjórðungshlutar bankans hefur verið nefndur í þessu samhengi.

Sigurður hefur ekki áhyggjur af því að tímasetningin sé slæm. „Allt bendir til þess að verðmæti hefðbundinna banka muni ekki aukast á næstu árum, meðal annars vegna nýrrar fjártækni.“ Hann segir þó að sala banka sé ekki eina leiðin sem fær sé til að bæta innviði, lántaka komi til greina, góðar aðstæður séu til þess vegna stöðu ríkissjóðs.

Hvað mögulega kaupendur varðar segir Sigurður mikilvægast að jafnræði gildi í ferlinu og góð dreifing. „Við getum haft óskhyggju uppi um að hingað kæmi öflugur skandínávískur banki en við munum ekki ráða því.“ Á Sigurður fastlega von á því að ferlið hefjist á kjörtímabilinu.

Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir, formaður Viðreisnar, segist fagna hugmyndum um sölu Íslandsbanka



Sigurður Ingi telur að selja eigi Íslandsbanka. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

Því finnst mér dapurt að nú, þegar slaki er í hagkerfinu, að farið sé í stofuskápin og silfrið selt á tíma sem við fáum undirverð fyrir það.

Logi Már Einarsson, formaður Samfylkingarinnar



og sérstaklega stefnubreytingu Vinstri grænna hvað það varðar. „Við í Viðreisn höfum talað um að það þurfi að selja hluta af bönkunum, meðal annars Íslandsbanka, til að byggja upp innviði,“ segir

Þorgerður. „Við verðum samt að horfast í augu við að gjaldmiðillinn sjálfur og bankaskatturinn er ekki að hjálpa til við að laða kaupendur að. En það er nauðsynlegt að fara í innviðafjárfestingar núna á meðan samdráttur er.“

Þá veltir Þorgerður því einnig fyrir sér, ef lífeyrissjóðirnir kæmu að kaupum, hvort rétt sé að þeir eigi bæði stóran hluta af fyrirtækjum landsins og banka. „Við vonumst eftir því að kaupendahópurinn verði fjölbreyttari,“ segir hún.

Samkvæmt Smára McCarthy, formanni Pírata, hefur málið ekki verið rétt innan þingflokks en hans eigin afstaða er að það sé ekki kappmál að ríkið eigi banka. „Ég tel samt ekki sniðugt að selja í einhverju ódagoti. Það virðist tilhneiging hjá Sjálfstæðisflokknum að selja og selja og selja og helst á sem lægsta

verði og hæpnum forsendum,“ segir hann.

Telur hann betra að selja yfir heilan áratug eða meira, eins og fordæmi séu frá Norðurlöndunum. Bæði til að passa upp á að ekkert fari úrskeiðis og til að fá sem best verð, þegar séu Íslendingar brenndir af misheppnuðum einkavæðingum. Hann segir að í ljósi lágs skuldahlutfalls sé betra að fjármagna innviðauppbýggingu með lánum.

Áður en Íslandsbanki sé seldur segir Logi Már Einarsson, formaður Samfylkingarinnar, að Íslendingar verði að koma sér saman um hvernig bankaþjónusta eigi að vera í breiðri sátt. Samfylkingin hafi talað fyrir aðskilnaði viðskipta og fjárfestingabankastarfsemi. Þegar stefnan liggir fyrir sé hægt að ákveða hvort selja eigi, hvaða banka og hversu stóran hlut. „Búið er að vara við því í mörg ár að tekna hafi ekki verið aflað og tekjustofnar gefnir eftir. Því finnst mér dapurt að nú, þegar slaki er í hagkerfinu, að farið sé í stofuskápin og silfrið selt á tíma sem við fáum undirverð fyrir það,“ segir hann.

„Okkur list ekki illa á það, það er hins vegar hvort rétti tíminn sé núna. Persónulega myndi ég biða aðeins lengur,“ segir Inga Sæland, formaður Flokks fólksins, um sölu. Enn þá sé hagnaður af bönkunum sem skili sér í þjóðarþúið. „Miðað við þær álögur sem settar eru, itrek- að og endalaust, á landsmenn, ætti með réttri forgangsrdöun að vera hægt að fjárfesta í innviðum.“

Nefnir hún einnig að í stað þess að setja arð orkufyrirtækja í þjóðar- sjóð skuli hann nýttur í innviði. Einnig nefnir hún að bankaskattur og veiðigjöld hafi verið að lækka og þjóðarþúið verði af milljarðatugum vegna skattaundanskota.

kristinnhaukur@frettabladid.is

ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

AFMÆLISTILBOÐ

JEEP® GRAND CHEROKEE
FÁANLEGUR MEÐ 33" EÐA 35" BREYTINGU

- 3.0L V6 DÍSEL
- 250 HÖ / 570 NM TOG
- 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- LOFTPÚÐAFJÖÐRUN
- LÆSING Í AFTURDRIFI

AFMÆLISTILBOÐ VERÐ FRÁ: 10.390.000 KR.

LISTAVERÐ VERÐ FRÁ: 10.990.000 KR.





TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

PRIUS

NÚNA MEÐ DRIF Á ÖLLUM



Prius – verð frá: 5.090.000 kr.

Prius AWD – verð frá: 5.490.000 kr.

Prius Plug-in – verð frá: 5.160.000 kr.

Toyota Prius AWD gerir stormandi lukku með sítengdu drifi á öllum fjórum; stöðugri og öruggari við íslenskar aðstæður ofan á glæsileikann og gæðin sem allir þekkja.

Nýr Hybrid = 100% afsláttur af lántökugjöldum. Landsbankinn fellir niður lántökugjöld af nýjum Hybrid bílum frá Toyota á Íslandi – enda eru þeir kolefnisjafnaðir að fullu í samstarfi við Kolvið. Við fögnum þessu fagurgræna skrefi í átt að vistvænni bílakaupum. **Sjá nánar á toyota.is**



Toyota Kaupúni
Kaupúni 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 það verð og 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.



UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS





STÓR HUMAR

HUMARSÚPA

OPIÐ LAUGARDAG 10-15

Fiskikóngurinn

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1 • Sími 555 2800

Orlofsnefnd húsmæðra í Reykjavík

Fundur verður haldinn til að kynna ferðir ársins 2020 á Gullhömrum (í Grafaholti), við Vínlandsleið, Þjóðhildarstíg 2, 113 Reykjavík Miðvikudaginn 12. febr. 2020 kl. 19:30

Kaffiveitingar, verð kr. 3.200,-

Upplýsingar um ferðir ársins 2020 er hægt að finna á <http://orlofrvk.123.is>. Hægt er að nálgast upplýsingar og bækling á skrifstofunni að Hverfisgötu 69, á mánudögum, þriðjudögum og miðvikudögum, milli klukkan 16:00 til 17:30, í mars og apríl 2020 og í síma 551-2617/864-2617 á sama tíma.

„Sérhver kona, sem veitir eða hefur veitt heimili forstöðu án launagreiðslu fyrir það starf, á rétt á að sækja um orlof.“

Nefndin

11. febrúar - Fræðsluerindi Skyndilegur barnsmissir

Hefst kl. 20:00

Sveinbjörn Bjarnason flytur erindi um skyndilegan barnsmissi í Grafarvogskirkju.

Boðið verður upp á skráningu í stuðningshópa eftir fyrirlesturinn.

Allir velkomnir.

Stjórn Birtu landssamtaka
netfang: birtalandssamtok@gmail.com



Útgjöld Akureyrarbæjar vegna öldrunarheimila hafa numið um 1,5 milljörðum undanfarin fimm ár.

Rekstur fyrir ríkið að sliga Akureyrarbæ

Undanfarin fimm ár hefur Akureyrarbær þurft að greiða um 1,5 milljarða króna með rekstri öldrunarheimila bæjarins umfram framlög ríkisins. Bæjarstjórinn vill aukin ríkisframlög ella verði bærinn að segja sig frá verkefnum.

AKUREYRI Rekstur A-hluta Akureyrarbæjar hefur verið þungur undanfarin ár. Árið 2017 var rekstrartapið um 504 milljónir króna en árið 2018 var tapið 383 milljónir króna. Tapreksturinn varð tilefni til þess að eftirlitsnefnd um fjármál sveitarfélaga sendi Akureyrarbæ bréf í nóvemberlok í fyrra þar sem óskað var eftir viðbrögðum bæjarins vegna fjárhagsáætlunar og ársreikninga sveitarfélagsins.

Í lok janúar skrifaði Ásthildur Sturludóttir, bæjarstjóri Akureyrarbæjar, svarbréf til eftirlitsnefndarinnar. Í svarinu kemur meðal annars fram að bærinn borgar árlega hundruð milljóna króna með verkefnum sem það innir af hendi fyrir ríkið. Mest munar um rekstur öldrunarheimila bæjarins en útgjöld Akureyrarbæjar nema um 1,5 milljörðum króna undanfarin fimm ár. Í bréfinu kemur fram að reksturinn hafi verið tekinn út af óháðum aðilum og niðurstaðan hafi verið sú að engu sé ofgert í rekstrinum.

Þá reynist fleiri verkefni bæjarféluginu dýr. Ljóst er að halli á

Það er alveg ljóst af okkar hálfu að svona getur þetta ekki gengið áfram.

Ásthildur Sturludóttir, bæjarstjóri Akureyrarbæjar



rekstri málefna fatlaðra árið 2019 verður um 100 milljónir króna en málaflokkurinn er afar umfangsmikill og kostnaðarsamur fyrir bæjarfélagið, enda er mikill fjöldi fatlaðra einstaklinga búsettur á Akureyri.

Einnig hefur Akureyrarbær séð um skilaskyldu fyrir Landsbókasafnið en sá kostnaður er 43 milljónir króna árlega.

Ekki hafi fengist nema 12 milljóna króna framlag frá ríkinu og því sé óljóst hvort bærinn sé tilbúinn að halda áfram með verkefnið.

Þá hafi bærinn lengi fengið greitt með rekstri Hlíðarskóla sem er sérúrræði fyrir börn með hegðunarvanda, líkt og Klettaskóli í Reykjavík. Framlag ríkisins var um 12 milljónir króna fram til ársins 2016 en þá var skrúfað fyrir fjárstreymi. Til samanburðar er árlegur rekstur skólans um 120 milljónir króna.

„Þetta eru nokkur verkefni sem við sjáum um fyrir ríkið gegn greiðslum sem duga ekki fyrir rekstrinum. Þar er rekstur öldrunarheimilanna langþingsti baggin. Það er alveg ljóst af okkar hálfu að svona getur þetta ekki gengið áfram. Ef ríkið kemur ekki með auknið fjármagn, þá þurfum við að endurskoða rekstur ýmissa úrræða sem við innum af hendi fyrir ríkið,“ segir Ásthildur.

Hún segir að fundað hafi verið með Svandísi Svavarsdóttur heilbrigðisráðherra á dögunum og hafi ráðherrann sýnt sjónarmiðum bæjarins skilning. Ásthildur kveðst því bjartsýn á að viðunandi lausn á málinu finnist.

bjornth@frettabladid.is

Segja áhuga á farþegasiglingum milli Þorlákshafnar og hafna í Evrópu

ÞORLÁKSHÖFN Bæjarráð Ölfuss vill að fulltrúar hafnarinnar í Þorlákshöfn og sveitarfélagsins fái sæti í starfshópi á vegum Alþingis um uppbyggingu í höfninni. Áhugi sé á að sigla farþegaferju að utan til Þorlákshafnar.

Átta þingmenn úr Suðurlandskjördæmi standa að þingsályktunartillögu um að fela samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra að skipa starfshóp til að móta stefnu um hvernig standa megi að innviðauppbyggingu hafnarinnar í Þorlákshöfn svo að höfnin geti vaxið sem inn- og útflutningshöfn. Bæta á öryggi og dýpi í og við innsiglingu í höfnina og starfshópurinn á að gera tillögur varðandi markaðssetningu hennar innan lands og utan.



Talsverð uppbygging hefur verið í Þorlákshöfn. FRÉTTABLAÐID/VILHELM

„Við vinnuna verði lögð áhersla á staðsetningu hafnarinnar með tilliti til styttri siglingatíma milli Evrópu og Íslands fyrir farm- og farþegaflutninga og sem einstak-

lega áhugaverðan kost sem inn- og útflutningshöfn með nægt landrými í 40–60 mínútna akstursfjarlægð frá stærstu mörkuðum og þéttbýlustu svæðum landsins og alþjóðaflugvælinum í Keflavík,“ segir í fundargerð bæjarráðs Ölfuss um efni þingsályktunartillögunnar.

„Bæjarráð minnir á að Sveitarfélagið Ölfus hefur þegar látið vinna forhönnun á breytingum sem gera myndi höfninni mögulegt að taka á móti skipum sem eru 180 metra löng og 34 metra breið en vitað er af áhuga á að sigla slíkum farþegaferjum reglulega milli Þorlákshafnar og hafna bæði í Bretlandi og meginlandi Evrópu,“ segir í bókun bæjarráðsins. – gar

**TAX
FREE**

**SNYRTIVÖRU
DAGAR**

Taxfree*
af öllum snyrtivörum
6.-10. febrúar

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti

HAGKAUP
Snyrtivara

Að sjálfsgöðu fær ríkissjóður 24% vörðisaukaskatt af þessari sölu.

Samskipti og streita

Forvarnafræðsla, miðvikudaginn 19. febrúar 2020 kl. 14-16

Kulnun og streitutengd vandamál virðast vaxandi í nútíma samfélagi. Ástæður þess eru ekki vel þekktar. Sumir telja að manneskjan hafi minna þol gegn álagi og áföllum á meðan aðrir telja að álagsþáttum hafi fjölgað og að tæknin hafi neikvæð áhrif. Rannsóknir beinast nú að streituvöldum í samskiptum og hvað væri mögulegt að gera betur í uppeldi og samskiptaþjálfun. Markmið málþingsins er að veita þeim starfsstéttum, sem starfa undir álagi og í samskiptum, innsýn í spennandi fræðaheim læknis- og siðfræði á þessu sviði.

Álag í samskiptum-hvað getum við gert betur

14:00-14:45	Streita og kulnun í samskiptum	Ólafur Þór Ævarsson
14:45-15:30	Velfarnaður, samskipti og vináttu	Kristján Kristjánsson
15:30-16:00	Umræður og fyrirspurnir	



Dr. Ólafur Þór Ævarsson er geðlæknir og framkvæmdastjóri Forvarna ehf. Hann stundar meðferð, fræðslu og rannsóknir á kulnun og sjúklegru streitu.



Dr. Kristján Kristjánsson er prófessor í mannkostamenntun og dygðafraeðum við Jubilee Centre for Character and Virtues, Menntavísindasvið, Háskólanum í Birmingham og vinsæll og virtur fyrirlesari.

Skráning á www.tix.is
Staðsetning í ráðstefnusölum
Hótel Nordica.
Frekari upplýsingar á www.stress.is



Deilt hefur verið um jörðina í um áratug. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR ARI

Lausna leitað í áralangri deilu

Lóðarhafi við Álftanesveg í Garðabæ hefur sent bæjarfélaginu tvær tillögur um lausn á tæplega áratugslangri deilu um skipulag umræddrar lóðar.

STJÓRNSÝSLA Umrædd deila á sér langa forsoðu. Fyrirtækið Dalsnes ehf., sem er í eigu Ólafs Björnssonar, keypti jörð sem tilheyrir Garðabæ, Hrauntungu við Álftanesveg, af Ríkiskaupum í júlí 2011. Jörðin er 3,2 hektarar og á henni stendur 364 fermetra hús. Dalsnes er eignarhaldsfélag sem fer meðal annars með hlut Ólafs í heildsölurisanum Innnesi.

Í framhaldi af kaupunum óskaði Dalsnes eftir því að skipuleggja byggð á lóðinni og hefur haldið þeirri ósk til streitu í tæpan áratug en bæjaryfirvöld ekki hlustað. Það er að minnsta kosti það sem lögmaður Dalsness, Árni Helgason, heldur fram í bréfi sem sent var til bæjaryfirvalda á síðasta ári. Bréfið var tekið fyrir í bæjarráði Garðabæjar þann 21. janúar síðastliðinn. Heimildir Fréttablaðsins herma að lausn málsins sé innan seilingar.

Í bréfi Árna kemur fram að í lok árs 2016 hafi vinna við deiliskipulags svæðisins hafist en þrátt fyrir ítrekanir landeiganda var ákveðið að skipulag lóðarinnar yrði óbreytt.

Í kjölfarið gerði fyrirtækið athugasemdir við deiliskipulagið og fékkst loks svar í október 2017. Vísuðu bæjaryfirvöld þá í vilja fyrirverandi lóðarhafa, „um að hafa lóðina óbyggða og varðveita gróðurinn sem hann hafði lagt sál sína í að rækta“.

Skipulagið var kært til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlinda-nefndar, sem komst að þeirri niðurstöðu að ákvörðun bæjarstjórnar um að samþykkja breytingu á deiliskipulaginu hefði verið réttmæt.

Í fyrrnefndu bréfi lögfræðings Dalsness er farið yfir samskiptin við bæjarfélagið í gegnum árin. Er afstaða bæjarins talin vekja margar

» Dalsnes býður bænum að byggja 60 litlar og hagkvæmar íbúðir á lóðinni eða að skipta lóðinni upp fyrir 15 einbýlishús.

spurningar. Um einkalóð sé að ræða og því sé sérstakt að gróðurinn sé svo merktur að ekki megi fara í neinar framkvæmdir á lóðinni.

Telur lögfræðingurinn að það sé nánast eins og bæjarfélagið gangi út frá því að um almenningsgarð eða grænt svæði í opinberri eigu sé að ræða. Bærin hafi þó aldrei lýst yfir áhuga á að eignast lóðina og því sé óljóst hvað bænum gangi til. Ekki sé í lagi að byggja ákvarðanir stjórnvalds á munnlegu óskjalfestu loforði við fyrri eigendur.

Fréttablaðið fjallaði um deiluna árið 2018 en þá hafði hugmynd Dalsness um nýtingu jarðarinnar verið lögð fyrir bæjarráð Garðabæjar. Hugmyndin gekk út á að húsíð yrði rífið, byggt þúsund fermetra einbýlishús í staðinn sem nýtt yrði til útleigu fyrir ferðamenn og lóðin girt af. Sú tillaga féll ekki í kramið.

Nú býður Dalsnes Garðabæ að velja annan af tveimur valkostum. Annars vegar að Dalsnes fái leyfi til þess að byggja 60 litlar og hagkvæmar íbúðir á lóðinni eða til vara að heimilað verði að skipta lóðinni upp í 15 lóðir fyrir einbýlishús. Í báðum tilfellum yrði skipulagt leiksvæði á lóðinni í samvinnu við bæjaryfirvöld og markmið skipulagsins yrði að vernda og nýta þann gróður sem fyrir er.

bjornth@frettabladid.is.

Berjast gegn smálánum

NEYTENDUR Alþýðusamband Íslands og Neytendasamtökin hafa stofnað baráttusamtök í þeim tilgangi að uppræta smálánastarfsemi. Í tilkynningu frá samtökunum segir að þeim sé ætlað að aðstoða „þolendur smálána“ og að um sé að ræða „baráttu gegn fjárhagslegu ofbeldi“. Þá er þess sömuleiðis krafist að stjórnvöld axli ábyrgð.

„Ætla má að þúsundir einstaklinga og fjölskyldna hafi golið það dýru verði að festast í neti smálánafyrirtækja sem niðast skipulega á þeim sem höllum fæti standa. Að stöðva þessa starfsemi er velferðarmál og barátta gegn félagslegu ofbeldi!“ segir í tilkynningunni.

Að stöðva þessa starfsemi er velferðarmál og barátta gegn félagslegu ofbeldi!

Úr tilkynningu ASÍ og Neytendasamtakanna

Samtökin munu kortleggja hvaða fyrirtæki þjónusta smálánafyrirtæki og auðveldi þannig starfsemi þeirra. Almennur þurfi að vera upplýstur um hvaða fyrirtæki það séu. Jafnframt verði þrýst á stjórnvöld að beita sér markvisst gegn starfsemi smálána. – **SKS**

LOFTSLAGSMÁL

– Viltu draga úr heimilissorpi?

Umhverfis- og skipulagssvið styður vakningu í loftslagsmálum og stendur fyrir fundaröðinni **Liggur okkur lífið á?**

Þriðjudagurinn 11. febrúar
2020 kl. 20 á Kjarvalsstöðum.



Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar stendur fyrir fundaröðinni ásamt **Líf Magneudóttur**, formanni umhverfis- og heilbrigðisráðs og **Sigurborgu Ósk Haraldsdóttur**, formanni skipulags- og samgönguráðs, þar sem loftslagsmál eru skoðuð og rædd út frá ýmsum sjónarhornum.

Á fundinum munum við glíma við efni eins og: Hvernig heimili geta með vistvænum lífsstíl forðast sörpmyndun og sóun? Hvernig getum við breytt heiminum á jákvæðan hátt með daglegum ákvörðunum? Hvernig söfnum við lífrænum úrgangi, stundum heimajarðgerð og hvernig getum við lært að lifa lífinu hægar?

Póra Margrét Þorsteinsdóttir flytur upphafserindi um hvernig fjölskyldur geti dregið úr heimilissorpi, **Hjörtur Þorbjörnsson** forstöðumaður Grasagarðsins fjallar um heimajarðgerð, **Friðrik K. Gunnarsson** sérfræðingur hjá Reykjavíkurborg ræðir söfnun á lífrænum úrgangi og **Björk Brynjarsdóttir** frumkvöðull í umhverfismálum flytur hugleiðingu.

Byggjum á staðreyndum. Hlustum á fagfólk og grasrótina. Tökum þátt í umskiptunum.

Öll velkomin og heitt á könnunni.

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

ŠKODA á afmæli!

Skoda fagnar 125 árum árið 2020 og því ber að fagna. Við kynnum afmælistilboð af okkar sívinsælu fjölskyldubílum og allir sem kaupa Skoda á árinu eiga kost á að vinna **ferð fyrir tvo til Prag!**



ŠKODA

Veldu þinn á
hekla.is/skodasalur



Vilt þú
vinna ferð
til Prag?

Superb Limo Ambition 2.0 TDI

Afmælisverð 4.390.000 kr.
Verðlistaverð 4.990.000 kr.
Afsláttur 600.000 kr.

Octavia Combi G-Tec 1.5 TGI

Afmælisverð 3.690.000 kr.
Verðlistaverð 3.990.000 kr.
Afsláttur 300.000 kr.

Kodiaq Ambition 2.0 TDI

Afmælisverð 5.690.000 kr.
Verðlistaverð 6.290.000 kr.
Afsláttur 600.000 kr.

Karoq Ambition 1.5 TSI

Afmælisverð 3.990.000 kr.
Verðlistaverð 4.790.000 kr.
Afsláttur 800.000 kr.

125

ÁRA AFMÆLI
ŠKODA



HEKLA · Laugavegi 170-174 · 105 Reykjavík · Sími 590 5000
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílas Akranesi · Bílajarninn Reykjanesbæ · BVA Egilstöðum

www.skoda.is

Þarmainnihald og hár á skrokkum

Skoðunarmenn Eftirlitsstofnunar EFTA gera margar aðfinnslur í skýrslu um hreinlæti og hollustuhætti íslenskra kjöt- og mjólkurafurða. Fagstjóri hjá MAST segir að tekið hafi verið á atriðunum og þjálfun starfsmanna verði bætt.

LANDBÚNAÐUR Skoðunarmenn frá Eftirlitsstofnun EFTA komu til Íslands í haust og tóku út hreinlæti og hollustuhætti kjöt- og mjólkurafurða. Könnuðu þeir búin sjálf, mjólkurstöðvar og sláturhús og hvernig eftirlitsmenn Matvælastofnunar (MAST) störfuðu. Fundu þeir margvísleg aðfinnsluvert á öllum stigum og skiluðu skýrslu með tilmælum til MAST um úrbætur.

Á einu mjólkurbúi var óviðunandi geymsla mjólkur sem var óvarin skordýrum og ekki nægilega aðgreind frá því svæði sem hýsti dýrin. Að auki voru kýrnar skitugar, sem eykur mengunarhættu mjólkur.

Í mjólkurstöð fundu skoðunarmenn vörur í skemmdum umbúðum, útrunnar vörur, ómerktar og mygladar. Samkvæmt starfsmanni stöðvarinnar átti að nota þær til framleiðslu smurosts. Þá voru ekki allar vörur prófaðar fyrir salmonelli, til dæmis mysa, eins og skylt er.

Skoðunarmennirnir gerðu einnig margar aðfinnslur við kjötvinnslu.



Skoðunarmenn frá Eftirlitsstofnun EFTA gerðu athugasemdir við hreinlæti og hollustuhætti. NORDICPHOTOS/GETTY

Meðal annars fundu þeir að lélegri lofttræstingu, lélegu frárennsli, stífludum og yfirflæðandi handþvottavaski, svuntum þvegnum í vöskum, ósamræmi við dauðhreinsun á hnífabúnaði og vítissóði notaður til að þrifa lambahöfuð til manneldis.

Í nokkrum sláturhúsum sáu skoðunarmenn skrokka í kælum, sem var búið að merkja hæfa til manneldis en voru greinilega með óhreinindi, svo sem þarmainnihald og hár. Í einu sláturhúsi fannst mæna í nautgripa-

skrokk, eftir að hann var merktur hæfur til manneldis, sem er alls ekki leyfilegt, enda talið sérstakt áhættu-efni ásamt heila og augum.

Skoðun dýra eftir slátrun var fullnægjandi þegar kom að svínum. En sömu sögu var ekki að segja um sauðfé, nautgripa og hesta. Til að mynda voru höfuð lamba ekki skoðuð þrátt fyrir að stærstur hluti væri notaður til matvælaframleiðslu. Þá voru lifur sauðfjár og nautgripa eða gallrásir ekki skoðaðar sem skylt er.

Það var tekið á þessum atriðum um leið og þau komu í ljós.

Freydis D. Sigurðardóttir, fagstjóri hjá MAST

Merkingar dýra samræmdust ekki reglum. Í nokkrum tilvikum voru merkingar sauðfjár fjarlægjanlegar. Enginn gagnagrunnur er til skráningar svína sem skylt er.

Þjálfun tímabundinna starfsmanna MAST var ófullnægjandi og dýralæknar komu í eftirliti. Var þetta talið auka líkurnar á því að matur sem ekki er hæfur til manneldis komist í umferð.

Freydis D. Sigurðardóttir, fagsviðsstjóri eftirlits búfjárafurða hjá MAST, segir skýrsluna ekki áfelligdóm yfir framleiðslunni en vissulega þurfi að taka atriði til greina. „Það var tekið á þessum atriðum um leið og þau komu í ljós, bæði með heimsókn og bréfi,“ segir hún. Aðspurð um af hverju þetta hafi ekki verið lagað fyrir segir hún að starfsmenn komi kannski hálfsmánaðarlega á staðina og nái ekki að komast yfir öll atriði. Nú hafi öll atriði verið skoðuð.

Freydis segir að notkun nema hafi verið leyfileg í íslenskum lögum en þar sem það stangist á við Evrópu-reglur verði það ekki gert framfar. „Við þurfum að bæta þjálfun tímabundinna starfsmanna. Evrópusambandið gerir kröfu um tímafjölda sem við höfðum ekki uppfyllt.“

Íslendingar hafa lengi státað af heilnæmri matvælaframleiðslu og Freydis tekur undir að algert traust verði að ríkja um framleiðsluna. „Ef við skoðum örverufræðilegu niðurstöðurnar, þá eru þær allar í lagi. Þetta er ekki óörugg vara en það má samt sem áður bæta úr.“

kristinnhaukur@frettabladid.is

FJÓRHJÓLADRIFINN E-PACE

JAGUAR E-PACE



800.000 kr. aukahlutapakki fylgir Jaguar E-Pace S D150

Aukahlutapakinn er: Hiti í framrúðu og rúðusprautum, hiti í stýri og stýri klætt mjúku leðri, rafdrifin upphituð leður framsæti með stillingu á 10 vegu, hiti í aftursætum, 380W Meridian hljóðkerfi, sjálfvirk hjáljósaðstoð, svartur útlitspakki, tvöfalt krómað púst, skyggðar rúður að aftan, lykillaus opnun, rafknúinn afturhleri, hiti í aftursætum.

JAGUAR

HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500

Jaguar E-Pace S D150, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur.

VERÐ: 7.990.000 KR.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR



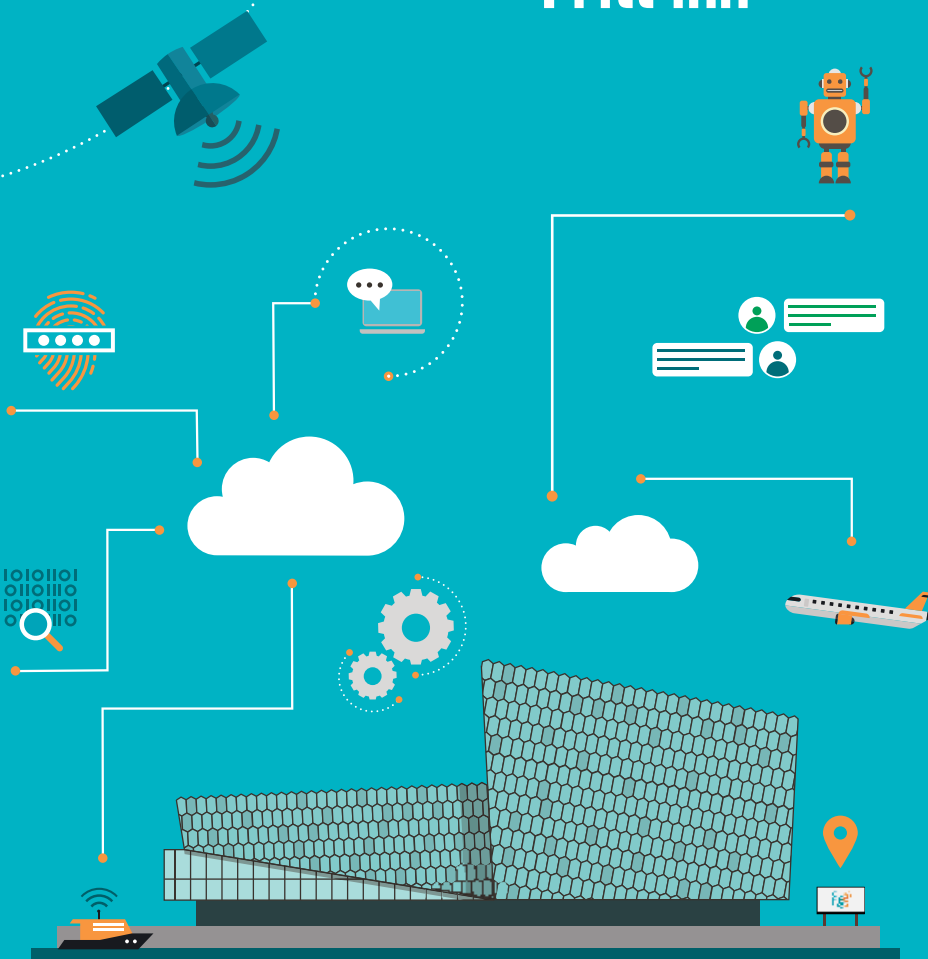
UTmessan.is

UTmessan í dag Hörpu kl. 10 - 17

Þar sem allt tengist

– SJÁLFBIRK FRAMTÍÐ –

– Frítt inn –



Aðgangur ókeypis. Opið 10 – 17. Eigðu skemmtilegan dag í heimi tækninnar

- Sjáðu og prófaðu keppnisvélmenni
- Prófaðu skjálftamælinn
- Láttu vellíðan fossa yfir þig í leyniherbergi
- Taktu þátt í snjöllum teningaleik
- Prófaðu góðgæti, gegnumlýst í rauntíma
- Komið og hittið Solu stíðu milli kl. 11-13!

DAGSKRÁ

– nánari dagskrá á www.utmessen.is

SÝNINGARSVÆÐIÐ OPIÐ ÖLLUM

KL. 10 - 17

helstu tæknifyrirtæki og skólar sýna það nýjasta í dag
– alls kyns getraunir, keppnir, fíkt og fjör ásamt leikjum fyrir gesti og gangandi

ELDBORG - 2. HÆÐ

Nei hættu nú alveg – tækniquiz.

Skemmtileg gagnvirk spurningakeppni fyrir alla fjölskylduna kl. 13 og aðrar spurningar kl. 14.

– allir geta tekið þátt

Vilhelm Anton Jónsson stýrir.

Spurningarnar verða léttar, skemmtilegar og skrítnar eins og í anda hlaðvarpsins *Nei hættu nú alveg*

Verðlaunaafhending NÍUnar fer fram í Eldborg kl. 16:15.

Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitastjórnar- ráðherra, veitir verðlaunin. Komdu og sjáðu hverjir vinna sér inn titilinn bestu hakkarar Íslands!

RÍMA - 1. HÆÐ

Netöryggiskeppni íslenskra ungmenna frá kl. 10.

– fylgstu með krökkum að hakka

Í NÍUnni, netöryggiskeppni íslenskra ungmenna, býðst gestum að fylgjast með upprennandi hökkurum beita aðferðum sem notaðar hafa verið til að brjótast inn í allt frá heimaböndum upp í flugvélar.

NORÐURLJÓS - 2. HÆÐ

– fíkt og fjör

Sjáðu og prófaðu ýmsar skemmtilegar tækninýjungar frá Háskólanum í Reykjavík

Tættu í sundur tölvu og settu aftur saman, kenndu vélmenninu Önnu íslensku, forritunarborð, krílahorn og vélmennagryfja

Kíktu til Mars með Tækniskólanum og fáðu afhentan minjagrip!

SILFURBERG (A) - 2. HÆÐ

– fíkt og fjör

Sjáðu og prófaðu ýmsar skemmtilegar tækninýjungar frá Háskóla Íslands

Ertu lagviss eða laglaus? Sjáðu vinningsverkefni Legókeppninnar. Kynnstu örtækni og prófaðu nýja tölvuleiki. Kíktu í leyndardóma vísindanna með Vísindasmiðjunni.

SILFURBERG (B) - 2. HÆÐ

– hægt að ganga inn og út að vild á meðan á keppninni stendur

Hönnunarkeppni véla- og iðnverkfræðinema frá kl. 12.

ský



origo.

marel

sensa



Skotar vilja sjálfstæði og aðild að ESB

Christian Allard, Evrópuþingmaður Skoska þjóðarflokksins, segir Skota eiga meira sammerkt með Norðurlöndum en Englandi. Skotar eigi heima í Evrópusambandinu og hann stefni á að snúa aftur í framtíðinni sem Evrópuþingmaður sjálfstæðs Skotlands.

SKOTLAND „Ég er Frakki, 100 prósent Frakki, en ég er líka einn af hinum nýju Skotum. Vegna ferðafrelsis innan Evrópusambandsins þurfti ég ekki að verða Breti,“ segir Christian Allard, daginn áður en hann missir embætti sitt sem Evrópuþingmaður fyrir Skoska þjóðarflokkinn, SNP. Allard er 55 ára, fæddur í borginni Dijon í austurhluta Frakklands. Hann starfaði lengi í sjávarútvegi en eftir að hafa kynnst skoskri konu og eignast fjölskyldu flutti hann til Aberdeen á austurströnd Skotlands og hóf að berjast fyrir SNP. Árið 2013 var hann kjörinn á skoska þingið í Holyrood og síðasta sumar á Evrópuþingið, dvöl sem hann vissi að yrði stutt.

Í SNP vegna fiskveiðihagsmuna

„Við Skotar erum mikil fiskveiði-þjóð eins og þið Íslendingar, mér hefur alltaf verið umhugað um sjávarútveg og taldi SNP besta flokkinn þegar kæmi að fiskveiðihagsmunum landsins,“ segir Allard. Fiskveiðar eru einmitt eitt helsta deilumálið núna á milli Bretlands og Evrópusambandsins.

„Þegar Bretland gekk inn í Evrópubandalagið gamla (EB) sveik það breska sjómenn. Þetta er ástæðan fyrir því að SNP var á móti inngöngu landsins inn í EB á sínum tíma. Það var ekki af því að við treystum ekki EB heldur treystum við ekki þeim í London til að tryggja hagsmuni sjómannanna,“ segir Allard. „Í dag er ég hræddur um að sjómennirnir okkar verði sviknir á nýjan leik af ríkisstjórninni. Þetta eru voveiflegir tímar fyrir atvinnuveg sem hefur gengið í gegnum margt á síðastliðnum fjórum áratugum og hefur aðeins nýlega náð aftur stöðugleika. Við höfum aldræi átt jafn mörg ný skip á miðunum og sjáum loks ljósið við enda ganganna.“ Þá hafi fiskistofnarnir við strendur landsins vaxið og ýmsar hagstæðar reglugerðarbreytingar náðst í gegn. Allir helstu markaðir fyrir skoskan fisk séu í Evrópusambandsríkjum.

„Evrópusambandið er ekki aðalástæðan fyrir því að við deilum hafsvæði til fiskveiða með öðrum þjóðum, heldur er það sögulegur réttur okkar og þannig ætti það að vera samkvæmt alþjóðlegum reglum,“ segir hann og nefnir að Íslendingar og Norðmenn deili fiskveiðiréttindum. „Skoskir sjómenn hafa veitt hörpuskel í franskrí lögsögu í áratugi. Ég tel að þeir eigi að hafa þessi réttindi áfram eftir útgönguna, af sögulegum ástæðum.“



Christian Allard á næstsíðasta degi sínum í Evrópuþinginu í Brussel. NORDICPHOTOS/GETTY

Vonlitill um samninga

Samningaviðræður á milli Bretlands og Evrópusambandsins munu standa yfir næstu mánuði og Allard segir að enginn viti hvað komi út úr því. „Boris Johnson hefur verið stefnulaus hvað þetta varðar, talandi um Singapúr Evrópu eina

mínútuna og svo eitthvað allt annað þá næstu. Hann er eins og litli bróðir Donalds Trump, það er ekki hægt að treysta neinu sem hann segir,“ segir Allard. „Írarnir lærðu þetta á harkalegan hátt því að hann lofaði að það yrðu engin landamæri í Írlandshafi og sveik það síðan. Ég get ekki séð

hvernig sé hægt að semja um allt á innan við einu ári. Fólk beggja vegna Ermarsundsins er sammála um það. Kannski vill Johnson að Brexit fari úr böndunum og engir samningar náist.“

Allard segist fagna því ef góðir samningar næðust, eða að Bretland myndi ganga inn í svipað kerfi og EES, en telur það ólíklegt. „Um leið og niðurstaða Brexit-kosninganna lá fyrir talaði leiðtogi okkar, Nicola Sturgeon, um slíkar leiðir en Johnson þagði þunnu hljóði þá og íhaldsstjórnin tók illa í það. Einstrengingshátturinn hefur verið ótrúlegur í ljósi þess að sambandið við Evrópu hefur mjög mikil áhrif á bæði fyrirtæki og einstaklinga í Bretlandi.“

Meira sammerkt með Norðurlöndum en Englandi

Aðspurður um af hverju álit Skota á Evrópusambandinu er allt annað en Englendinga segir hann það liggja í þjóðarsálinni. „Við líkjumst í raun Norðurlöndunum meira en Englandi. Samkennd skiptir okkur miklu máli og einstaklingshyggja minni. Stjórn-málaflokkarnir í Skotlandi eru öðruvísi en á Englandi, og til dæmis flestir hlynntir innflytjendum,“ segir hann. „Við Skotar höfum alltaflitið á okkur sem Evrópumenn og viljað vera í þungamiðju álfunnar. Við höfum mikil og nán tengsl við hinar Evrópusambandsþjóðirnar og viljum halda þeim.“

Ólíkt Skotlandi hafði popúlismi og ótti við innflytjendur mallað í áratugi á Englandi. Þetta var ástæðan fyrir því að útgangan varð að veruleika, ekki Evrópusambandið sjálft.

Christian Allard, Evrópuþingmaður Skota

Allard segir það þó alls ekki svo að Skotar telji Evrópusambandið fullkomið, langt í frá. En flestir telja meiri hag af því að vera í sambandinu, eins og atkvæðagreiðslan árið 2016 sýndi.

„Ólíkt Skotlandi hafði popúlismi og ótti við innflytjendur mallað í áratugi á Englandi. Þetta var ástæðan fyrir því að útgangan varð að veruleika, ekki Evrópusambandið sjálft,“ segir Allard.

Hann segir það lýðræðisgalla að Skotar séu nú dregnir nauðugir út úr Evrópusamstarfinu. Þetta eigi einnig við um Norður-Íra sem einnig kusu gegn útgöngu. Útgöngusamningurinn hefur verið borinn upp á þjóðþingum landa innan Stóra-Bretlands og honum hafnað, til dæmis með öllum atkvæðum í Stormont, þjóðþingi Norður-Íra, þann 22. janúar. „Við erum kominn á okannað landsvæði og sameinað Stóra-Bretland er í vandræðum,“ segir hann.

Enginn annar möguleiki en að kjósa um sjálfstæði

„Þegar við erum búin að pakka saman hérna fer ég um borð í Eurostar, þetta frábæra lestakerfi, beint til London og svo með Caledonian Sleeper-lest norður til Skotlands,“ segir Allard, aðspurður um hvað taki nú við hjá honum.

Hann hefur þó fullan hug á að snúa aftur til Brussel. En þá sem Evrópuþingmaður sjálfstæðs Skotlands. Hann segir að Skotar séu þegar farnir að líta á sig sem framtíðar aðildarþjóð að Evrópusambandinu. „Fljótlega eftir að ég flutti til Skotlands komst ég að því að landið gæti vel orðið sjálfstætt og það myndi þjóna hagsmunum þess best. Ég hlakka til að komast heim til Skotlands og hefja undirbúning að næstu þjóðaratkvæðagreiðslu um sjálfstæði,“ segir Allard.

Í síðustu atkvæðagreiðslu, árið 2014, var sjálfstæði felld með 55 prósentum gegn 45. En þá var pólitíska landslagið himin og haf frá því sem nú er. Þingmönnum SNP hefur fjölgað úr 6 í 48 í Westminster og meirihluti er fyrir sjálfstæði í skoðanakönnunum. Brexit spilar þar stóra rullu.

Vandamálið er hins vegar hvort Skotar fái heimild frá London til að halda aðra atkvæðagreiðslu. „Hún mun eiga sér stað, við höfum engan annan möguleika,“ segir Allard. „Ég geri mér grein fyrir því að margir munu eiga erfitt með að skilja við Stóra-Bretland, til dæmis bændur og sjómenn sem vildu vera hluti af báðum samböndum. En London hefur tekið ráðin af okkur þannig að við verðum að velja á milli.“

Allard segir þó að sjálfstæði verði ekki knúið áfram á ólöglegan hátt, líkt og reynt hafi verið að gera í Katalóníu. „Sjálfstæði okkar verður að njóta viðurkenningar frá alþjóðasamfélaginu. En ég hef ekki áhyggjur af því að við fáum ekki að kjósa. Skotland er ekki Katalónía og London er ekki Madrid.“

kristinnhaukur@frettabladid.is

Komdu í kaffi

Café

AUSTURSTRÆTI
SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI
AKUREYRI
VESTMANNAEYJUM

Pennin Eymundsson



PURE NORTH | ENDURVINNUM Á ÍSLANDI

TÖKUM ÁBYRGÐ

ENDURVINNUM PLAST Á ÍSLANDI OG FÆKKUM UM LEIÐ SÓTSPORUM. HRINGRÁSARHAGKERFIÐ.

ÞJÓÐÞRIF er átaksverkefni til að vekja athygli á nauðsyn þess að Íslendingar sem þjóð taki ábyrgð á eigin endurvinnslu og tryggi að endurnýtanleg hráefni verði hluti af hringrásarhagkerfi Íslands.

EFTIRFARANDI FYRIRTÆKI ERU TIL FYRIRMYNDAR OG SENDA ÞAÐ PLAST SEM FELLUR TIL Í REKSTRI SÍNUM Í ENDURVINNSLU HJÁ PURE NORTH RECYCLING OG TRYGGJA ÞAR MEÐ AÐ PLAST VERÐI AFTUR PLAST. NÁNAR Á WWW.PURENORTH.IS.

EIMSKIP

BRIM

ÖSSUR

MJÓLKURSAMSALAN

marel

Coca-Cola
EUROPEAN PARTNERS

BLUE LAGOON
ICELAND

Lýsi

KRÖNAN

BM-VALLÁ

ENDURVINNSLA SKIPTIR MÁLI FYRIR UMHVERFIÐ: fyrir hvert tonn af plasti sem er endurunnið hjá Pure North sparast um 0,7 tonn af kolefnislosun. Auk þess sem 1,8 tonn af olíu sparast fyrir hvert endurunnið tonn af plasti.



7 ára ábyrgð framleiðanda
á öllum nýjum Kia bílum

Vetrardagar

Sýning í dag frá kl. 12–16.



Kia Sportage verð frá

4.990.777 kr.

Vetrarpakki að verðmæti 400.000 kr. innifalinn

- Vetrardekk
- Dráttarbeisli
- Þverbogar
- Skíðafestingar
- Skottmotta

Tryggðu þér nýjan Kia með veglegum vetrarpakka

Nú eru Vetrardagar Kia þar sem við bjóðum valda Kia bíla með veglegum vetrarpakka. Þar kynnum við Kia Sorento sem er sérbreyttur fyrir íslenskar aðstæður. Hann er breyttur fyrir 31" dekk, með 22 cm veghæð, 8 þrepa sjálfskiptingu og kraftmikla 200 hestafla vél.

Komdu á sýninguna í dag á Krókháls 13 og tryggðu þér nýjan bíl á Vetrardögum Kia.
Opið frá kl. 12–16. Við tökum vel á móti þér.



ASKJA · Krókhálsi 11–13 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

Kia



Afborgun á mánuði
59.777 kr.
m.v. 50% innborgun og lán til 84 mán.**

SORENTO
ARCTIC
EDITION



Kia Optima SW Plug-in Hybrid verð frá
4.990.777 kr.

Vetrarpakki að verðmæti 530.000 kr. innifalinn

- Upphækkun
- Þverbogar
- Vetrardekk
- Skíðafestingar
- Dráttarbeisli
- Skottmotta



The Power to Surprise

Kia Sorento Arctic Edition verð frá

7.990.777 kr.

200 hestöfl, 4WD og 8 þrepa sjálfskipting

**Sorento vetrarpakki
að verðmæti 575.000 kr. innifalinn**

- Arctic Edition breyting
- Þverbogar
- Skíðafestingar
- Skottmotta

Arctic Edition breyting

- 3 cm hækkun að aftan
- 2,5 cm hækkun að framan
- Færsla á demparafestingum
- 31" mikróskorin heilsársdekk
- Hjólástilling
- Undirvagns ryðvörn
- 22 cm veghæð

SKOÐUN

Sveitarfélögin



Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is

Við sem viljum sterkari sveitarfélög hljótum að fagna stefnumótun í málefnum sveitarfélaga til ársins 2033 sem Alþingi samþykkti í síðustu viku. Meginstefið er sjálfbærar byggðir um land allt. Því eru sett lágmarksviðmið um íbúafjölda sem eru 250 árið 2022 og 1.000 árið 2026. Við það eflist stjórnsýslan og tækifæri skapast til betri þjónustu. Það er mikilvægt fyrir lýðræði, samfélagsþátttöku og valddreifingu. Sterkari geta sveitarfélögin tekið við fleiri verkefnum frá ríkinu og veitt þjónustu í eins miklu návígi við íbúa og kostur er. Þannig mynda þau meira mótvægi við sterkt miðstjórnarvald löggjafar- og framkvæmdarvalds.

En eitt er stefna, annað framkvæmd. Eftir er að útfæra einstakar aðgerðir, meðal annars varðandi lágmarksíbúafjölda og stórauðinn fjárhagslegan stuðning við sameiningar sveitarfélaga. Eitt erfiðasta verkefnið verður breytt verkaskipting ríkis og sveitarfélaga. Þar þarf að verja sjálfsstjórn sveitarfélaga og rétt til að ráða á eigin ábyrgð, verkefnum og fjárhag. Enn er óútfært hvernig hægt sé að styrkja tekjustofna sveitarfélaga og auka fjárhagslega sjálfbærni þeirra.

Þá er það í anda Evrópusáttmála um sjálfsstjórn sveitarfélaga, sem Ísland á aðild að, að hvetja til stóru- aukinnar þátttöku íbúa í ákvarðanatöku með beinum eða rafrænum íbúakosningum. Það þarf að útfæra.

Fimmtán sveitarfélög, eða um 20 prósent sveitarfélaga, eru nú að ræða mögulega sameiningu við nágretta sína eða að klára sameiningarferli. Auk þeirra sveitarfélaga sem þegar hafa samþykkt sameiningu á Austfjörðum eru fimm í Rangárvallasýslu og Vestur-Skaftafellssýslu í óformlegum viðræðum. Fjögur í Austur-Húnavatnssýslu eru í viðræðum líkt og Þingeyjarsveit og Skútustaðahreppur.

Saman ná þessi sveitarfélög yfir um 42 prósent af landrými Íslands en eru einungis með tæp 4 prósent íbúa landsins. Gangi sameiningar eftir mun sveitarfélögum fækka um 11 og eftir verða 61 árið 2022.

Skiljanlega hefur ágreiningur verið um lágmarksfjölda íbúa sveitarfélaga. Þrátt fyrir rekstrarhagræði með stærri einingum er hætt við að jaðarbyggðir upplifi skerðingu þjónustu og áhrifa á ákvarðanatöku.

Þótt samþykktur lágmarks íbúafjöldi sé skynsamlegur dregur það ekki úr mikilvægi valddreifingar og sjálfsstjórn sveitarfélaga. Það er því áhugavert að fylgjast með sveitarfélögum á Austfjörðum þar sem sameina á stjórnsýslu en ekki byggðir. Með fjölkjarna sveitarfélögum munu íbúar varðveita sérkenni eigin samfélaga, sjálfsmynd og áhrif á nærumhverfi. Sér-einkenni byggða þarf ekki að tapast með aukinni samvinnu og nýju nafni sveitarfélagsins. Þriggja manna „heimastjórnun“ verður komið á með kosningum tveggja fulltrúa auk eins frá sveitarstjórninni.

Þessi valdefling byggðakjarna og nærsamfélags er í anda svokallaðrar nálægðarreglu, en í því felst að þjónustu eigi að veita í eins miklu návígi við íbúa og kostur er. Þetta byggir á þeirri lýðræðishugsun að fólkið í landinu eigi rétt til þess að hafa bein áhrif á nærumhverfið. Stefnum þangað.



Þótt samþykktur lágmarks íbúafjöldi sé skynsamlegur dregur það ekki úr mikilvægi valddreifingar og sjálfsstjórn sveitarfélaga.

Þingvallamyndir í íslenskri myndlist

Hið íslenska bókmenntafélag vinnur nú að útgáfu á listaverkabók með myndum íslenskra myndlistarmanna frá Þingvöllum, frá upphafi til okkar daga.

Eigendur slíkra mynda sem vilja leggja þessu verkefni lið með því að benda á athyglisverðar Þingvallamyndir eru vinsamlegast beðnir að hafa samband við ritstjóra bókarinnar, Aðalstein Ingólfsson, netfang: adalart@mmedia.is – við fyrstu hentugleika.



HIÐ ÍSLENSKA
BÓKMENNTAFÉLAG
HAGATORGI · SÍMI 588 9060
hib@hib.is · www.hib.is

Gunnar



Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



Hugmyndafræðileg vændiskona

Það að eina sem þarf til svo að illskan hafi yfirhöndina er að gott fólk aðhafist ekkert. Tilvitnun þessi er gjarnan eignuð breska stjórnáðalmaninum Edmund Burke sem uppi var á átjándu öld. Svo kann þó að vera að Burke hafi aldrei nokkurn tímann látið orðin falla. Því góðar tilvitnanir eru eins og flökkusögur; þær ganga manna í millum kynslóðum saman og taka á sig ýmsar myndir svo erfitt getur reynst að greina hvar uppspretta liggur. Óljós uppruninn dregur þó ekki úr sannleiksgildi orðanna. Önnur þekkt flökkusögn segir frá manni sem gefur sig á tal við konu í parti. Í algengustu útgáfu sögunnar er maðurinn sagður írska leikskáldið George Bernard Shaw: Einhverju sinni var Bernard Shaw staddur í veislu þar sem hann heyrðist segja við konu eina að allir væru falir fyrir rétt verð. Konan mótmælti harðlega. „Ekki ég,“ svaraði hún. Leikskáldið spurði þá konuna hvort hún væri til í að sænga hjá sér ef hann greiddi henni milljón pund fyrir. Konan svaraði játandi, líklega léti hún sig hafa það fyrir milljón pund. „En hvað með fyrir tíu skildinga?“ spurði Bernard Shaw. Konan varð sármóðugu. „Að sjálfsgöð ekki! Hvað heldurðu að ég sé?“ Bernard Shaw svaraði: „Við höfum þegar fengið úr því skorið hvað þú ert. Nú erum við aðeins að prúttu um verð.“

Læknar, ekki landamæraverðir
Í Bretlandi árið 2017 gaf þáverandi heilbrigðisráðherra út reglugerð sem gerði læknum lagalega skyldt að krefja sjúklinga um greiðslu fyrir lækni meðferð fyrir fram gætu þeir ekki sýnt fram á að þeir væru með lögheimili í landinu. Ef þeir greiddu ekki skyldi þeim neitað um meðferð. Bresku læknasamtökin höfðu í frammi kröftug mótmæli. „Við erum læknar, ekki landamæraverðir,“ sagði unglæknir um reglugerðina. „Að láta okkur rukka fólk á borð við farandverkamenn og flóttafólk fyrir heilbrigðisþjónustu er rasismi – það er verið að gera okkur meðsek harð-

stjórn.“ Læknasamtökin ítrekuðu mótmælin á síðasta ári og sögðu fyrirkomulagið hafa gefist illa; það hafi latt viðkvæma hópa til að leita sér nauðsynlegrar lækniþjónustu, aukið álag á heilbrigðisstarfsfólk og fjöldi fólks hafi þurft að greiða fyrir þjónustuna sem hafði rétt á henni ókeypis.

Andvaraleysi hefur afleiðingar
Í vikunni afhenti Stúdentaráð Háskóla Íslands háskólaráði 1.500 undirskriftir þar sem skorað var á ráðið að endurnýja ekki samning Háskóla Íslands við Útlendingastofnun um aldursgreiningar á flóttafólki. Háskólinn hefur sinnt svokölluðum tanngreiningum, röntngreiningu á tönnum sem á að skera úr um hvort hælisleitendur séu börn eða fullorðnir. Aðferðin er hins vegar umdeild. Vitað er að hún er ónákvæm, mörgum þykir hún ómannúðleg og hafa ýmsir – þ.m.t. Rauði krossinn og UNICEF – sagt það ósiðlegt að nota skaðlega geisla á ungmenntu þegar lækni-fræðilega nauðsyn beri ekki til.

Mikill styr stendur nú um Útlendingastofnun en ákvarðanir hennar þykja oft vægðarlausar. Vafalaust telja fulltrúar í háskólaráði sig blásaklausa af úrskurðum hinnar óvinsælu Útlendingastofnunar. En rétt eins og konan sem rökræddi við George Bernard Shaw í partiinu forðum er ráðið haldið sjálfsblekkingu.

„Við höfum þegar fengið úr því skorið hvað þú ert,“ sagði Bernard Shaw og sakaði konuna pent um að vera gleðikona. Ef háskólaráð heldur áfram viðskiptum við Útlendingastofnun hefur ráðið selt síðferðið, mannúðina og vísindaleg heilindi sín eins og bláuð, hugmyndafræðileg vændiskona. Það er með ólíkindum að stjórnendur Háskóla Íslands sætti sig við það sem breskir læknar taka ekki í mál: Að vera gerðir að vægðarlausum landamæraverðum. Andvaraleysi hefur afleiðingar. Því eins og margir hafa mælt í mannkynssögunni: „Það eina sem þarf til svo að illskan hafi yfirhöndina er að gott fólk aðhafist ekkert.“

BIOEFFECT

34%
MINNI HRUKKUR

EFTIR EINUNGIS
30 DAGA NOTKUN*

*samkvæmt 30 daga vísindalegri ímanhúsrannsókn.

VELDU VIRKNI Í HVERJUM DROPA

BIOEFFECT 30 Day Treatment er öflug húðmeðferð sem dregur úr hrukkum og eykur þykkt húðarinnar. Varan inniheldur þrjú virk prótein (EGF, IL-1a og KGF) og er framleidd í plöntum í gróðurhúsi BIOEFFECT í Grindavík.

Húðmeðferðin er kröftug viðbót við hefðbundna húðumhirðu sem gott er að nota 1–4 sinnum á ári, allt eftir ástandi húðarinnar.

BIOEFFECT – Húðvörur sem virka



FINNDU OKKUR Á FACEBOOK
facebook.com/bioeffecticeland

Boltafeðgar úti um allan heim

Í vikunni kom enn einn Maldini-inn inn á fyrir AC Milan og sonur Claudio Reyna varð yngsti markaskorari þýsku bikarkeppninnar. Það getur verið erfitt að feta í fótspor föður síns en sumir unglingar eru á góðri leið með að verða jafnvel betri en þeir gömlu góðu.



Gio Reyna
Aldur: 17 ára



Claudio Reyna
Aldur: 46 ára



Daniel Maldini
Aldur: 18 ára



Paolo Maldini
Aldur: 51 árs



Erling Braut Håland
Aldur: 19 ára



Alf-Inge Håland
Aldur: 47 ára

Gio Reyna stimplaði sig inn í Evrópuboltann með stórkostlegu marki á þriðjudag. Hann varð þar með yngsti markaskorari þýska bikarsins. Hann er sonur Claudio Reyna sem spilaði yfir 100 landsleiki með bandaríska landsliðinu og lék í Þýskalandi, Skotlandi og Englandi á sínum ferli. Móðir hans, Danielle Egan, var einnig landsliðskona í fótbolta en hann er skírður í höfuðið á samherja Claudio hjá Glasgow Rangers, Giovanni van Bronckhorst.

Enn einn úr Maldini-fjölskyldunni þreytti frumraun sína með AC Milan í vikunni þegar Daniel kom inn á undir lokin í viðureign AC Milan og Hellas Verona. Snáðinn er 18 ára, sonur Paolo, sem er sonur Cesare. Þeir feðgar varpa ansi stórum skugga á guttann, enda unnu þeir deildina alls ellefu sinnum og Paolo vann Meistaradeildina fimm sinnum. Daniel spilar reyndar frammar á vellinum en faðir hans og afi því þeir voru báðir varnarmenn en Daniel er miðjumaður.

Sonurinn getur ekki reimað á sig takkaskó án þess að skora. Erling Braut er auðvitað orðinn stórstjarna með Dortmund en pabbi hans, Alf-Inge, var góður í fótbolta. Hann spilaði með Bryne og sjálfur Brian Clough keypti hann til Nottingham Forest. Félagaskiptin tóku reyndar um eitt ár og urðu George Graham að falli en hann stakk háum fjárhæðum í vasann af félagaskiptum norskra leikmanna.



Marcus Thuram
Aldur: 22 ára



Lilian Thuram
Aldur: 48 ára

Þegar Borussia M'gladbach tyllti sér á toppinn í Þýskalandi um stund í desember skoraði Thuram eitt marka félagsins. Hann er auðvitað sonur eins besta varnarmanns allra tíma, Lilian, sem vann nánast allt sem hægt er að vinna innan vallar. Marcus er á hinum enda vallarins og eftir að hafa verið tvö ár hjá Guingamp var hann keyptur í fyrra til Þýskalands á 11 milljónir punda. Hann hefur komið að 11 mörkum í 20 leikjum og er á samningi hjá Mino Raiola.



Justin Kluivert
Aldur: 20 ára



Patrick Kluivert
Aldur: 43 ára

Það hefur verið vitað í töluverðan tíma að Justin væri gífurlegt efni. Líkt og faðir hans ólst hann upp hjá Ajax og var ekki lengi að láta ljós sitt skína. Á fyrsta heila tímabilinu sínu skoraði hann 10 mörk og lagði upp önnur fimm. Roma keypti piltinn þar sem hann er í og við byrjunarliðið. Karl faðir hans skoraði margfrægt sigurmark Ajax gegn AC Milan árið 1995 og varð stórstjarna á einni nóttu. Hann stýrir nú yngri flokkum Barcelona.



Federico Chiesa
Aldur: 22 ára



Enrico Chiesa
Aldur: 49 ára

Enrico Chiesa var magnaður markaskorari á Ítalíu og vann UEFA-bikarinn með Parma árið 1999 þar sem hann endaði markahæstur með átta mörk. Þá spilaði hann á HM og EM með Ítalíu. Sonurinn er núna tekinn við keflinu hjá Fiorentina og er kominn með 18 mörk í 117 leikjum. Hann hefur verið í ítalska landsliðinu síðan 2018 og var sterklega orðaður við Juventus í sumar. Hann fór þó hvergi heldur hélt tryggð við Fiorentina – svona í bili minnsta kosti.

Tillaga Skagamanna ómöguleg í framkvæmd

FÓTBOLTI Að mati laga- og leikreglnanefndar KSÍ er framsetning á tillögu Skagamanna um fjölgun liða í efstu tveimur deildunum ófullkomin og þarfnast frekari skoðunar. Nefndin bendir einnig á að fjölmörg atriði þurfi að skoða samhliða eða áður en tillagan er tekin til umfjöllunar. Til dæmis ákvæði leyfisreglugerðar KSÍ, kostnaðarmat breytinga, ákvæði reglugerðar um knattspyrnumót, ákvæði reglugerðar um knattspyrnuleikvanga og fleira.

Tillögunni er ætlað að taka gildi á næsta ári og efast nefndin um að unnt sé að hrinda lagabreytingartillögunni, sem fyrirfram er vitað

að veruleg óvissa ríkir um, eins og segir í fundargerð nefndarinnar, í framkvæmd innan tímarammans eða yfirleitt. Nefndin telur að tillagan feli jafnvel í sér ómöguleika að framkvæma og sé ekki rétt að festa í lög KSÍ.

„Mikilvægt er að undanfari slíkrar lagabreytingartillögu sé vandaður undirbúningur þannig að tryggt er að unnt sé að hrinda ákvæðinu í framkvæmd sé vilji til þess, m.a. með hliðsjón af skipulagi knattspyrnumála og þeim reglugerðum sem um það gilda. Sú undirbúningsvinna liggur ekki fyrir,“ segir í fundargerðinni sem Skagamaðurinn Gísli Gíslason veitir formennsku og



Úr leik Skagamanna í Pepsi-deildinni í fyrra. FRÉTTABLAÐID/VALLI

Mikilvægt er að undanfari slíkrar lagabreytingartillögu sé vandaður undirbúningur þannig að tryggt er að unnt sé að hrinda ákvæðinu í framkvæmd.

Úr fundargerð laga- og leikjanefndar KSÍ

Haukur Hinriksson, lögfræðingur KSÍ er í. Nefndin leggur til að tillagan verði ekki samþykkt í fundargerð frá 4. febrúar. – bb

Umhverfis- og samfélagsvottað ál frá Íslandi

Norðurál hefur hlotið hina alþjóðlegu ASI vottun um umhverfisvæna og ábyrga framleiðslu, fyrst þeirra álfyrirtækja sem starfa á Íslandi. Vottunin staðfestir að starfsemi og viðskiptahættir fyrirtækisins eru samfélagslega ábyrg og framúrskarandi á sviði umhverfisvænnar framleiðslu.

ASI vottunin tekur til 59 þátta í starfsemi fyrirtækisins, allt frá frumvinnslu hráefnis að endanlegri afurð, sem er íslenskt hágæðaál. Hún staðfestir að Norðurál stenst ítrustu kröfur um heiðarlega og ábyrga viðskiptahætti, hráefni og framleiðslu.

Við þökkum starfsfólki okkar, birgjum og samstarfsaðilum frábæran árangur og mikilvægan áfanga á þeirri vegferð að framleiða umhverfisvænasta ál í heimi.



30%
AFSLÁTTUR

20%
AFSLÁTTUR

furninova

PASO DOBLE

U-sófi frá Furninova. Hægri eða vinstri tunga. Can ljósgrátt áklæði. Tvær stærðir.

Stærð: 357 x 156/258 x 80 cm

335.993 kr. ~~479.990 kr.~~

Stærð: 386 x 156/258 x 80 cm

349.993 kr. ~~499.990 kr.~~

DIALMA BROWN (DB1596)

Glæsilegur bóka- skápur með fallega útskorið mynstur. Ítalska merkið Dialma Brown sérhæfir sig í notkun á endurunnum við og vönduðu hand- verki. Náttúrulegur viðarlitir að utan en vaxborinn, grásvartur viður að innan. Hillur úr gleri.

B: 130 D: 35 H: 220 cm

Seljum síðustu eintökin með enn meiri afslætti um helgina

80%
AFSLÁTTUR

50%
AFSLÁTTUR

39.998 kr. ~~499.990 kr.~~

VISION

U-sófi í ljósgráu áklæði eða svörtu leðri. Innra byrði púðanna er úr kaldpressuðum svampi en efsta lag hans er sérlega mjúkt. Stærð: 371 x 232 x 84 cm

192.495 kr. ~~349.990 kr.~~

45%
AFSLÁTTUR

35%
AFSLÁTTUR

VISION

Tungusófi í svörtu leðri. Innra byrði púðanna er úr kald- pressuðum svampi en efsta lag hans er sérlega mjúkt. Stærð: 288 x 232 x 84 cm

199.995 kr. ~~399.990 kr.~~

50%
AFSLÁTTUR

35%
AFSLÁTTUR

EASY

Rúmgóður og þéttur tungusófi í dökkgráu slitgóðu áklæði. Ljósir viðarfætur. Tungan er færanleg og getur verið beggja vegna. Stærð: 233 x 147 x 86 cm

98.995 kr. ~~179.990 kr.~~

45%
AFSLÁTTUR

30%
AFSLÁTTUR

MANZANO

Svartur hornsófi. Vandað ítalskt leður (botn, bak- og armhlið með bonded leðri/leðurblöndu). Svartir viðarfætur. Hægri eða vinstri tunga. Stærð: 249 x 201 x 91 cm

279.993 kr. ~~399.990 kr.~~

30%
AFSLÁTTUR

25%
AFSLÁTTUR

RIALTO

Svart, vínrátt eða dökkbrúnt leður. Stærð: 91 x 87 x 107 cm

L A Z B O Y

25%
AFSLÁTTUR

134.493kr. ~~179.990 kr.~~

EMBRACE

Hægindastóll. Svart eða grátt PU-leður og álgrátt eða svart sléttfauel.

25.994 kr. ~~39.990 kr.~~

35%
AFSLÁTTUR

25%
AFSLÁTTUR

KAMMA

Hægindastóll. Blátt, skógar- grænt, grátt eða bleikt sléttfauel.

62.993 kr. ~~89.990 kr.~~

30%
AFSLÁTTUR

20%
AFSLÁTTUR

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

Akureyri 10 – 18 virka daga
Dalsbraut 1 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

ENN MEIRI
AFSLÁTTUR AF
VÖLDUM VÖRUM

LOKAHELGIN

LÝKUR SUNNUDAGINN 9. FEBRUAR
EKKI MISSA AF ÞESSU

KAMMA

3ja sæta sófi með háu baki. Dökkgrátt slitsterkt áklæði eða sléttflauel. Stærð: 201 x 91 x 105 cm

97.993 kr.

~~139.990 kr.~~

30%
AFSLÁTTUR

~~20%~~
AFSLÁTTUR

DANA

Borðstofustóll. Svart PU-leður eða grátt áklæði og svartir stálfætur.

50%
AFSLÁTTUR

~~40%~~
AFSLÁTTUR

3.995 kr. ~~7.990 kr.~~

NISAB

Barstóll. Askur eða svart birki.

80%
AFSLÁTTUR

~~60%~~
AFSLÁTTUR

5.398 kr. ~~26.990 kr.~~

AKS

Borðstofustóll. Svart slitserkt áklæði, mótaður krossviður og viðarfætur.

50%
AFSLÁTTUR

~~40%~~
AFSLÁTTUR

14.995 kr. ~~29.990 kr.~~

BATILDA

Borðstofustóll. Svart PU-leður og eikarfætur

40%
AFSLÁTTUR

~~34%~~
AFSLÁTTUR

8.994 kr. ~~14.990 kr.~~

NELSON

Borðstofustóll. Ljósgrátt áklæði og króm- eða gylltir fætur.

79-82%
AFSLÁTTUR

~~60%~~
AFSLÁTTUR

Gylltir fætur

5.000 kr. ~~27.990 kr.~~

Krómfætur

5.000 kr. ~~23.990 kr.~~

BLIXTON

Borðstofuborð úr olíubornum, spónlögðum eikarflísum sem lagðar eru með fiskbeinamynstri. Svartmálaðir fætur úr MDF.

Borð: 95 x 225 x 75 cm

77.935 kr. ~~119.900 kr.~~

Stækkanir: 95 x 45 cm (2 stk.)

19.435 kr. ~~29.900 kr.~~



VEFVERSLUN
www.husgagnahollin.is
OPIN ALLAN SÓLARHRINGINN



HÚSGAGNA
HÖLLIN



Álfrún mælir með Cheer á Netflix.

Hvað ertu að horfa á?

**Álfrún Pálsdóttir**
kynningarstjóri
Hönnunar-
miðstöðvar

„Ég datt alveg óvart inn á heimildaseríuna Cheer á Netflix á dögunum. Þar er fylgst með klappstýruliði Navarro College frá Texas og leið þess að verja titil á stórmóti. Ég var nú ekki með miklar væntingar áður en ég byrjaði að horfa enda ekki alveg fordómalaus gagnvart klappstýrudæminu öllu saman. En þættirnir náðu að grípa mig. Cheer eru heimildarþættir sem veita inn-sýn inn í harðan heim íþróttafólks (já, þau eru íþróttafólk) þar sem samkeppnin er gríðarleg og áhætturnar miklar. Klappstýrumenningin er framandi fyrir Íslendinginn og það var því áhugavert að skyggjast inn í þennan heim sem á sér langa sögu í Bandaríkjunum.“

**Réttu handtökin:**
Endurlífgun

„Þegar við erum á höfuðborgarsvæðinu er nóg að hnoða bara. Það eru ákveðin loftskipti þegar verið er að hnoða. Ef lengra er í sjúkrabil, eins og úti á landi, þá er mikilvægt að blása líka,“ segir Guðbjörg Helga Jónsdóttir, verkefnastjóri skyndihjálpar hjá Rauða krossinum, sem kennir réttu handtökin við endurlífgun á frettabladid.is í dag.

Hvað ertu að lesa?

**Vilhelm Neto**
leikari og
grínisti

„Ég er að lesa Mostly Dead Things. Þetta er svört kómedía í fjölbreyttum heimi. Mjög skemmtileg bók.“

Um Mostly Dead Things

Mostly Dead Things, eftir Kristen Arnett, var ein af metsölubókum ársins 2019 vestanhafs. Hún fjallar um samkynhneigða konu í Flórída sem syrgir föður sinn og tekur við starfi hans sem hamskeri.



Heimir sótti jökulís í desember og bræddi á vinnustofunni sinni. Hann skrásetti ferlið bæði í hljóð og mynd.

Smásýn á risa málefni

Heimir Freyr Hlöðversson sótti jökulís á fimm skriðjökla í desember og skrásetti ferlið þegar ísinn bráðnaði. Skriðjöklnir hopa ört og eru í stóru hlutverki á Vetrarhátíð í ár.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Heimir Freyr Hlöðversson opnaði á Vetrarhátíð sýninguna Kyrie ELeison í Ásmundarsal. Hann er einnig listamaðurinn sem stendur að listaverkinu sem er varpað á Hallgrímskirkju og á verslunarglugga í Hafnartorgi. Heimir sótti jökulís úr skriðjökklum og myndaði ísinn á meðan hann bráðnaði á vinnustofunni. Dropahljóðunum sem mynduðust við bráðnunina breytti hann í tóna. Útkoman er verk þar sem athyglinni er beint að bráðnun jöklanna í sinni smæstu mynd, smásýn á risavaxið málefni.

„Það er sorglegt hversu hratt jöklarnir hopa, þetta er að gerast svo hratt, miklu hraðar en fólk gerir sér almennt grein fyrir,“ segir Heimir, sem hóf vinnu við verkið síðasta haust.

„Ég fékk hugmyndina að þessu verki á síðasta ári og hóf söfnun á Karolina Fund í kjölfarið. Í desember fór ég og náði í jökulís í verkið. Þær ferðir voru mjög gefandi, ég ákvað að fara á fimm skriðjökla, þeir hopa mjög hratt. Breytingar síðustu tíu ára eru mjög miklar.“

Heimir hefur starfað í nærri áratug við kvikmyndagerð, hljóð og myndvinnslu. „Ég vann hjá Gagarín í níu ár og síðustu ár hef ég starfað mikið við loftslagsmál og jökla og að breyta vatni í tóna. Ég lýsti jöklana upp á vinnustofunni og ferlið var mjög myndrænt og fallett því í ísnum er mikið af loftbólum og ösku.“

Hvernig finnst honum að stíga svona skyndilega fram fyrir stórum hluta þjóðarinnar og kynna verk

**Myndverkam**
Heimis varpað á
Hallgrímskirkju.
FRÉTTABLAÐID/
SIGTRYGGUR ARI**ÞAÐ ER SORGLEGT HVERSU**
HRATT JÖKLARNIR HOPA.**ÞETTA ER AÐ GERAST SVO**
HRATT, MIKLU HRAÐAR EN
FÓLK GERIR SÉR ALMENNT
GREIN FYRIR.

sín? „Það er mjög krefjandi en ég hef gott af því að prófa það og er ánægður með útkomu verksins. Þótt ég hafi starfað á þessum vettvangi í mörg ár, í kvikmyndum og tónlist, þá vissi ég nú ekki alveg hvað ég væri að fara út í.“



Verk Heimis eru smásýn á risavaxið málefni.



VILDARBÖRN ICELANDAIR

Frestur til að sækja um ferðastyrk er til 1. mars

Styrkir verða veittir til barna á aldrinum 6–16 ára

Úthlutað verður úr sjóðnum sumardaginn fyrsta 23. apríl 2020.

Umsækjendur sem hafa ekki fengið úthlutað úr sjóðnum áður ganga fyrir.

Leggðu þitt af mörkum til Vildarbarna með Icelandair

Farðu á www.vildarborn.is og sjáðu hvernig þú getur hjálpað börnum, sem eru langveik eða búa við sérstakar aðstæður, að komast í draumaferðina sína.

+ Umsóknareyðublöð eru á www.vildarborn.is



Vildarbörn Icelandair

ICELANDAIR



100% rafdrifnir Sigurve

Nýr Hyundai IONIQ Stærri rafhlaða og meiri búnaður

Nýr 100% rafdrifinn Hyundai IONIQ er nú frumsýndur í nýju útliti og með ríkulegri búnaði. Ný 38,3 kWh rafhlaða skilar nýjum IONIQ allt að 311 km* á einni hleðslu. Meðal nýjunga er breyttur framendi og LED ljós að framan

og aftan, nýjar álfelgur og 10,25" upplýsingaskjár í mælaborði sem miðlar m.a. rauntímaupplýsingum um rafmagnsnotkun og hleðslu á myndrænan hátt.

Hyundai IONIQ rafmagn
Verð frá 4.790.000 kr.



Veldu rafmagn, veldu stíl

Hyundai er einn fremsti framleiðandi heims á sviði umhverfissvænna bíla. 100% rafdrifnir Hyundai KONA og Hyundai IONIQ hafa slegið í gegn og unnið til fjölda verðlauna fyrir orkunýtingu og drægi og nú frumsýnum við nýjan Hyundai IONIQ með stærri rafhlöðu og enn meira drægi. Komdu á rafbílasýningu Hyundai og upplifðu það nýjasta í ferðamáta framtíðarinnar. Veldu rafmagn, veldu stíl, veldu umhverfissvænan Hyundai með 5 ára ábyrgð.



Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina víðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur. Að auki fylgir öllum Hyundai rafbílum 8 ára eða 160.000 km ábyrgð á aðal rafhlöðu bílsins.

eggarar.

Hyundai KONA Tvær útfærslur, 39 kWh og 64 kWh

Nýr 100% rafdrifinn Hyundai KONA er fyrsti rafdrifni jeplingurinn á markaðnum. Nú er hægt að fá KONA í tveimur gerðum, KONA Comfort 2WD með 39 kWh rafhlöðu og drægi allt að 289 km* eða KONA Premium 2WD með 64

kWh rafhlöðu og drægi allt að 449 km*. Meðal búnaðar í nýjum Hyundai KONA er skynvæddur hraðastillir, sjálfvirk neyðarhæmlun, sjónlínuskjár sem miðlar upplýsingum um hraða ásamt leiðsögn, Krell hljóðkerfi, nýr 10,5" upplýsingaskjár í Premium útfærslu og margt fleira.

Hyundai KONA rafmagn
Verð frá 4.590.000 kr.



Frumskýning í dag frá 12–16
Verið velkomin í kaffi og reynsluakstur



Hyundai | Kaupþúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

Björk
Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Eva María Þórarinsdóttir Lange og Birna Hrönn Björnsdóttir stofnuðu fyrirtækið Pink Iceland fyrir níu árum. Upphaflega hugmyndin var hinsegin ferðaþjónusta en í dag skipuleggur fyrirtækið um 100 til 130 brúðkaup ár hvert. Um er aðallega að ræða svokölluð áfangastaðabrúðkaup þar sem erlendir aðilar ferðast hingað til lands ásamt gestum sínum og blanda saman ferðalagi og hjónavígslu. Meirihluti viðskiptavina er samkynhneigður en sífellt færist í vöxt að gagnkynhneigð þör óski eftir þjónustu þeirra enda líki þeim hugmyndafræðin sem fyrirtækið byggir á.

Fullorðnaðist hratt

„Við kynntumst árið 2007 í gegnum vinkonur okkar eins og típískt er í íslensku samfélagi – ekki sist í hinsegin samfélaginu sem er pínulítið og allir þekkja alla. Ég mundi eftir Birnu, hún var alltaf að DJ-a með vini sínum Erlingi og mér fannst þau voða lítil og krúttleg, þó að það séu aðeins þrjú ár á milli okkar,“ segir Eva María og Birna skýtur inn í: „Það er ekki af því að ég var svo barnaleg heldur af því að þú varst orðin húsmóðir í Hlíðunum 12 ára,“ og skellir upp úr. Eva María hlær að þessari fullyrðingu eiginkonu sinnar: „Ég var búin að kaupa mér íbúð og farin að búa aðeins 19 ára gömul og varð fullorðin mjög hratt.“

Tónlistin leiddi þær saman

Eva María segist hafa verið nýkom-in úr löngu sambandi þegar þær Birna kynntust og ætlunin hafi alls ekki verið að festa sig strax aftur. „Ég reyndi því að berjast gegn því í nokkra mánuði. Ég lét eins og þetta væri bara „fling“ en fólk var fljótt að sjá í gegnum það. Við segjum oft að tónlistin hafi leitt okkur saman enda vorum við báðar að DJ-a með vinum okkar á þessum tíma. Þegar svo vantaði DJ á eitt kvöld Hinsegin daga tókum við tvær það að okkur og þá varð ekki aftur snúið.“ Saman spiluðu þær í átta til níu ár undir nafninu DJ Glimmer og segja tónlist alltaf hafa verið fyrirferðarmikla í þeirra sambandi.

Óttuðust að verða óþolandi

„Við rákum Kaffihúsið Trúnó árið 2011 sem varð til þess að við eignuð-umst rosalega mikið af kunningjum sem flækti málið aðeins þegar kom að því að fara að bjóða í brúðkaup. Gestalistinn var mjög fljótlega kominn upp í 400 manns. Í gegnum Pink Iceland höfum við skipulagt hátt í 600 brúðkaup hér á landi og þekkjum því innviði mjög vel. Við höfðum því áhyggjur af því að ef við höldum klassískt íslenskt brúðkaup í sal hér á landi yrðum við hreinlega óþolandi gestir. Við gætum ekki slakað á og færum að henga okkur í smáatriðin vitandi nákvæmlega hvernig hlutirnir eiga að ganga fyrir sig á hverjum stað,“ útskýrir Eva María. „Það er svo órómantískt og praktískt,“ bætir Birna við.

Þær eru sammála um að það hafi verið léttir fyrir þær að ákveða að gifta sig erlendis auk þess sem gestalistinn hafi minnkað niður í 1/10. Þegar þær ákváðu að brúðkaupið færi fram á Ítalíu settu þær ströng skilyrði fyrir því hverjum yrði boðið og viðurkenna að þótt niðurskurðurinn hafi ekki verið sársaukalaus hafi hann verið lær-dómsríkur.

Strangar gestalista-krítíur

„Við vorum með krítíur sem við fórum í gegnum og settum upp spurningar eins og: „Myndi ég hringja í þessa manneskju ef ég væri döpur og þyrfti að fá einhvern til að hitta mig á kaffihúsi til að spjalla? Myndi mér líða vel með það eða væri það skrítið? Eða myndi ég jafn-vel aldrei gera það? Hvernig hafa samskipti okkar verið í gegnum tíð-



Þær Eva María og Birna Hrönn giftu sig í smábænum Positano á Suður-Ítalíu að viðstöddum sínum nánustu en héldu svo 200 manna veislu í Gamla bíó mánuði síðar. MYND/ KRISTÍN MARÍA

Eitt kvöld er ekkert nóg

Eva María Þórarinsdóttir Lange og Birna Hrönn Björnsdóttir vissu hvað þær vildu þegar kom að brúðkaupum þeirra sjálfra síðasta vetur, enda koma þær að skipu-lagningu um 130 brúðkaupa ár hvert.

ina og langar mig að hafa viðkom-andi í lífi mínu í framtíðinni? Svona fórum við í gegnum gestahópin.“ Niðurskurðurinn var harður og til að mynda var mökum nánustu vina þeirra ekki boðið. „Jafnvel þó

að í mörgum tilfellum þekkjum við þá nánast jafn vel og vinina. Ég er til dæmis í æskuvinkvennahópi og hef þekkt maka þeirra í 20 ár eða jafn-vel lengur. Það var alveg þínu erfitt að tilkynna að aðeins konunum



**OKKUR LANGAÐI ÞVÍ
AÐ FÁ AÐ GERA ÞETTA
FYRIR OKKAR FÓLK.
OG ÞAÐ RÆTTIST SVO
SANNARLEGA OG SINNUM
HUNDRAÐ.**

Birna Hrönn

væri boðið,“ segir Eva María en til að vikulöng ferðin á þrjá áfangastaði gengi upp mátti hópurinn ekki vera of stór. „Vinkonur mínar eiga sem betur fer þannig maka að allir tóku vel í þetta og þeir voru eftir hér með börnin.“

Birna sem þarf að yfirgefa okkur til að fara að hitta tilvonandi brúð-

hjón fyrir athöfn daginn eftir skýtur inn í: „Við erum líka búnar að fylgjast með því í átta ár hvernig upp-lifun það er að halda svona áfangastaðabrúðkaup og hvað það gefur hópnum mikið. Okkur langaði því að fá að gera þetta fyrir okkar fólk. Og það rættist svo sannarlega og sinnum hundrað,“ segir hún áður en hún kveður.

Alin upp á Ítalíu

Ítalíuferðin var sjö daga löng og skipulöð af brúðhjonunum. „Gest-irnir vissu því ekki alveg hvað þeir voru að fara út í en við fengum góð verð miðað við hversu mikil lúxus upplifun þetta var.“ Ferðin hófst í Róm þar sem gíst var í tvær nætur, þaðan lá svo leiðin til Napólí þar sem gíst var aðrar tvær og síðustu dagarnir voru í strandbænum Positano skammt frá. Þar höfðu þær Eva María og Birna leigt villu undir gestina og aðalviðburðinn, brúðkaupið sjálft.

Þegar Íslendingar velja sér áfangastað á Ítalíu er Napólí og svæðið þar í kring kannski ekki fyrsti valkostur en Eva María og Birna höfðu sínar

Við sameinumst undir einu heiti

Embætti ríkisskattstjóra og tollstjóra
sameinuðust þann 1. janúar 2020 undir
heitinu **Skatturinn**.

Markmið sameiningarinnar er bætt
þjónusta við almenning og atvinnulífið.

Afgreiðslustaðir á höfuðborgarsvæðinu
verða áfram á Laugavegi 166 vegna
almennta skatta og fyrirtækjaskrár og í
Tryggvagötu 19 vegna tollamála og
innheimtumála á höfuðborgarsvæðinu.



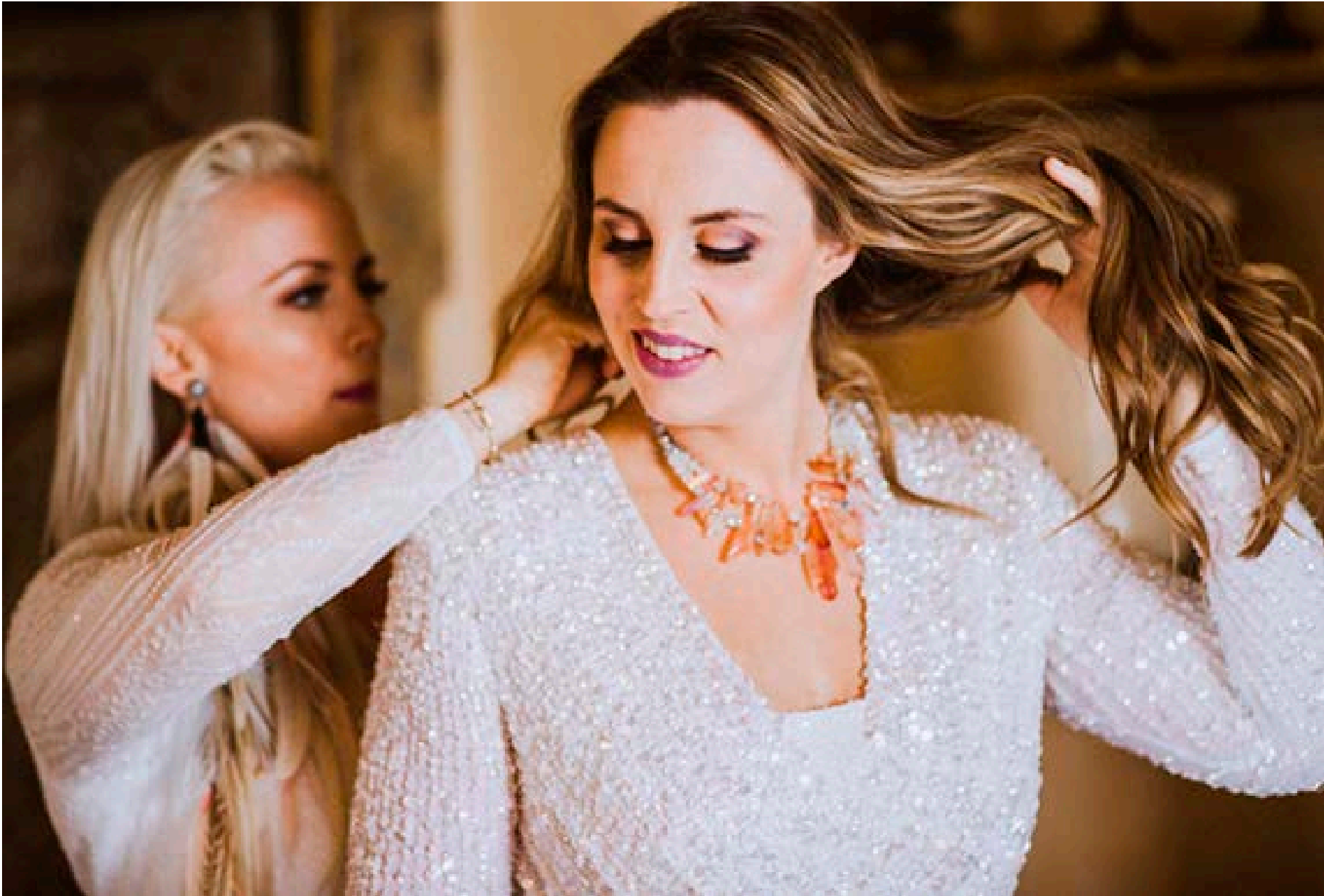
Skatturinn

Skatta- og innheimtumál

442 1000
rsk@rsk.is

Tollamál

560 0300
upplysingar@tollur.is



Eva María og Birna Hrönn stofnuðu Pink Iceland fyrir níu árum og hafa skipulagt um 600 brúðkaup á þeim tíma. MYND/JULIETTE ROWLAND

ástæður fyrir valinu. „Ég er alin upp frá 8 ára til 15 ára aldurs á þessu svæði og hef margoft heimsótt Positano og saman höfum við Birna dvalið þar þrisvar. „Við höfðum alltaf hugsað um það hversu geggiður staður þetta væri til að gifta sig á.“

En aftur á móti er þessi strandbær ekki sá praktiskasti fyrir stórveislu, þorpið er byggt í miklum bratta og því þurfti að hafa mikið fyrir því að flytja þangað vistir og farangur. „Við þurftum að ráða menn í að bera allt okkar upp 250 prep í hvert sinn. En þó að þetta hafi ekki endilega verið praktiskasti staðurinn varð upplifunin persónulegri fyrir vikið og við fórum með fólkið okkar á okkar uppáhaldsstaði og leyfðum því til dæmis að smakka götumat í Napóli. Napóli er frekar framandi fyrir Íslendinga en ég tala ítölsku og meira að segja mállýsku þeirra svo það hjálpaði verulega til.“

Falleg vinatengsl mynduðust
Eva María leggur áherslu á að eftir 13 ára samband hafi þær Birnu langað að gera eitthvað virkilega spennandi með fólkinu sínu. Hópurinn sem fagnaði á Ítalíu taldi tæplega 50 nánustu fjölskyldumeðlimi og vini brúðhjónanna. Ekki þekktust allir innbyrðis fyrir ferðina og segir Eva María það vissulega hafa verið vissa áhættu. „Ég vissi til dæmis ekki hvort saumaklúbburinn minn myndi passa við alla strákavinina okkar. En þau urðu bara bestu vinir. Allt sem okkur dreymdi um að myndi gerast gerðist og þarna átti sér stað tengslamyndun á svo fallegan og hreinskilinn máta.

Eins og um daginn þá hitti Jóhannes, bróðir minn, Elsu, hjúkkuvinkonu Birnu, á förnum vegi og þau féllust í faðma. Það mynduðust ótrúlega skemmtileg vinatengsl í þessari ferð.“

Þær Eva María og Birna höfðu unnið góða undirbúningsvinnu í alla staði og til að mynda buðu þær öllum gestum í matarboð heim til sín fyrir ferðina. „Það var auðvitað boðið upp á ítalskan mat og



ÉG HEYRÐI FÓLK TALA SÍN Á MILLI OG SPYRJA SPURN- INGA EINS OG „HVAR ER BRÚÐGUMINN?“

Eva María

við grínuðumst með að þetta væri eins konar Úrval Útsýn undirbúningsfundur. Við sögðum gestunum okkar að þeim væri boðið þar sem þeir væru mikilvægasta fólkið í lífi okkar.“

200 manna dragveisla á Íslandi
Eins og fyrr segir eru þær Eva María og Birna vinmargar auk þess sem ekki gátu allir þeir sem þær hefðu viljað taka með sér til Ítalíu lagt í slíkt ferðalag. Því varð úr að halda veislu hér á landi mánuði eftir Ítalíuferðina. „Þá fórum við allt aðra leið og leigðum Gamla bíó undir 200 manna brúðkaupsveislu sem þó var gjörólik því sem Íslendingar eiga að venjast. Þema veislunnar var Drag – Royal – Glimmer en allt þetta tengir okkur á ólíkan hátt.“

Hannes Pálsson, vinur brúðhjónanna og meðeigandi þeirra í Pink Iceland, gaf þær saman í báðum athöfnum. „Hér heima var hann í dragi sem Sigyn Fish ásamt öðrum hvorum gesti. Sjálfar vorum við í sömu brúðarkjólunum en bættum einfaldlega á okkur skrauti.“

Athöfnin fór fram á staðnum og var með óhefðbundnu sniði, vinir og fjölskylda héldu stuttar ræður í athöfninni og brúðirnar fóru með heit hvor til annarrar eins og tíðkast í bandarískum brúðkaupum. „Þetta voru virkilega ólíkir atburðir þó svo að innihaldið væri að miklu leyti það sama. Þessi veisla var meira

partí en veislan á Ítalíu, en þó svo stútfull af ást og einlægni.“

Enduðu allir eins og jólakúlor
Eva María segir veisluna hér heima hafa komið sér skemmtilega á óvart þegar hún tengdi saman ólíka hópa. „Við erum öll föst í okkar eigin félagslegu búbblum. Það var gaman að heyra fullorðna gagnkynhneigða karlmenn segja frá því eftir á hversu merkilegt þeim fannst að sjá fúl-skeggjaða menn í dragi að vera fabjúlöss og skemmta sér vel. Ég held að þessir karlkyns vinir okkar hafi ekkert endilega upplifað slíkt áður og þeir töluðu um að þeir hefðu aldrei upplifað sig eins frjálsa.“ Sem dæmi um það bendir Eva María á að gagnkynhneigðir karlkyns gestir hafi ekki síður notast við glimmer fördunarstöðina sem þær létu setja upp í salnum. „Þeir enduðu allir eins og jólakúlor,“ segir hún og hlær.

„Þetta er í takti við það sem við sköpum hjá Pink Iceland. Við erum alltaf að minna okkar pör á að þau þurfi ekki að vera föst í hefðum. Við erum mikið með Bandaríkjamenn en þar eru afskipti fjölskyldunnar mikil og við segjum fólki: „Gleymið öllu sem þið hafið lært. Þetta þarf ekki að vera eins og þið hafið séð það.“

Hvar er brúðguminn?

Eva María hefur undanfarið verið beðin að halda fyrirlestra um starfsemi Pink Iceland víða um heim. „Ég hef sagt frá hinsegin brúðkaupum, ævintýrabrúðkaupum og eins flokkast okkar þjónusta undir umhvefisvænni brúðkaup. Á dögumum var ég beðin að tala um hinsegin málefni í Dúbaí en þar þurftum við sérstaka vernd vegna umræðuefnisins. Þó að þetta séu hænuskref þá eru þau ánægjuleg og í rétta átt og frábært að við séum einhvers konar fyrirmynd í þessum málefnum.

Þetta er í raun ástæðan fyrir því að við stofnuðum þetta fyrirtæki – til að búa til vettvang fyrir hinsegin fólk þar sem það getur verið það sjálft og líðið vel.“



ALLT SEM OKKUR DREYMDI UM AÐ MYNDI GERAST GERÐIST OG ÞARNA ÁTTI SÉR STAÐ TENGLAMYND- UN Á SVO FALLEGAN OG HREINSKILINN MÁTA.

Eva María

Talið berst að fordómum og viðurkennir Eva María að það hafi verið viss áskorun að halda samkynhneigt brúðkaup á Suður-Ítalíu. „Ég heyrði fólk tala sín á milli og spyrja spurninga eins og: „Hvar er brúðguminn?“ Fólk áttaði sig auðvitað ekki á því að ég ljóshærða talaði ítölsku og skildi allt sem það var að segja um okkur, svo ég svaraði að það væri enginn brúðgumi. Ég var ákveðin í að vera jákvæð allan tímann en skjóta samt þegar ég heyrði eitthvað misjafnt. Planta litlum fræjum hér og þar.“

Íslensk brúðkaup erlendis

Pink Iceland er nú með í undirbúningi nokkur brúðkaup Íslendinga erlendis, á Spáni og í Marrakesh. „Þar eru sömu áherslur og við erum með, að skapa minningar með sínum nánustu. Leggja áherslu á það sem mestu máli skiptir. Brúðkaup eru oft svo mikið að þjóna hefðum, gestum og fjölskyldum. Eins og það að verða að bjóða öllu frændfólkinu sem er oft bara ómögulegt.

Sjálf vildi ég ekki hafa brúðkaupsdaginn minn þannig að ég næði aðeins að tala við tíu prósent gestanna minna. Þessi ferð skapaði tíma með öllum – eitt kvöld er ekkert nóg,“ segir Eva María og hlær.

„Ástin dettur ekki úr tísku og því er þetta finnrans til að velja sér.“ Í dag starfa níu manns hjá Pink Iceland og þar af eru sex alfarið í brúðkaupsskipulagningu svo heyra má að það er stór hluti rekstursins.

„Það er orðið töluvert af gagnkynhneigðum pörum sem leita til okkar en þau eru að sækja í þessa hugmyndafræði og lífsviðhorf sem við höldum á lofti.“ Eva María hlær að viðsnúningnum þegar gagnkynhneigt fólk spyr hvort það megi versla við fyrirtækið, eitthvað sem hinsegin fólk kannast við og hefur upplifað.

Mikilvægasti dagur lífsins

Það er sífellt að verða vinsælla hjá Íslendingum að gifta sig erlendis en Eva María segir okkur svolítið sein til enda hafi svokölluð áfangastaða-brúðkaup verið vinsæl lengi annars staðar. „Það er ótrúlega gefandi að búa til einstakar upplifanir fyrir fólk.“ Aðspurð um kostnaðarhlíðina segir Eva María hana auðvitað stjórnað af áfangastað og fleiru.

„Þetta er auðvitað dýrt, kannski sérlega fyrir Íslendinga sem virðast alltaf þekkja einhvern sem getur reddað einhverjum dílum hér heima. En ef þetta er mikilvægasti dagur lífs þíns – af hverju ekki fjárfesta aðeins í honum?“

Eva María segir fólk sem er að gifta sig í annað sinn sækja töluvert í þjónustu þeirra. „Þetta er fólk sem er kannski með slæma reynslu af miklu stressi og að hafa ekki notið sín. Fólk vill líka gera eitthvað allt annað en það hefur gerst áður. Ég hef heyrt setningar á við: „Ég var ung og vitlaus og átti að gera þetta svona.““

Eva María og Birna afþökkuðu allar gjafir en bentu þeim sem vildu láta eitthvað af hendi rakna á að leggja inn á umhverfissjóð sem þær stofnuðu. „Nú í vor ætlum við svo að bjóða öllum gestum brúðkaupanna að koma með okkur og planta trjáum fyrir söfnunarfjárhæðina. Það verður þá eins konar uppskeruhátið. Það eiga þá allir sitt tré og eftir 20 til 30 ár getum við vonandi heimsótt heilan skóg.“



LAUGARDAGUR 8. FEBRÚAR 2020

Helgin

100% HREINT
KOLLAGEN
FYRIR ANDLITIÐFæst í flestum apótekum, heilsuhúsum,
www.lyfja.is og www.heilsanheim.isGóður svefn er
mikilvægur!HVERNIG
SVAFAST ÞÚ?

Anton Sveinn McKee segist afar tilfinningaríkur. Hann undirbýr sig nú fyrir Ólympíuleikana í Bandaríkjunum en saknar alltaf Íslands. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Lítill tími fyrir ástina

Hafnfirski sundkappinn Anton Sveinn McKee er á leið á Ólympíuleikana. Hann syndir gleðinnar vegna og elskar íslenskt KFC og ævintýramyndir.

Þórdís Lilja
Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Ég hef augun frá pabba,“ segir sundkappinn Anton Sveinn McKee, sem brætt hefur marga með geislandi augum og fallegu, sterku svipmóti þegar sundafrek hans hafa ratað í íþróttافرrettir.

Hann hlær að því að hann sé myndarlegur. „Nei, ég hef ekki enn

fengið tilboð um að gerast fyrir-sæta en slíkt starf gæti kannski orðið til þess að fjármagna sundferilinn sem kostar sitt!“ segir hann og skellir upp úr, svolítið feiminn.

„Ég er tilfinningaríkur og reyni alltaf að hafa gaman af lífinu. Mitt mottó er því klárlega að lífið er núna,“ segir Anton Sveinn.

Amerískur að einum fjórða

McKee er bandarískt ættarnafn.

„Eftirnafnið McKee kemur

frá föður mínum, Róberti Ólafi Grétari McKee, sem er hálfur Bandaríkjamaður. Ég er því einn fjórði Kani en eins íslenskur og ég get orðið, innfæddur Gaflari, fæddur og uppalinn í Hafnarfirði og nú kominn aftur í Sundfélag Hafnarfjarðar þar sem sundferillinn hófst,“ segir Anton.

Hann segir sundið vera rauðan þráð í sínu lífi.

„Ég fékk fljótt ást á vatni og sundi og á fermingarboðskortinu mínu mátti sjá mynd af mér skæl-

brosandi á bólakafi í ungbarناسundi. Pabbi og mamma mín, Helga Margrét Sveinsdóttir, fóru og fara enn daglega í sund og ég fékk alltaf að fljóta með, en byrjaði að æfa með Sundfélagi Hafnarfjarðar á sjötta árinu,“ segir Anton og hugsar hlýtt til fyrstu áranna í sundi.

„Það er skondið þegar maður flækir lífið fyrir sér á fullorðinsaldri hversu gott og gaman er að

Framhald á síðu 2 ➔

Framhald af forsiðu ➔

hugsa til baka og ylja sér við minningarnar þegar maður tók þátt í sundsýningum til að sýna mömmu og pabba hvað maður hafði lært í sundi en klessti á bakkann og línuna en hafði störgaman af því öllu í stað þess að stressa sig yfir tímatökum eða tæknimistökum,“ segir Anton, sem æfði líka fótbolta, frjálsar íþróttir og tafl á upp-vaxtarárunum.

„Ég var í öllu sem mér þótti skemmtilegt en sundið varð alltaf ofan á. Pabbi, sem var mikið í frjálsum á sínum tíma, hefur alltaf hvatt mig til að vera í íþróttum. Ég hef keppnissskapið frá bæði honum og mömmu og það er hart tekist á þegar spilað er heima og ekkert gefið eftir, hvort sem það eru borðspil eða Hornafjarðar-Manni,“ segir Anton, sem nýtur hvernar stundar í faðmi foreldra sinna og tveggja systkina þegar hann kemur heim til Íslands.

„Ég sakna fjölskyldunnar mikið þegar ég er úti og hún mun alltaf kalla á mig heim. Við njótum þess að vera saman og ég reyni að vera eins mikið með mínum nánustu og ég get. Það hefur fengið meira vægi með auknum aldri og þroska: maður áttar sig á hvað er mikil-vægast í lífinu.“

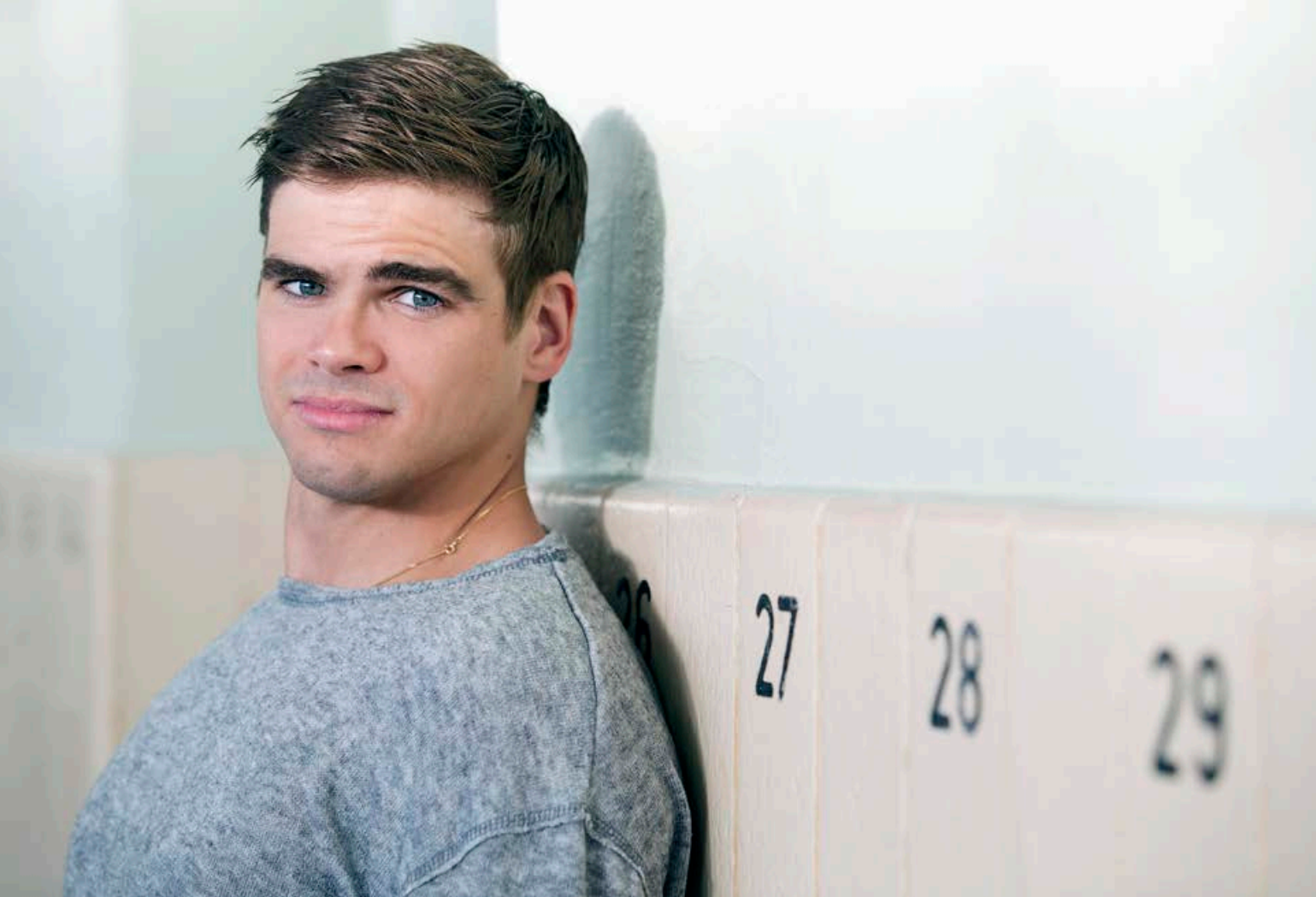
Fékk upp í kok af sundinu

Anton Sveinn býr nú í Bandaríkjunum þar sem hann undirbýr sig fyrir þátttöku í Ólympíuleikunum en enn sem komið er er hann eini Íslendingurinn sem kominn er með þátttöku-rétt á leikunum sem fara fram í Tókýó í sumar.

„Sundferillinn hefur verið eins og annað í lífinu, maður tekur eitt skref í einu. Mér fannst ég taka risavaxið skref þegar ég varð aldursflokkameistari í fyrsta sinn og enn stærra skref þegar ég varð Íslandsmeistari í fyrsta sinn. Svo setur maður markið hærra og þegar ég fór að æfa með Jackie Pellerin, þáverandi yfirþjálfara í Ægi, hvatti hann mig til að setja mér háleit markmið því þá ætti ég möguleika á að komast á Ólympíuleikana. Mér fannst það ekki endilega raunhæft en það er magnað hvað getur gerst þegar maður setur traust sitt á aðra og treystir því að útkoman verði góð. Ég hafði tvö tímabil til að æfa mig og trúði ekki að ég ætti möguleika því þetta var langsótt þegar maður skoðar tímana mína á þessum tíma. En sem betur fer urðu góðar bætingar og ég náði á mína fyrstu Ólympíuleika árið 2012. Það gaf mér sjálfs-traust og ég fann að ég var á réttum stað,“ segir Anton Sveinn.

Hann segist þakklátur fyrir tækifærin sem honum hafa hlotnast í gegnum sundið. „Ég var heppinn að fá skólastyrk til náms við háskólann í Alabama, sem er mjög góður sundskóli. Þar lærði ég upplýsingatæknifræði og eftir útskrift réði ég mig til starfa við fyrirtækjaráðgjöf á tæknisviði Ernst & Young í Boston. Það var áhugaverð reynsla og gaf mér góða innsýn í bandaríska vinnumarkaðinn, sem er á svo miklu stærri skala en hér heima, og vikulega var flogið með mann í verkefni með stórum ráðgjafarteymum víðs vegar um Bandaríkin,“ upplýsir Anton Sveinn, sem eftir sjö mánuði í starfi upplifði mikla togstreitu gagnvart sundinu.

„Þessi tími reyndi mikið á tilfinninga- og sálarlíf mitt. Ég hafði árin á undan æft og keppt fyrir háskólaliðið, þar sem var mikil pressa að ná sem bestum árangri fyrir liðið, en smám saman týndi ég ástinni á sundinu og var síðasta árið óhamingjusamur í sundinu



Anton Sveinn segist hafa lært að hann sé svo miklu meira en íþróttin sem hann iðkar og er því hættur að taka því inn á sig ef illa gengur. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

“Ég ræð ekki hversu hratt aðrir synda né í hvaða sætum þeir lenda. Ég ræð bara hversu hratt ég syndi. Þar liggja mín markmið og ég hef mjög háleit markmið um að standa mig vel. Ég mun ekkert gefa eftir.

og kominn með upp í kok af því. Ég taldi mig því tilbúinn til að hætta í sundinu, en það liðu ekki nema sjö mánuðir þangað til mig var farið að kitla að byrja aftur,“ segir Anton Sveinn, sem eftir tvö ár í starfi hjá Ernst & Young ákvað að gefa upp vinnudrauminn í bili og eltast við sunddrauminn.

Einblínir á hamingjuna

Eftir sjö mánaða sundpásu ákvað Anton Sveinn að hefja sundæfingar að nýju en nú fyrir sjálfan sig. „Undir eins fann ég hvernig ég virkilega naut þess að æfa og keppa á svona háu sviði. Ég vann langa vinnudaga sem voru ekki til þess gerðir að ná hámarksárangri í íþróttum en samt bætti ég mig meira og komst inn á Ólympíuleikana. Það þótti mér óraunhæft í byrjun en með þessum nýju áherslum; að hafa gaman af sundinu, njóta þess að synda og líta á það sem forréttindi, hefur árangurinn fylgt í kjölfarið. Árangur sem fylgir því að einblína á hamingju, ánægju og það að hafa gaman af í stað þess að einblína á það eitt að ná góðum árangri og að þá komi hamingjan. Ég er að átta mig á þessu frekar seint á sundferlinum en ég er mjög glaður að geta horft á þetta svona í dag,“ segir Anton Sveinn.

Hann varð 26 ára í desember. „Fyrir tíu, fimmtán árum hefði ég þótt orðinn gamall en þetta hefur breyst mikið á undanförnum árum og sundmenn sem keppa á

stórmótum í dag og ná þar sínum besta árangri eru að verða æ eldri. Þetta snýst ekki um aldur heldur hvenær maður er í sínu besta líkamsformi og ég hef aldrei verið í betra líkamsformi en nú. Ég veit að ég á helling inni í bankanum og er spenntur að taka það út,“ segir Anton Sveinn, sem gerir sér vonir um að ná eins langt og hann kemst á Ólympíuleikunum.

„Um leið og maður fer að setja sér markmið um að ná ákveðnum sætum setur maður markmiðin í hendur annarra. Ég ræð ekki hversu hratt aðrir synda né í hvaða sætum þeir lenda. Ég ræð bara hversu hratt ég mun synda, þar liggja mín markmið og ég hef mjög háleit markmið um að standa mig vel. Svo verðum við bara að sjá hversu langt þau munu fleyta mér þegar kemur að því að keppa. Ólympíuleikarnir eru stærsta íþróttakeppni heims, samkeppnin þar er gífurlega hörð og ekkert er gefið eftir og það mun ég ekki heldur gera,“ segir Anton Sveinn, hvergi banginn að takast á við þá bestu.

„Í gamla daga leið mér þannig að ég hefði engan séns í að keppa við þessa risa en viðhorfsbreytingin sem hefur orðið hjá mér í sundinu hefur breytt þessu. Ég lit svo á að ég sé að keppa á móti sjálfum mér og hef gaman af. Það eru auðvitað forréttindi að keppa á móti bestu sundmönnum heims og ég mun virkilega njóta þess að fá að taka þátt. Af öllum þeim mótum sem ég hef farið á man ég aldrei eftir tímunum sem ég synti á eða í hvaða sæti ég lenti; ég man bara hvað var gaman á mótinu. Þetta viðhorf tekur af mér alla pressu, lætur mig synda mitt sund og njóta þess í botn því um leið og athyglin fer á einhvern annan getur virkilega eitthvað farið úrskeiðis,“ segir Anton Sveinn.

Hann er stoltur af því að synda fyrir Íslands hönd. „Ég vil vitaskuld ná eins langt og ég mögulega get fyrir þjóð mína. Það eru forréttindi að vera sendiboði Íslands og draumurinn að geta sungið þjóðsönginn á verðlaunapöllum.“

Mikilvægast að hafa gaman

Anton Sveinn hefur lítinn tíma fyrir önnur áhugamál en sundið. Hann býr nú í Blacksburg á háskolasvæðinu við Virginia Tech-háskólann þar sem sundþjálfarinn hans æfir skólaliðið og nokkra atvinnusundmenn.

„Ég æfi ellefu sinnum í viku, þar af átta til níu sinnum í lauginni og svo lyftingar þrisvar í viku. Eftir að ég tók það skref að helga líf mitt sundinu hef ég áttað mig á hversu gífurlega mikilvægur andlegi hlutinn er og endurheimt. Þetta snýst ekki bara um tímann sem eytt er í lauginni heldur líka hvernig maður notar tímann þegar maður er ekki í lauginni. Að maður undirbúi sig andlega, sé alltaf tilbúinn í næstu æfingu, gefi sig 100 prósent, auki gæðin á hverri æfingu og endurhlaðist. Allt er það stærra batteri en ég gerði mér grein fyrir áður en ég fór út í það,“ segir Anton Sveinn, sem sinnir andlegu hliðinni hjá íþróttasálfræðingnum Hafrúnu Kristjánsdóttur.

„Hafrún hefur kennt mér mikið á lífið og hvernig ég á að haga mér í þessum aðstæðum. Það er skemmtilegt lærdómsferli.“

Fyrirmynd Antons Sveins í sundinu var Örn Arnarson í gamla daga en nú er það þjálfarinn hans, Spánverjinn Sergio Lopez.

„Sergio er sannkallaður lærifaðir og hefur kennt mér svo miklu meira en sund, líka um lífið og það allra mikilvægasta, að hafa gaman af sundinu. Hann vann sjálfur til verðlauna á Ólympíuleikunum og hefur þjálfað marga Ólympíumeistara í sundi, er gífurlega reynslumikill og algjört náttúrubarn í sundi. Það eru forréttindi að fá að vera á bakkanum með Sergio og meðtaka viskuna sem hann útteilir þar,“ segir Anton Sveinn.

Planið er að fara í MBA-meistaranám innan tveggja ára í Bandaríkjunum en framtíðina sér Anton Sveinn á Íslandi.

„Ég lit á mig sem afreksmann í íþróttum frekar en atvinnumann því að vera atvinnumaður er fyrir mér að þiggja laun fyrir en það er ekki þannig. Sundinu fylgir mikill

fórnarkostnaður því ég gæti verið í fullri vinnu og unnið mér inn réttindi í lífeyris- og eftirlaunasjóðum en það sýnir hvað sundið er mér mikilvægt og ég er ekki tilbúinn að gefa sundferilinn á bátinn þrátt fyrir að erfiða fjárhagslega. Ég fæ afreksstyrki í gegnum Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands til að mæta kostnaði en gæti þetta ekki án þess stuðnings,“ segir Anton Sveinn.

Hann segist hættur að taka það inn á sig ef illa gengur. „Það er auðvitað eðlilegt að vera ósáttur ef maður uppsker ekki eins og maður sáði eftir mikinn tíma, orku og áreynslu en ég get ekki dæmt mig eða búið til persónulegt álit eftir því hvernig mér gengur í sundinu. Ég hef þvert á móti lært að þegar gengur bæði vel og illa að ég er svo miklu meira en íþróttin sem ég iðka. Ég er sonur, bróðir, vinur og svo margt fleira sem hefur meira vægi í lífinu.“

Einhleypur eins og er

Í fritíðum þykir Antoni Sveini best að vera með fjölskyldu og vinum, slaka á og hafa það skemmtilegt. „Ég hef gaman af því að detta í góða sjónvarpsþætti og er mikill aðdáandi Breaking Bad. Ég heillast líka af óraunverulegum heimi ævintýra og drama og horfði sem límdur á Game of Thrones, eða allt þar til þeir ákváðu að klúðra öllu í lok síðustu seríunnar,“ upplýsir Anton Sveinn, sem fer líka rakleiðis á KFC þegar hann kemur heim til Íslands.

„Það er bara staðreynd að það er ekki til betri KFC-staður í heiminum en KFC á Íslandi. Ég hef búið og ferðast vítt og breitt um Bandaríkin og upplifað þvilík vonbrigði því gæðin eru ekki þau sömu. Því kem ég ekki heim án þess að koma við á KFC og leyfi mér það hressilega með fötu af hot wings og fötu af kjúklingalundum; það er ekki til neitt betra,“ segir Anton Sveinn og hlær.

Hann er einhleypur. „Já, eins og er. Það er erfitt að púsla öllu saman þegar svona mikill tími fer í sundið og því lítill tími afgangsfyrir ástina.“

Helst í kjörþyngd og laus við löngun í sykur og gosdrykki

Bio-Kult Candéa er blanda af góðgerlum, hvítlauk og Grape Seed Extract sem hefur góð áhrif á meltinguna og hjálpar til við að draga úr áhrifum og vexti candida svepps.

Candida albicans er svokall-
aður tækifærissveppur (sem
er ákveðið form af geri) og
er hann í litlum mæli í munni
og þörmum til að aðstoða við
meltingu. Hann er í raun eðlilegur
hluti af hópi þeirra örvera sem lifa
í meltingarveginum en ef þessi
sveppur fær að vaxa óhindrað
verður hann orsök fjölda óæski-
legra einkenna eins og t.d. þreytu,
liðverkja, loftmyndunar, þyngd-
araukningar og löngun í sykrud
matvæli og drykki getur eykst.

Hvernig er þín þarmaflóra samsett?

Afar mikilvægt er að þarmaflóran
okkar sé heilbrigð og í jafnvægi
en það er stundum hægara sagt
en gert því það er svo margt í
núttímasamfélaginu sem hefur
áhrif þar á og kemur á ójafnvægi
í þörmunum. Þar ber helst að
nefna sýklalyf, óreglulegan svefn,
streitu, mikla kaffi- og áfengis-
neyslu og að sjálfsöðgu neyslu
sykurs og einfaldr kolvetna. Ef
það verður ójafnvægi í þarma-
flórunni og það dregur úr vexti
heilbrigðra bakteria myndast
kjöraðstæður fyrir þær óæskilegu
og er candidasveppurinn þá ofar-
lega á blaði. Ef hann fær að vaxa
óhindrað veldur hann oft miklum
usla og einkennin leyndu sér ekki.
Þau geta t.d. verið:

- Meltingartruflanir
- Uppþemba
- Óeðlilegar hægðir
- Húðvandamál
- Sveppasýkingar
(sérstaklega hjá konum)
- Tímabundið ofnæmi
- Hugsanlegt þunglyndi

Sveppur sem elskar sykur

Candida sveppurinn elskar sykur
og nærast og dafnar vel þegar
svoeðis er í boði. Hann ýtir því
líka undir löngun í sætindi og
eiga margir erfitt með að kljást
við þann þúka. Mikill ofvöxtur
á candida albicans getur valdið
því að þarmaveggirnir veikjast
og verða gegndræpir (leaky gut/



„Í dag hefur gosið að mestu fokið og engin löngun er til staðar í slíkt lengur,“ segir Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir.

gegndræpur ristill) og þá er
ástandið orðið alvarlegt þar sem
óæskileg efni geta náð að leka úr
þörmunum út í líkamann.

Góðir gerlar og breytt mataræði

Það er vel hægt að ráða niður-
lögum candida sveppsins og
það fyrsta sem þarf að gera er að
útiloka allan sykur úr fæðunni.
Það þýðir að við sleppum sælgæti,
kökum, hveiti og áfengi. Einn-
ig skal draga úr neyslu á korni,
baunum, ávöxtum, brauði, pasta
og kartöflum, en það mun hindra
vöxt sveppsins og á endanum
hjálpa til við að koma á jafnvægi.
Einnig er mikilvægt að sleppa
neyslu á gerjuðum matvælum



Ég hef einnig náð
að halda mér í
kjörþyngd og þakka ég
það daglegri inntöku
Bio-Kult Candéa sem fær
að ferðast með mér allt
sem ég fer og útblásni
maginn gerir sjaldan
vart við sig í dag ef ég
gæti mín á salti og sykri.

Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir,
56 ára og 5 barna móðir.

eins og t.d. súrkáli því þó svo að
það sé gott og örvi vöxt bakteria í
þarmaflórunni, þá örvar það líka
óæskilegar bakteríur. Til þess að
verði sé að vinna heilshugar að
því að drepa gersveppinn og koma
jafnvægi á þarmaflóruna er best
að taka inn góða mjólkursýru-
gerla því það þarf að styðja við
framleiðslu á góðum bakteríum á
sama tíma og við drögum úr vexti
þeirra „vöndu“.

Bio-Kult Candéa er lausnir

Bio-Kult Candéa inniheldur
öfluga blöndu af vinveittum
gerlum ásamt hvítlauk og Gra-
pefruit Seed Extract (GSE) sem
hafa góð áhrif á meltinguna og
hjálpa til við að drepa niður
candida albicans gersveppinn.
Fyrir utan að innihalda sjö mis-
munandi gerlastrengi sem byggja
upp vinveittu þarmaflóruna er
þarna hvítlaukur sem er gríðar-

lega öflugur við að drepa niður
gerjun og trufla virkni sveppsins
og GSE sem er þykkni, gert úr
kjörnum greipávaxta. GSE inni-
heldur efnasambönd sem eru afar
virk gegn fjölmörgum tegundum
bakteria, veira og sveppa og hafa
langvarandi sveppasýkingar (af
völdum candida albicans) verði
meðhöndlaðar með þessu efni.

Uppþemban hætti og sykur- löngun minnkað til muna!

Inntaka á Bio-Kult Candéa hefur
reynst fjölmörgum afar vel og er
Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir
ein þeirra:

„Í mörg ár fann ég fyrir óþæg-
indum í maga. Ég upplifði það
yfirleitt þegar liða tók á daginn
að ég yrði sífellt uppblásari um
magann og sér í lagi efri hluta
hans þannig að ég taldi líklegt að
um óþol væri að ræða. Mér var
bent á Bio-Kult Candéa hylkin og
ákvað að það sakaði ekki að prófa.
Þegar ég hafði tekið staðfastlega
tvö hylki daglega með stærstu
máltíð dagsins í tvo mánuði fór
ég að finna mun. Ég hafði í mörg
ár verið afar hrifin af ákveðnum
gosdrykk og hann varð hrein-
lega að vera til í ísskápnum. Eftir
þessa tvo mánuði fór ég að finna
minnkandi löngun í hann sem og
aðra sykraða gosdrykki og hefur
vatnsdrykkja aukist að sama
skapi. Í dag hefur gosið að mestu
fokið og engin löngun til staðar í
slíkt lengur. Ég hef einnig náð að
halda mér í kjörþyngd og þakka
ég það daglegri inntöku Bio-Kult
Candéa sem fær að ferðast með
mér allt sem ég fer og útblásni
maginn gerir sjaldan vart við sig í
dag ef ég gæti mín á salti og sykri.“

Bio Kult Candéa er öruggt og
hentar vel fyrir alla, einnig barns-
hafandi konur, mjólkandi mæður
og börn. Pakkinn inniheldur 60
hylki og ef um fyrirbyggjandi
meðferð er að ræða, duga 2 hylki
á dag (1 hylki tvisvar á dag). Ef
Candida sýkingin hefur þegar
blossað upp þá er í lagi að taka 2
hylki tvisvar á dag.

Er hárið farið að þynnast?



Fæst í
apótekum
heilsubúðum og
heilsuhillum
verslana



Það eru miklir listamenn sem koma fram í Salnum á Valentínusardag. Frá vinstri: Íris Dögg Gisladóttir, fiðla, Sigrún Harðardóttir, fiðla, Lilja Eggertsdóttir, pianó, Ásdís Hildur Runólfssdóttir, víola, Þór Breiðfjörð, söngur, Catherine Maria Stankiewicz, selló, Snorri Sigurðarson, trompet og flygilhorn, Jón Rafnsson, kontrabassi, og Þorvaldur Halldórsson, trommur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Blússandi rómantík með ástarsöngvum í Salnum

Valentínusardagurinn lendir á föstudegi að þessu sinni. Það er sannarlega ástæða til að gleðjast yfir rómantískri tónlist, freyðivíni og konfektí þann dag. Þór Breiðfjörð og einvala lið tónlistarmanna ætla að skapa þá stemningu.



NÝJAR VÖRUR VOR 2020

NETVERSLUN WWW.BELLADONNA.IS

Verslunin Belladonna

belladonna



Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Elín
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Valentínusardeginum, degi elskenda, verður fagnað með alþekktum, rómantískum dægurlögum í Salnum í Kópavogi á föstudag. Lögin eru sérstaklega valin fyrir þessa uppkomu. Ný hljómsveit, Íslenska galasveitin, sem er skipuð níu valinkunnum tónlistarmönnum, leikur undir þegar Þór Breiðfjörð flytur rómantísk lög af hinum svokölluðu „American Songbook“-plötum Rod Stewart, tónlist úr smíðju Frank Sinatra, Perry Como, Nat King Cole, Michael Bublé og Elvis Costello. Öll lögin hafa verið sett í glæsilegar útsetningar af Lilju Eggertsdóttur pianóleikara sem leikur undir. Þetta er níu manna stórsveit, fjórir strengir, djasstrió og blásari auk Þórs. Það er því ekkert til sparað svo kvöldið verði sem notalegast. „Við erum heldur betur að fara í rómantískan leiðangur og verðum á útopnu. Það verður tekið á móti fólki í anddyrinu á ljúfum nótum. Hægt er að fá sér freyðivín og skála fyrir deginum. Það hefur verið draumur hjá okkur lengi að troða upp með stóra hljómsveit, strengi og blásara og flytja öll þessi rómantísku sönglög,“ segir Þór þegar hann lýsir rómantikinni í Salnum.

„Lilja hefur sett lögin í glænýjar og gullfallegar útsetningar sem munu örugglega falla öllum vel í geð. Þar utan hefjum við tónleikana kl. 20.30 þannig að það hentar vel að fara fyrst út að borða með elskunni sinni og leiðast síðan inn í rómantikina í Salnum. Það er svo



Þór ætlar að syngja ljúfa söngva fyrir elskendur á Valentínusardaginn.

Það hefur verið draumur hjá okkur lengi að troða upp með stóra hljómsveit, strengi og blásara og flytja öll þessi rómantísku sönglög.

sannarlega hægt að gera eitthvað skemmtilegt úr þessu kvöldi,“ segir hann.

Þór bætir við að Íslenska galasveitin sé komin til að vera og þetta sé fyrsti viðburður hennar. „Okkur langaði til að leyfa gestum að heyrna hvað þessi hljómsveit hefur fram að færa. Sjálfur hef ég verið að syngja svona ljúf lög í gegnum árin, til

dæmis í kringum jólin. Ég gaf út jólaplötuna „Jól í stofunni“ sem er í svipuðum anda,“ segir hann, en Þór komst í úrslit í jólagakeppni Rásar 2 nú um jólin með frumsamið lag í „krúner“ stíl. „Núna er tækifæri til að flytja þessi rómantísku lög sem flottast með stórr hljómsveit. Hver veit nema þetta verði árlegur viðburður. Mér finnst Valentínusardagurinn fallegur, það er gaman að staldra aðeins við með einhverjum sem maður elskar. Ég er samt ekkert stressaður yfir þessum degi, eins og maður sér í amerískum bíómyndum. Við Íslendingar erum alveg slakir og reynum bara að njóta. Þetta er frábær dagur til að hugsa um þá sem við elskum og þykir vænt um.“

Þegar Þór er spurður hvort hann sé sjálfur rómantískur, hlær hann og svarar: „Ætli konan mín verði ekki að svara þessu.“ Þór viðurkennir að hann hafi gaman af að syngja rómantísk lög svo líklegast er einhver rómantik í honum. „Ætli það sé ekki einmitt mjög gott að hafa svona Valentínusardag til að minna okkur á að vera saman. Timinn liður hratt í dagsins önn og nauðsynlegt að lyfta sér upp. Það er líka svo frábært að hafa þennan dag í febrúar þegar fátt er í boði.“

Þór hefur sungið í söngleiknum Evitu í Eldborg og verður uppsetning á honum aftur í lok þessa mánaðar áður en sýningin fer norður. „Ég er að ljúka við að skrifa söngleik sem nefnist Rokkarinn og rótarinn, sem mig langar að koma á svið. Þar að auki er ég að undirbúa sólplötu svo það eru næg verkefni. Það er æðislegt að vera í tónlist á Íslandi.“

ÚTSÖLULOK

LAUGARDAGINN 8.FEBRÚAR
10 - 50% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM



RONIA SVEFNSÓFI - SVEFNFLÖTUR 140X200 CM - VÖNDUÐ SPRINGDÝNA - KR. 189.700
NÚ KR. 142.275



Perky veggihilla 46 cm kr. 7.300
NÚ KR. 5.110

-30%



Marble round sófaborð kr. 49.900
NÚ KR. 34.930

-30%



Humi borðstofustóll kr. 28.700
NÚ KR. 14.350

-50%



HK hýbílailmur kr. 4.800
NÚ KR. 2.400

-50%



Svea skenkur 170 cm kr. 93.400
NÚ KR. 74.720

-20%



Quilted púði - 3 litir kr. 9.900
NÚ KR. 5.940

-40%

ALLIR PÚÐAR
20 - 40%
AFSLÁTTUR



Flair vasi 14x28 cm kr. 5.500 / 14x33 cm kr. 6.500
NÚ KR. 2.750 / NÚ KR. 3.250

-50%



Smile Button 217cm sófi kr. 198.700
NÚ KR. 158.960

-20%



Rafael pulla 84x55 cm kr. 34.400
NÚ KR. 24.080

-30%



-30%

Combino armstóll kr. 54.900
NÚ KR. 38.430

LÍNAN

BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS f / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16



Bræðurnir Óskar og Ómar Guðjónssynir eiga ótalmargt sameiginlegt og segja það mikla gæfu að fá að skapa og flytja tónlist við hlið hvor annars. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Ómetanlegt og forréttindi að vinna með bróður sínum

Bræðurnir Ómar og Óskar Guðjónssynir deila ýmsu öðru en erfðaefni en þeir eru báðir menntaðir og starfa sem tónlistarmenn, eru saman í hljómsveitinni ADHD og hafa auk þess mikla ástriðu fyrir eldamennsku. Þeir koma fram í dag á viðburðinum „Jazz í hádeginu“ í Grafarvogi.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiser@frettabladid.is



Við erum báðir aldir upp í Garðabæ og vinnum við tónlist, bæði spilamennsku og kennslu. Áhuginn liggur víða en eldamennska og matur almennt er mikið áhugamál okkar beggja,“ svara þeir bræður þegar þeir eru beðnir um að segja frá sér.

Athygli vekur að þeir bræður virðast mjög samstiga í lífi og listum en hvaðan er þessi tónlistaráhugi spröttinn? „Gríðarlegur tónlistaráhugi og góður

stuðningur foreldra okkar, einnig er Ingibjörg, systir okkar, sópran-söngkona þannig að við höfðum frábæra fyrirmynd.“

Bræðurnir segjast mjög þakklátir fyrir hvor annan, samstarf þeirra sé bæði farsælt og mikil gæfa. „Það eru forréttindi að fá að vinna með bróður sínum og ómetanlegt. Það hjálpar að við erum frekar ólíkir þegar kemur að því hvernig við nálgumst músíkina og það gefur meiri breidd. Við vinnum mikið saman í hinum ýmsu verkefnum, eins og hljómsveit okkar ADHD, sem er búin að vera á stífum tónleikaferðalögum síðustu átta ár.“

Ferðalög og lagræn sveifla

Þá er nóg á döfinni hjá þeim. „Hljómsveitin ADHD fer í hljómsveitirferðalag í mars til Þýskalands og Sviss. Svo eru alls konar verkefni sem drífa á daga okkar eins og þessi góði BókasafnsJazz,“ segja þeir, en bræðurnir taka um þessar mundir þátt í viðburðinum „Jazz í hádeginu“ undir yfirskriftinni „Bræður velja sín uppáhalds“. Er þetta í fyrsta skipti sem þeir taka þátt í viðburðinum en þeir komu fram í gær og í fyrradag og verða síðustu tónleikarnir í þeirri röð í hádeginu í dag, á Borgarbókasafninu í Spönginni.

„Það hjálpar að við erum frekar ólíkir þegar kemur að því hvernig við nálgumst músíkina og það gefur meiri breidd. Við vinnum mikið saman, eins og í hljómsveit okkar ADHD, sem er búin að vera á stífum tónleikaferðalögum síðustu átta ár.“

Segir í viðburðarlýsingu að þeir bræður muni hvor um sig velja og flytja nokkra af sínum „uppáhalds jazz-standörðum“ sva-kölluðum. En hvað í ósköpunum eru djass-standarar? „Aðallega amerísk sönglög frá þriðja, fjórða og fimmta áratugnum sem djassleikarar hafa gert að sínum,“ svara þeir. Og hverju mega gestir eiga von á? „Lagrænni sveiflu með leikgleðina að leiðarljósi.“

Viðburðurinn „Jazz í hádeginu“ fer fram á Borgarbókasafninu í Spönginni í dag, frá kl. 13.15–14.00.

FERMINGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Veglegt sérblað Fréttablaðsins um ferminguna kemur út **þriðjudaginn 10. mars**.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Áhugasamir auglýsendur hafi samband við:

Jón Ívar Vilhelmsson
Sími 550 5654
jonivar@frettabladid.is

Arnar Magnússon
Sími 550 5652
arnarm@frettabladid.is

Atli Bergmann
Sími 550 5657
atlib@frettabladid.is

Ruth Bergsdóttir
Sími 694 4103
ruth@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ



Rannsóknarstaða í nafni dr. Kristjáns Eldjárns

Þjóðminjasafn Íslands auglýsir lausa til umsóknar sérstaka rannsóknarstöðu tengda nafni dr. Kristjáns Eldjárns, fyrrum þjóðminjavarðar og forseta Íslands, sbr. 3. gr. a. laga um Þjóðminjasafn Íslands nr. 140/2011.

Helstu verkefni og ábyrgð

Staðan er auglýst til eins árs. Fræðimaður skal senda inn umsókn, þar sem verkefnið er vandlega skilgreint og hvernig það verði til að efla menningarsögulegar rannsóknir. Verkefnið skal skilgreint sem eins árs verkefni.

Verkefni, eins og það er afmarkað, lýkur með formlegum verklokum að ráðningartíma liðnum. Stefnt skal að því að niðurstöður rannsókna verði birtar á viðurkenndum fræðilegum vettvangi eftir verklok en auk þess skulu þær kynntar með fyrirlestri, sýningu eða öðrum hætti innan Þjóðminjasafns Íslands. Rannsóknarniðurstöður skulu jafnframt varðveittar í Þjóðminjasafni Íslands.

Umsóknarfrestur er til og með 28.02.2020. Sótt er um starfið á heimasíðu safnsins: <https://www.thjodminjasafn.is/starfsemi-safnsins/um-stofnunina/starfsfolk/laus-storf/>

Nánari upplýsingar um starfið veitir Hildur Halldórsdóttir mannauðsstjóri í síma: 530-2239, netfang: hildur@thjodminjasafn.is

Aðstoðarskólastjóri Stapaskóla



Stapaskóli auglýsir stöðu aðstoðarskólastjóra lausa til umsóknar. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem hefur viðtæka þekkingu á skólastarfi, framsækna skólasýn og er tilbúinn að leggja sitt af mörkum við uppbyggingu á nýjum heildstæðum skóla og mótun stefnu hans.

Meginhlutverk aðstoðarskólastjóra er að stýra og veita faglega forystu á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi á grunnskólastigi.

Stapaskóli er heildstæður skóli fyrir börn á aldrinum 18 mánaða – 16 ára sem er að rísa í Dalshverfi í Reykjanesbæ.

Fjöldi nemenda við fullsetinn skóla er um 500 á grunnskólaaldri og 120 á leikskólaaldri. Frekari upplýsingar um skólann má nálgast á vefsíðu skólans á www.stapaskoli.is.

Hlutverk og ábyrgð:

- Tekur virkan þátt í daglegri stjórn skólans
- Vinnur að mótun og framkvæmd faglegar stefnu skólans
- Vinnur að skipulagi skólastarfs
- Er með faglegt utanumhald um skólanámskrárvinnu og starfsáætlun
- Kemur að vinnu við innra mat skólans
- Hefur umsjón með vinnutilhögum starfsmanna

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Grunnskólakennaramenntun skilyrði
- Framhaldsmenntun er kostur
- Stjórnunarreynsla í grunnskóla æskileg
- Frumkvæði í starfi og framsýni í skólamálum
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð
- Færni og lipurð í samskiptum
- Hæfni til að skipuleggja faglegt starf og veita því forystu
- Jákvæðni, sveigjanleiki, ábyrgðarkennd og áreiðanleiki
- Góð íslenskukunnátta í ræðu og riti

Viðkomandi þarf að geta hafið störf 1. ágúst 2020.

Umsóknarfrestur er til og með 24. febrúar 2020. Umsóknum skal fylgja ítarleg starfsferilskrá, leyfisbréf til kennslu, ábendingar um umsagnaraðila sem og almennar upplýsingar um viðkomandi. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi KÍ vegna SÍ og Sambands íslenskra sveitarfélaga.

Einstaklingar af öllum kynjum eru hvattir til að sækja um starfið.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Gróa Axelsdóttir, skólastjóri Stapaskóla, í síma 420-1600/824-1069 eða í gegnum netfangið groa.axelsdottir@stapaskoli.is.



Landsvirkjun

Skemmtileg vinna sem skiptir máli

Sumarstörf hjá Landsvirkjun

Við leitum að áhugasömum dugnaðarforkum eins og þér í fjölbreytt sumarstörf fyrir háskóla-, iðn- og tækninema.

Þú munt taka þátt í raunverulegum og krefjandi verkefnum á sviði endurnýjanlegrar orkuvinnslu og vinna með okkur að því að ná kolefnishlutleysi innan fimm ára.

Við leggjum mikið upp úr jákvæðum starfsanda og jöfnum tækifærum.

Sótt er um störfin á landsvirkjun.is/sumarstorf.

Umsóknarfrestur er til og með 25. febrúar nk.





Tvö störf sérfræðinga á þróunarsviði Byggðastofnunar

Byggðastofnun leitar að tveimur sjálfstæðum og skipulögðum einstaklingum með góða samskiptahæfileika sem eru tilbúnir til að takast á við krefjandi og áhugaverð verkefni á þróunarsviði stofnunarinnar.

Umsækjendur þurfa að hafa brennandi áhuga á byggðamálum og vera tilbúnir til að vinna að þeim fjölbreyttu þáttum byggðamála sem sinnt er á þróunarsviðinu í samstarfi við annað starfsfólk stofnunarinnar og samstarfsaðila.

Verkefni þróunarsviðsins eru m.a. gerð byggða-áætlunar, efling atvinnulífs og búsetupáttar, rannsóknir, upplýsingamiðlun og umsagnir. Þróunarsviðið vinnur einnig að gagnasöfnun, fylgist með atvinnu- og byggðapróun, helstu áhrifapáttum byggðapróunar og árangri opinberra stuðningsaðgerða á sviði atvinnu-mála og búsetupáttar.

Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst. Staðsetning starfanna er á Sauðárkróki.

Meðal verkefna:

- Undirbúningur og gerð byggðaáætlunar
- Endurmat á núgildandi byggðaáætlun og árangursmælikvörðum
- Gagnaöflun og gagnagreining um þróun byggða með tilliti til byggðaáætlunar og sóknaráætlana
- Umsjón með flutningsjöfnunarstyrkjum
- Þátttaka í Norrænu Atlantssamstarfi (NORA)
- Þátttaka í rannsóknarteymi um búferlaflutninga
- Þátttaka í verkefnisstjórnnum um framkvæmd byggðaaðgerða

Umsókn um starf þarf að fylgja starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Senda á umsókn til Byggðastofnunar, Ártorgi 1, 550 Sauðárkróki eða á netfangið postur@byggðastofnun.is

Starfshlutfall beggja starfa er 100%.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Samtaka starfsmanna fjármálafyrirtækja.

Frekari upplýsingar um störfin veitir Sigríður Elín Þórðardóttir, forstöðumaður þróunarsviðs, sími 455 5400 eða 894 6010. **Umsóknar-frestur er til og með 2. mars 2020.**



BYGGÐASTOFNUN

Byggðastofnun | Ártorg 1 | 550 Sauðárkrókur

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þekking og/eða reynsla á sviði byggðamála
- Þekking og/eða reynsla af opinberri stjórnsýslu
- Greiningarhæfni
- Þekking og reynsla af verkefnastjórnun
- Frumkvæði, fagmennska og skipulagshæfileikar
- Góð almenn tölvufærni og þekking á upplýsingamiðlun
- Mjög góð hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Færni til að taka þátt í norrænu samstarfi

Byggðastofnun hefur það að markmiði að vera eftirsóknarverður vinnustaður fyrir hæfa og metnaðarfulla starfsmenn, konur jafnt sem karla. Hjá stofnuninni starfa hátt í 30 manns og hefur stofnunin á að skipa vel menntuðu fólki með fjölbreytta þekkingu og reynslu.

Byggðastofnun mun á árinu 2020 taka í notkun nýtt húsnæði fyrir starfsemi sína þar sem aðbúnaður verður eins og best gerist.

Sauðárkrókur er höfuðstaður Skagafjarðar og einn öflugasti byggðakjarni landsbyggðarinnar. Þar er fjölbreytt og öflugt atvinnulíf. Fjölbreytt þjónusta er í boði, góðir skólar á öllum skólastigum, frá leikskóla til háskóla, kröftugt menningarlíf og öflugt íþróttalíf. Íbúar Sauðárkróks eru um 2600 talsins.



SKRIFSTOFA ALÞINGIS

leitar að sérfræðingi í vinnslu og útgáfu á skjölum og ræðum.

Sjá nánari upplýsingar á Starfatorg.is.

Markaðsstjóri

Hótel í miðbæ Reykjavíkur óskar eftir að ráða markaðsstjóra sem sér um að verðstýra hótelineu og samninga við ferðaskrifstofur. Leitað er að öflugum einstaklingi með reynslu af sambærilegum störfum. Góð enskukunnátta er áskilin. Unnið er í alþjóðlegu umhverfi og er starfið mjög lifandi með miklum samskiptum við gesti og erlenda aðila. Umsóknir sendist fyrir 20. febrúar nk. á atvinna@frettabladid.is

Marketing Manager

We want to hire a Marketing Manager for a hotel in Reykjavik. The Manager will be responsible for price control and negotiations with Travel Agents. The Manager must have good skills in the English language and experience in the field. We are working in the fast changing international environment and we are looking for a powerful person with the mindset of best results.

Please send your application to atvinna@frettabladid.is before February 20.

LAUS STÖRF HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

Fjölskyldu- og barnamálasvið

- Starfsmaður á heimili fyrir fatlað fólk - Svöluás

Grunnskólar

- Umsjónarkennari - Menntasetrið við Lækinn

Leikskólar

- Deildarstjóri - Skarðshlíðarleikskóli
- Leikskólakennarar - Skarðshlíðarleikskóli
- Leikskólakennari - Bjarkalundur
- Leikskólakennari - Smáralundur
- Proskapjálfi - Stekkjarás

Stjórnsýslusvið

- Lögræðingur

Vinnuskóli Hafnarfjarðar

- Flokkstjórar - sumarstarf
- Umsjónarmaður - tímabundin ráðning
- Verkstjórar - sumarstarf
- Verkstjórar á skrifstofu - sumarstarf

Vakin er athygli á stefnu Hafnarfjarðarbæjar að jafna hlutfall kynjanna í störfum hjá bænum og að vinnustaðir bæjarins endurspegli fjölbreytileika samfélagsins.

Nánar á hafnarfjordur.is



HAFNARFJÖRÐUR

585 5500 hafnarfjordur.is

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

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent_

capacent.is

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 alhlíða verkefnastjórnun og ráðgjöf. Viðskiptavit hefur innan sinna raða reynslumikið og hæfileikaríkt starfsfólk á sviði byggingarstarfsemi og verkefnastjórnunar.



RÚV starfar í almannapágu og hefur það hlutverk að vekja, virkja og efla. Öflugt og samhent starfsfólk RÚV skoðar samfélagið með gagnrýnum hætti, segir mikilvægar sögur og þróar nýjar leiðir til miðlunar.



Fréttamenn í sumarstörf

Fréttastofa

Fréttastofa RÚV leitar að öflugum sumar-afleysingafólki í 100% störf á vöktum. Störfin felast í öflun, vinnslu og miðlun fréttar á höfuðborgarsvæðinu og landsbyggðinni, í útvarpi, sjónvarpi og á RÚV.is. Við leitum að metnaðarfullu og sjálfstæðu fólki með fjölbreyttan bakgrunn, sem á auðvelt með að vinna í hópi, hefur góða framsögn og er vel ritfært.

Umsóknarfrestur er til 24. febrúar.

Nánari upplýsingar og skil umsókna á umsokn.ruv.is.

Við hvetjum áhugasama til að sækja um, óháð kyni og uppruna.

www.ruv.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.

Bl sérfræðingur á fjármálasviði

Ábyrgðarsvið:

- Dagleg þjónusta við notendur stjórnendaupplýsinga
- Þarfagreining og þróun lausna fyrir starfsmenn móður- og dótturfélaga
- Ferlagreiningar til að nýta upplýsingatækni til hagræðingar
- Þátttaka í skoðun og mati á nýjum lausnum
- Verkefnastjórn í innleiðingu nýrra lausna

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í tölvunarfræði, verkfræði eða viðskiptafræði
- Mikil þekking og reynsla af SQL og Microsoft Reporting Services
- Þekking á Dynamics NAV og Power BI er kostur
- Þekking á TimeExtender og öðrum gagnavörðugum er kostur
- Þekking á reikningshaldi og fjármálaferlum er kostur
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Frumkvæði, kraftur og góð þjónustulund

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

NAV sérfræðingur í upplýsingatæknideild

Ábyrgðarsvið:

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

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

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

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

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

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

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.



SÍÐFERÐISGÁTTIN

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 stöð-þjónustu fyrir rekstrarfélögin og hins vegar í fjárfestingarstarfsemi.

KRÓNAN



ELKO

BAKKINN



FESTI

Ráðuneyti **fram tíðarinnar** leitar að leiðtogum sem **brenna af ástríðu** fyrir menntun og menningu

— VIÐ LEITUM AÐ **LÍÐSAUKA Á TÍMUM BREYTINGA**

Mennta- og menningarmálaráðuneytið er ráðuneyti fram tíðarinnar. Við berum ábyrgð á menntamálum, vísindum, íþrótt- og æskulýðsmálum og menningu. Sameiginlegur þráður í verkefnum okkar er skapandi hugsun, eiginleiki sem verður sífellt mikilvægari fyrir einstaklinga jafnt sem samfélög. Við tökum fram tíðinni fagnandi.

Timar breytinga eru runnir upp í ráðuneytinu. Við ætlum að efla fagskrifstofur, endurskoða vinnulag og ferla og bæta stuðning við stjórnendur stofnana. Við viljum auka skilvirkni og bæta upplýsingagjöf til almennings, stofnana og starfsfólks.

— HVERNIG **FÓLK VILJUM VIÐ?**

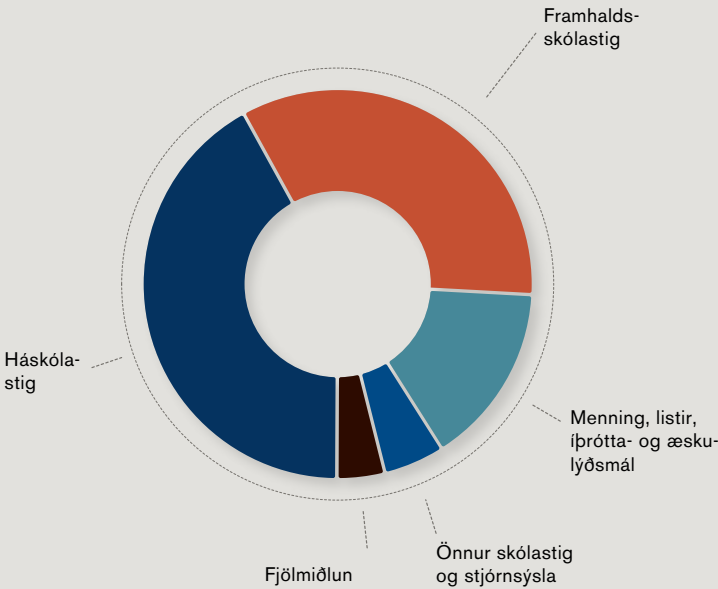
Við leitum að drifandi einstaklingum sem brenna fyrir málaflokkum ráðuneytisins. Fólki sem hugsar í lausnum og sér tækifæri í öllum hindrunum. Við viljum ráða til starfa einstaklinga sem þrífast á krefjandi verkefnum, skynja taktinn í samfélaginu og elska breytingar. Við ætlum sérstaklega að auka áherslu á stjórnun mannauðsmála, stafrænar breytingar, tölfræði og greiningar.

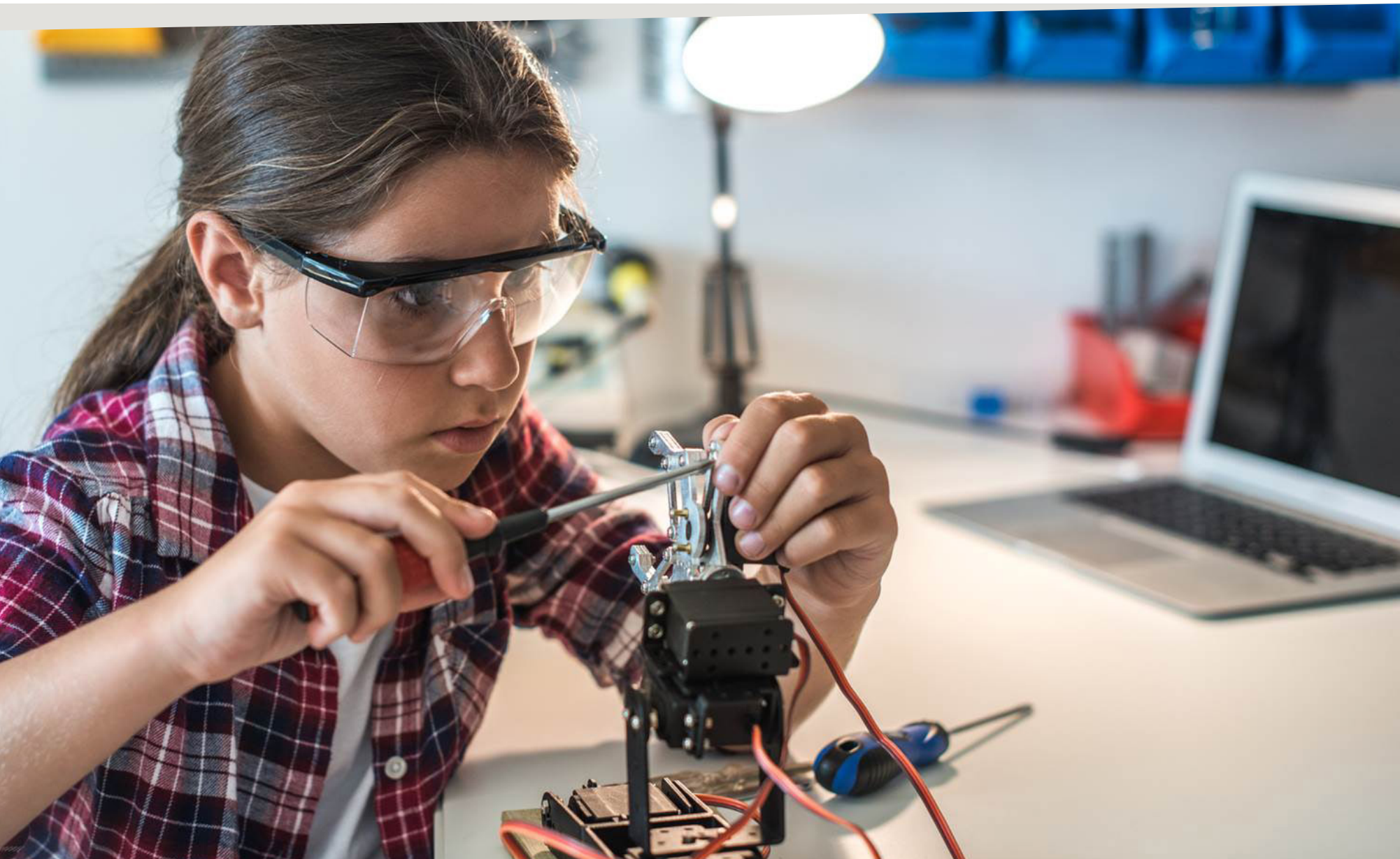
Okkur er annt um að málaflokkar ráðuneytisins dafni og fjármunir nýtist sem best til að bæta samfélagið. Undir ráðuneytið heyra 52 stofnanir eða um þriðjungur af stofnanakerfi íslenska ríkisins. Á fjárlögum þessa árs er um 115 milljörðum króna varið til okkar málaflokka.

— LIFANDI **VINNUSTAÐUR**

Við erum 73 talsins og komum úr ólíkum áttum; lög- og listfræðingar, íslensku-, bókmennta- og kennslufræðingar, kennarar, smiðir, íþróttamann- og guðfræðingar. Hér starfa tónlistarmenn og fornleifafræðingar, menningarstjórnendur og fjölmiðlafræðingar. Hér starfa þrír karlar fyrir hverjar sjö konur, en við horfum fyrst og fremst á hæfileika hvers og eins, en ekki kyn, áhugamál, skoðanir eða hneigðir. Við reukum öflugt starfsmannafélag sem gerir lífið skemmtilegra.

Svona skiptast fjármunir milli okkar málefnasviða





— SKRIFSTOFUSTJÓRAR

á skrifstofu skóla-, íþrótt- og æskulýðsmála

á skrifstofu framhaldsskóla og -fræðslu

Skrifstofustjórar stýra starfsemi sinnar skrifstofu og annast almennan rekstur. Þeir bera ábyrgð á því að skrifstofan sinni stjórnsýslulegum skyldum sínum og að stefnumarkandi ákvörðunum ráðherra sé hrint í framkvæmd.

Skrifstofustjórar eiga að draga fram það besta í starfsfólki sinnar skrifstofu, setja því markmið og mæla árangur.

Skrifstofustjórar bera ábyrgð á því að rekstraráætlanir stofnana ráðuneytisins séu gerðar og þeim sé fylgt í samræmi við fjárlög. Skrifstofustjórar leiða samstarf við aðrar skrifstofur, önnur ráðuneyti, hagaðila og aðra innlenda og erlenda aðila sem koma að málefnum viðkomandi skrifstofu.

Við leitum að einstaklingum sem búa yfir:

- Stjórnunarreynslu og færni í því að skapa liðsheild á vinnustað.
- Þekkingu á sviði rekstrar og starfsmannastjórnunar.
- Reynslu af verkefnastjórnun og áætlanagerð.
- Þekkingu og reynslu á sviði opinberrar stjórnsýslu.
- Meistaragráðu á háskólastigi sem nýtist í starfi.
- Jákvæðu og lausnamiðuðu viðhorfi, þjónustulund og metnaði.

— MANNAUÐSSTJÓRI

Starf mannauðsstjóra er nýtt í ráðuneytinu og því viljum við ráða drífandi einstakling með skýra sýn, faglega þekkingu og reynslu.

Við gerum kröfu um:

- Getu, vilja og þor til ákvarðanatöku, frumkvæði og kraft til að hrinda hugmyndum í framkvæmd.
- Reynslu af breytingastjórnun, mótun liðsheildar og góðrar vinnustaðamenningar.
- Skapandi hugsun, greiningarfærni og yfirvegum.
- Leiðtogahæfileika og getu til að hvetja aðra til árangurs.
- Þjónustulund og framúrskarandi hæfni í samskiptum.
- Háskólapróf sem nýtist í starfi.

GÆÐASTJÓRI

Við leitum að jákvæðum einstaklingi sem vill gegna lykilhlutverki í endurskoðun vinnulags, verkferla og gæðamála í ráðuneytinu. Viðkomandi mun stýra þróun og viðhaldi á gæðakerfi ráðuneytisins.

Við leitum að fagmanni með:

- Reynslu af rekstri gæðastjórnunarkerfa, mótun verkferla og innleiðingu.
- Sannfæringarkraft, áræðni og getu til að hrinda hugmyndum í framkvæmd.
- Færni í samskiptum og uppbyggilegt viðmót.
- Hæfileika til að miðla þekkingu.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Háskólapróf sem nýtist í starfi.

Sjá nánar á starfatorg.is.
Umsóknarfrestur er til 2. mars 2020.

Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf.
Nánari upplýsingar veitir Anna María Urbancic, rekstrarstjóri í mennta- og menningarmálaráðuneytinu, í síma 545 9500.

Vigtarmaður /Hafnarvörður

Faxaflóahafnir sf. óska eftir að ráða vigtarmann/hafnarvörð til starfa.

Starfið felst í umsjón með vigtun sjávarafla, skráningu upplýsinga í skráningakerfi Fiskistofu, reikningagerð og að annast hafnarþjónustu við skip og tengda aðila.

Starfsmaðurinn mun hafa starfsstöð í Reykjavík.

Hæfniskröfur eru góð tölvukunnátta og ritun á íslensku máli, nákvæm og skipulögð vinnubrögð og gott líkamlegt ástand. Æskilegt að viðkomandi hafi réttindi til vigtunar

Grunnnám Slysavarnaskóla sjómanna er æskilegt.

Umsókn, ásamt ferilskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið olafur@faxafloahafnir.is, eigi síðar en föstudag 28. febrúar n.k.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Gísli J. Hallsson yfirhafnsögumaður gisli@faxafloahafnir.is

Faxaflóahafnir hafa staðist jafnlaunavottun og hlotið Jafnlaunamerki Velferðarráðuneytis.



Byggingarstjóri viðhalds

Umhverfis- og mannvirkjasvið Akureyrarbæjar óskar eftir að ráða Byggingarstjóra í viðhaldi og endurbótum eigna. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf fljótlega.

Starfssvið

- Umsjón með viðhaldi og endurbótum fasteigna.
- Gerð viðhaldsáætlana.
- Stýring framkvæmda.
- Eftirlit með framkvæmdum.
- Samskipti og þjónusta við leigutaka og þjónustuaðila
- Tilfallandi verkefni á Umhverfis- og mannvirkjasviði.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Meistari á byggingarsviði eða önnur haldgóð menntun sem nýtist í starfið.
- Þekking á byggingaframkvæmdum.
- Reynsla af sambærilegu starfi kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta kostur.
- Góðir skipulagshæfileikar og frumkvæði.
- Hæfni til ákvarðanatöku og sjálfstæðra vinnubragða.
- Jákvætt hugarfar og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Gerð er krafa um vammleysi, s.s. að vera með gott orðspor og að framkoma og athafnir á vinnustað og utan hans samrýmist starfinu.

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

Umsóknarfrestur er til og með 21. febrúar 2020



Akureyrarbær

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

VERITAS LEITAR AÐ ÖFLUGUM LIÐSMÖNNUM Í STERKA HEILD!

Hugbúnaðarsérfræðingur

Við leitum að metnaðarfullum og öflugum forritara, sem hefur áhuga á að vinna með m.a. Dynamics NAV, vefþjónustur og Sharepoint, til að slást í upplýsingatæknihóp Veritas.

STARFSSVIÐ

- Greining á þörfum, tæknilegum kröfum og hönnun hugbúnaðarlausna sem styðja við vinnuferla Veritas samstæðunnar
- Þátttaka í þróun upplýsingatækni innan Veritas samstæðunnar
- Forritun lausna

HÆFNI

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, t.d. tölvunar- eða hugbúnaðarverkfræði
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Lausnamiðuð hugsun, þjónustulund, jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum

ÞEKING OG REYNSLA

- Reynsla og góð þekking á Dynamics NAV
- Áhugi á að vinna með m.a. Sharepoint og vefþjónustur
- Þekking á Microsoft umhverfi: Visual Studio, .NET, SQL, Powershell er kostur
- Góð tæknipekking og geta til að setja sig inn í ný kerfi og umhverfi

Verkefnastjóri / Greinandi

Við leitum að metnaðarfullum og öflugum verkefnastjóra / greinanda með reynslu af greiningu og innleiðingu hugbúnaðarkerfa til að slást í upplýsingatæknihóp Veritas.

STARFSSVIÐ

- Greining á þörfum til upplýsingatæknikerfa
- Stýring og samræming UT verkefna
- Áætlanagerð, þ.m.t. kostnaðar-, tíma- og frávikaáætlanir
- Framkvæmd verkefna- og stöðufunda með hagsmunaaðilum

HÆFNI

- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Yfirsýn og geta til að vinna undir álagi
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Menntun / vottun á sviði verkefnastýringar kostur

ÞEKING OG REYNSLA

- Reynsla af þarfagreiningum á sviði upplýsingatækni
- Reynsla af verkefnastýringu á sviði upplýsingatækni
- Reynsla af innleiðingu kerfa frá þarfagreiningu til verklokka

Umsóknarfrestur er til og með 16. febrúar

Tekið er við umsóknum í gegnum ráðningarvef Veritas, www.veritas.is.

Umsóknum skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni umsækjanda í starfið.

Nánari upplýsingar veita **Hákonía J. Guðmundsdóttir**, deildarstjóri upplýsingatæknideildar, hakonia@veritas.is og **Pétur Veigar Pétursson**, starfsmannastjóri, petur@veritas.is.



Veritas sérhæfir sig í rekstri fyrirtækja á sviði heilbrigðisþjónustu. Veritas er móðurfélag fyrirtækjanna Artasan ehf., Distica hf., MEDOR ehf., Stoð hf. og Vistor hf. Fyrirtækið er kjölfesta samstæðunnar og veitir þjónustu til dótturfyrirtækjanna svo þau geti einbeitt sér að kjarnastarfsemi sinni.

Nánar á www.veritas.is

Trésmiður- Framtíðarstarf

Viðhald og Nýsmíði ehf, er rótgróið smíðafyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu sem vinnur fjölbreitt og áhugaverð verkefni, og er verkefnastaða góð.

Við leitum að metnaðarfullum einstaklingi, sem er nákvæmur í vinnubrögðum, jákvæður og lipur í mannlegum samskiptum.

Um er að ræða framtíðarstarf.

Nánari upplýsingar veitir Guðsteinn í síma 820-9701
Umsóknir ásamt ferilskrá sendist fyrir **20. febrúar á netfangið vogn@vogn.is**

MÚRARI ÓSKAST

Rótgróið fyrirtæki með trausta verkefnastöðu, óskar eftir að ráða framtíðarmann á sviði múrverks. Gengur starfsmaðurinn til liðs við samhentan hóp iðnaðarmanna, sem vinna að krefjandi en jafnframt fjölbreyttum og spennandi verkefnum.

Áhugasamir eru beðnir um að hringja í Björgvin (897-7983) eða senda ferilskrá/upplýsingar á netföngin retturmadur@gmail.is eða bjorgvin@vatnstjon.is.
100 % trúnaði er heitið. Heimasíða fyrirtækisins er vatnstjon.is, en þar má kynna sér starfsemi fyrirtækisins.

Starf móttökuritara í heilbrigðisþjónustu

Sól, sálfræði- og læknisþjónusta sem er staðsett í Kópavogi, óskar eftir að ráða móttökuritara í 80% starf (4 daga í viku) frá 1. apríl til 1. nóvember með möguleika á framlengingu og fastráðningu. Starfið felur í sér almenna móttöku skjólstæðinga, bókanir og símsvörun auk léttar ritarastarfa.

Æskilegt er að umsækjandi hafi reynslu af móttökustörfum í heilbrigðisþjónustu, lipurð í samskiptum og samstarfi. Vinsamlegast sendið umsókn í tölvupósti ásamt ferilsskrá á agusta@sol.is fyrir **mánudaginn 24. febrúar**. Öllum umsóknum verður svarað.

SÓL

Sálfræði- og læknisþjónusta

Börn | Ungmenn | Fjölskyldur

Mannverk – Byggingastjóri

Óskum eftir öflugum og reynslumiklum aðila í byggingastjórn í Reykjanesbæ

Mannverk óskar eftir að ráða reynslumikinn aðila í byggingastjórn sem er tilbúin að takast á við krefjandi verkefni og skemmtilegar áskoranir með góðri liðsheild. Byggingastjóri er staðsettur á verkstað og hefur yfirumsjón verkþátta innan verk girðingar.

Helstu verkefni

- Fagleg yfirumsjón með byggingaframkvæmdum
- Undirbúningur og stjórnun verkefna
- Áætlanagerð, eftirfylgni og skýrslugerð
- Hönnunarrýni og samræming
- Kostnaðareftirlit

Menntun og hæfniskröfur

- Menntun á sviði bygginga eða annarra mannvirkjaframkvæmda. Kostur en ekki krafa um menntun í byggingaverkfræði eða tæknifræði
- Mikil og farsæl starfsreynsla af byggingastjórnun byggingaframkvæmda
- Góð kunnátta á office pakkann og einnig önnur forrit við áætlanagerð
- Sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð
- Lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð kunnátta í íslensku og ensku

Nánari upplýsingar um störfin veitir Hjalti Þór Pálmason framkvæmdastjóri mannvirkjasviðs (hjaltip@mannverk.is) í síma 771-1105. Umsókn ásamt ferilskrá skal senda á netfangið mannverk@mannverk.is. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað. **Umsóknarfrestur er til og með 17. febrúar 2020.**

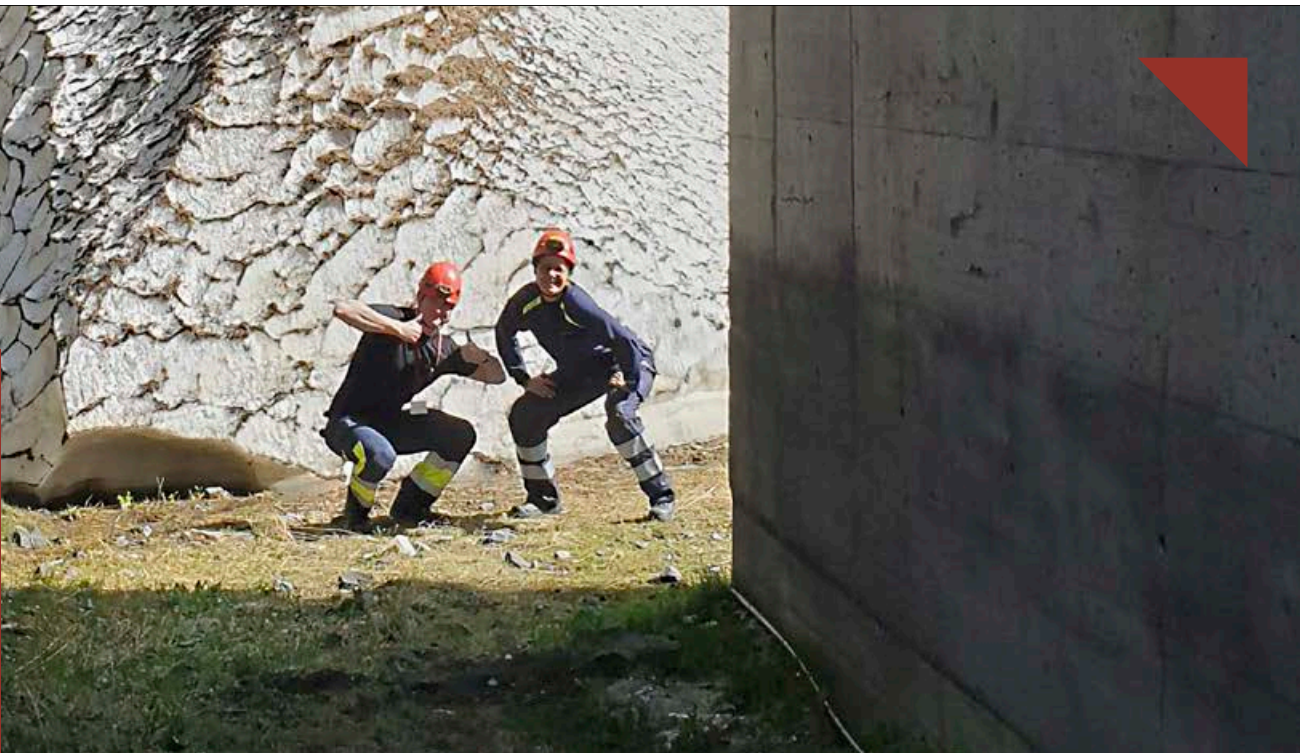
Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á heimasíðu þess mannverk.is

Mannverk ehf | Dugguvogur 2, 104 Reykjavík | Sími 519 7100 | mannverk.is



LANDSNET

Spennandi
reynsla
framundan!



Fjölbreytt sumarstörf fyrir iðn- og háskólanema

Við leitum að snjölum iðn- og háskólanemum til starfa í margvísleg sumarstörf við spennandi verkefni sem tengjast starfsemi fyrirtækisins. Starfstímabil háskólanema er 3 mánuðir.

Störfin sem við bjóðum tengjast m.a. fjármálum, kerfisstjórnun, upplýsingatækni, kerfisvörnum og verklegum framkvæmdum. Hér er kjörið tækifæri fyrir þau sem vilja verða sér úti um alvöru reynslu og hafa alvöru áhrif í starfi.

Menntunar- og hæfniskröfur:

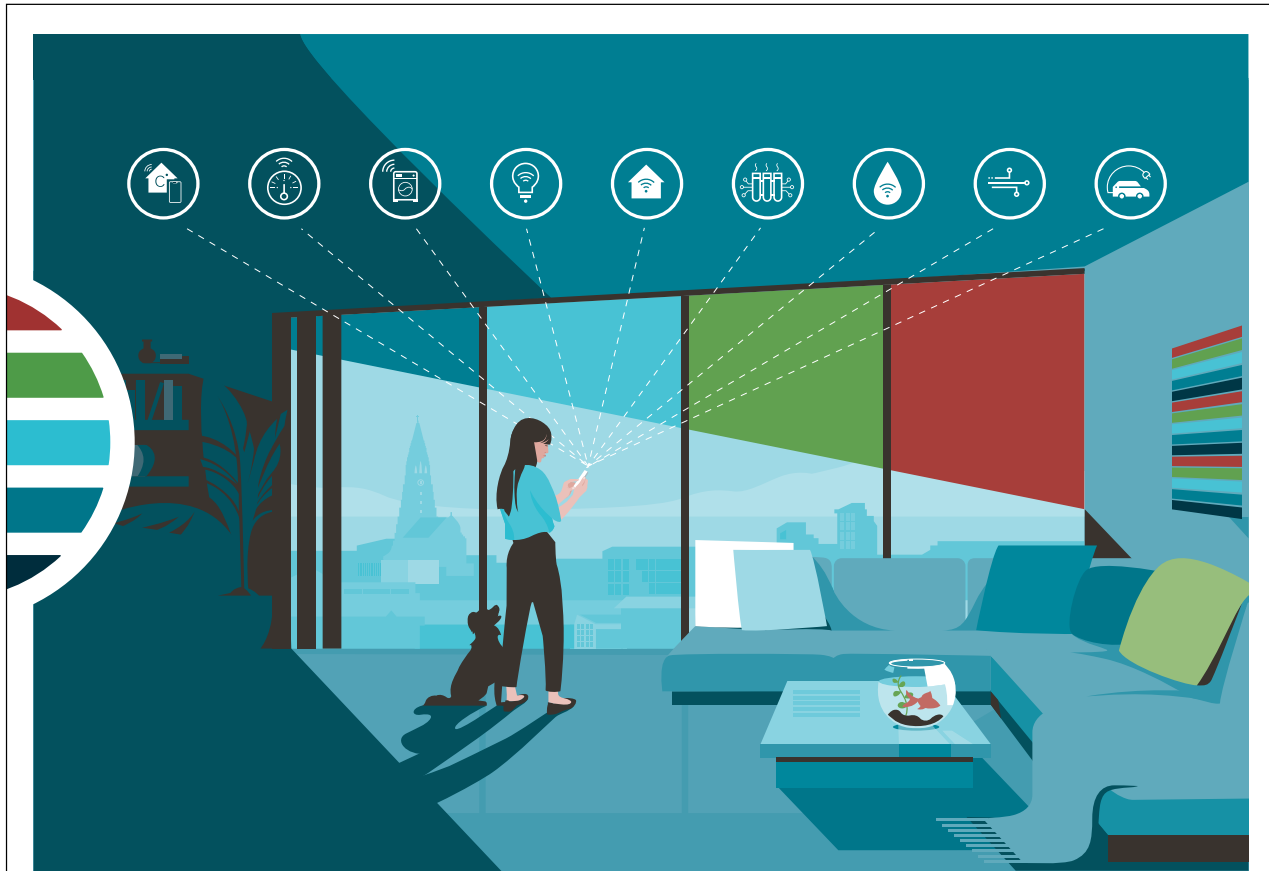
- Að umsækjandi stundi nám á iðn- eða háskólastigi
- Nákvæm, skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð
- Jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með **29. febrúar n.k.** Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á landsnet.is.

Landsnet | Gylfaflöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | landsnet@landsnet.is | www.landsnet.is

Landsnet er þjónustufyrirtæki sem kappkostar að vinna í takt við samfélagið og hefur það að meginmarkmiði að tryggja örugga afhendingu á raforku til framtíðar. Við bjóðum upp á fyrsta flokks aðbúnað, góðan starfsanda, frábært mótuneyti, aðgengi að líkamsræktaraðstöðu og stuðning við að viðhalda og sækja sér frekari þekkingu. Landsnet er þátttakandi í fjölmörgum rannsóknar- og samvinnu-verkefnum innan Norðurlandanna og Evrópu.

LANDSNET



Framtíðin er **snjöll** – mótaðu hana með okkur

Hitaveitan er mikilvæg. Með sjálfbærri nýtingu auðlinda fáum við nægt heitt vatn til allrar framtíðar. Hitaveitur Veitna eru á sunnan og vestanverðu landinu – allt frá Hvolsvelli að Stykkishólmi – og þjóna um 70% landsmanna.

Tæknistjóri hitaveitu

Við leitum að samskiptaliprum og framsýnum tæknistjóra fyrir hitaveitu höfuðborgarsvæðisins. Tæknistjóri kemur að mótun veitunnar til framtíðar og leiðir þróun og uppbyggingu kerfisins.

Ef þú brennur fyrir tækni og nýsköpun og vilt hafa áhrif á framtíðina þá viljum við heyra í þér. Þekking og reynsla af uppbyggingu veitukerfa er kostur.

Hvers vegna Veitur?

Það er líf og fjör í vinnunni, starfsemi okkar er fjölbreytt og samfélagslega mikilvæg. Starfsfólk okkar hefur frumkvæði og fær tækifæri til að hrinda hugmyndum sínum í framkvæmd. Við leggjum áherslu á jafnvægi vinnu og einkalífs, sí- og endurmenntun og möguleika til að vaxa í starfi. Okkur er annt um umhverfið, jafnrétti og að koma fram af virðingu við hvert annað og viðskiptavinum.

Umsóknarfrestur er til og með **18. febrúar 2020**.

Sótt er um starfið á starf.veitur.is. þar sem nánari upplýsingar er að finna. Við hvetjum öll kyn til að sækja um.

Í góðu sambandi
við framtíðina



STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Álftanesskóli

- Náms- og starfsráðgjafi v/forfalla

Flataskóli

- Skólaliði

Garðaskóli

- Skólaliði - umsjón með kaffistofu ásamt almennum þrifum

Jónshús

– félagsmiðstöð fyrir eldri borgara

- Starfsmaður í sumarafleysingu

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar <https://starf.gardabaer.is>



GARÐABÆR
gardabaer.is



Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir
eru okkar besta auglýsing




FAST
Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

www.fastradningar.is

Launafulltrúar,
gjaldkerar,
þjónustufulltrúar

hagvangur.is



 **HAGVANGUR**



LÖGFRÆÐINGUR

Samtök atvinnulífsins leita að lögfræðingi með áhuga á vinnurétti og málefnum vinnumarkaðarins.

Helstu verkefni:

- Lögfræðileg ráðgjöf og þjónusta við aðildarfyrirtæki SA, einkum á sviði vinnuréttar
- Gerð og túlkun kjarasamninga

Menntun og hæfni:

- Meistarapróf/embættispróf í lögfræði
- Reynsla sem nýtist í starfi
- Mjög góð samstarfs- og samskiptahæfni
- Frumkvæði í starfi
- Áhugi á íslensku atvinnulífi

Helstu verkefni vinnumarkaðssviðs eru þjónusta við félagsmenn við túlkun laga og kjarasamninga, þátttaka í kjaraviðræðum, umsagnir og þátttaka í nefndum og stjórnnum f.h. SA, málflutningur fyrir Félagsdómi og almennum dómstólum f.h. samtakanna og aðildarfyrirtækja þeirra auk þátttöku í alþjóðlegu samstarfi. Á vinnumarkaðssviði SA starfa nú 6 lögfræðingar.

Upplýsingar veitir Ragnar Árnason, forstöðumaður vinnumarkaðssviðs SA, í síma 821 0019 eða á ragnar@sa.is. Umsóknir berist með hjálp Alfreðs á www.alfred.is. Umsóknarfrestur er til og með 23. febrúar nk.

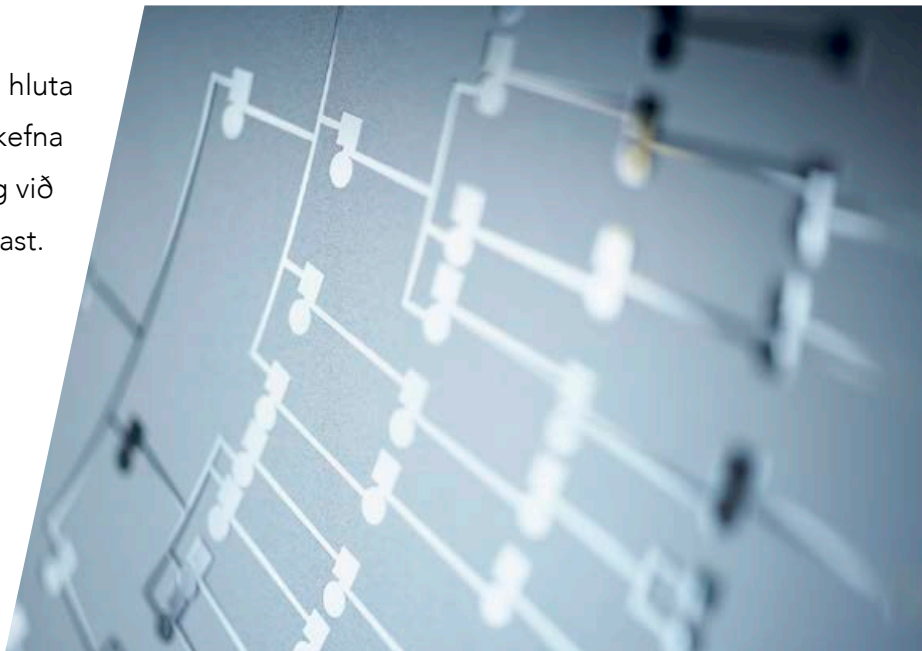
Samtök atvinnulífsins eru í forystu um samkeppnishæft rekstrarumhverfi sem stuðlar að arðbæru fjölbreyttu og ábyrgu atvinnulífi sem bætir lífskjör landsmanna.

Samtök atvinnulífsins eru heildarsamtök íslensks atvinnulífs með sex aðildar-samtökum sem byggja á ólíkum atvinnugreinum. Yfir 2.000 fyrirtæki í fjölbreyttum greinum eiga aðild að Samtökum atvinnulífsins, allt frá sjálfstætt starfandi frumkvöðlum til stærstu fyrirtækja landsins. Hjá aðildarfyrirtækjum SA starfa um 70% launafólks á almennum vinnumarkaði. Samtök atvinnulífsins eiga heima í Húsi atvinnulífsins.

Nánari upplýsingar um Samtök atvinnulífsins er að finna á vef SA: www.sa.is

Þjónustumiðstöð rannsóknaverkefna annast klíníska hluta erfðafræðirannsókna Íslenskrar erfðagreiningar. Meðal verkefna er vinna við Heilsurannsókn ÍE (www.heilsurannsokn.is) og við Mígreni lyfjarannsókn sem mun fljótlega hefjast.

læknir óskast



Starfslýsing

- Móttaka þátttakenda í Mígreni lyfjarannsókn.
- Úrvinnsla, mat og eftirfylgd á þátttakendum í lyfjarannsókninni.
- Framkvæmd og umsjón klínískra prófa í Heilsurannsókn ÍE.
- Ráðgjöf til þátttakenda varðandi niðurstöður mælinga.

Hæfniskröfur

- Íslenskt lækningaleyfi
- Góð íslenskukunnátta
- Reynsla af vísindavinnu er kostur

Til greina kemur að ráða í hlutastarf. Umsóknir óskast sendar ásamt starfsferilskrá á netfangið atvinna@rannsokn.is fyrir 29. febrúar 2020

Frekari upplýsingar veitir: Eva Sveinsdóttir, framkvæmdastjóri í síma 520 2818



Agla Eir lögfræðingur Viðskiptaráðs

Agla Eir Vilhjálmsdóttir hefur tekið við starfi lögfræðings Viðskiptaráðs Íslands en hún hefur starfað hjá Viðskiptaráði frá árinu 2018 sem sérfræðingur á lögfræðisviði auk þess sem hún hefur gegnt stöðu framkvæmdastjóra Gerðardóms Viðskiptaráðs Íslands frá því haustið 2019. Agla Eir mun sinna lögfræðilegri ráðgjöf gagnvart framkvæmdastjóra og stjórn, umsagnagerð, skýrsluskrifum og fleiri verkefnum tengdum málefnum starfsráðsins – ásamt því að halda áfram utan um starfsemi Gerðardóms Viðskiptaráðs Íslands. Agla Eir er einkum sérhæfð á sviði alþjóðaviðskipta og gerðardómsréttar. Agla Eir er með meistaraþróf í lögfræði frá Háskólanum í Reykjavík en starfaði einnig fyrir ráðið samhliða námi.



Andri og Ingi til Nýsköpunarmiðstöðvar

Ingi Vífill Guðmundsson, hefur verið ráðinn til Nýsköpunarmiðstöðvar Íslands með starfsstöð á Sauðárkróki. Ingi Vífill hefur reynslu af rekstri sprotafyrirtækja og nýsköpunar á sviði markaðs- og kynningarmála. Hann er með fjölbreytta menntun og er meðal annars grafískur hönnuður. Ingi Vífill hefur unnið að markaðssetningu á samfélagsmiðlum hjá auglýsingastofunni ENNEMM, Ólgerð Egils Skallagrímssonar og Hannesarholti.



Andri Í. Þórhallsson hefur verið ráðinn á deild tæknirannsóknar hjá Nýsköpunarmiðstöð Íslands. Verkefni Andra verða á sviði efnis- og orkurannsóknar sem tengjast jarðvarma og álframleiðslu. Andri hefur umtalsverða reynslu úr áliðnaðinum sem verkfræðingur og stjórnandi hjá Norðuráli. Hann hefur einnig starfað sem verkfræðiráðgjafi hjá Mannviti og sem sérfróður meðdómandi. Andri lauk framhaldsnámi í efnaverkfræði, stundar doktorsnám í vélaverkfræði og stundakennslu við Háskóla Íslands. Sérfræðiþekking Andra er í rafefnafræðilegum ferlum svo sem tæringu, rafgreiningu, efna-rafölum og rafhlöðum.



Erlendur nýr forstjóri Cabo Verde Airlines

Erlendur Svavarsson, framkvæmdastjóri sölu- og markaðssviðs Loftleiða Icelandic, dótturfélags Icelandair Group, hefur verið ráðinn forstjóri flugfélagsins Cabo Verde Airlines á Grænhöfðaleyjum. Hann tekur við af Jens Bjarnasyni sem hefur gegnt forstjórastarfinu frá því í byrjun síðasta árs, eftir því sem fram kemur í tilkynningu frá félaginu. Erlendur, sem hefur setið í stjórn Cabo Verde Airlines frá því í byrjun síðasta árs, hefur starfað í fluggeiranum frá árinu 1992 þegar hann hóf störf hjá Air Atlanta. Hann gekk síðan til liðs við Loftleiði Icelandic árið 2003. Þá var hann um skeið framkvæmdastjóri viðskiptaþróunar Icelandair Group. Hann hefur auk þess setið í stjórnnum ýmissa dótturfélaga Icelandair Group. Erlendur er með BA-gráðu í rússnesku og hagfræði frá Háskóla Íslands, MBA-gráðu frá Háskólanum í Reykjavík og AMP-gráðu frá Harvard Business School.

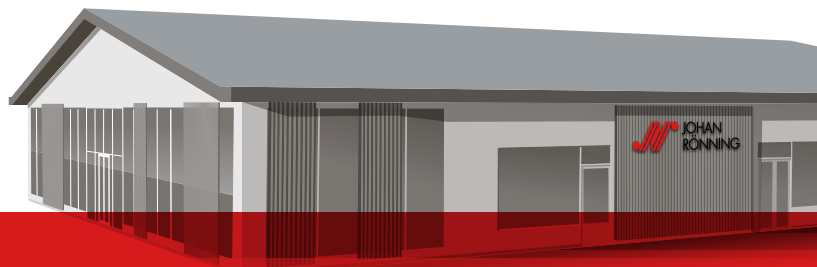


Kristján framkvæmdastjóri H:N Markaðssamskipta

Kristján Hjálmarsson hefur verið ráðinn framkvæmdastjóri auglýsingastofunnar H:N Markaðssamskipta. Hann hefur viðtæka reynslu af fjölmiðla- og auglýsingageiranum. Hann hefur gegnt starfi viðskipta- og almannatengslastjóra H:N Markaðssamskipta frá árinu 2014. Áður starfaði hann um fjórtán ára skeið hjá 365 miðlum, þar af sjö ár sem fréttastjóri á Fréttablaðinu og eitt ár sem fréttastjóri Vísis. Kristján er með BA-próf í stjórnmála- og fjölmiðlafræði frá Háskóla Íslands og Háskólanum í Jönköping.



JOHAN
RÖNNING
www.ronning.is



ER KRAFTUR Í ÞÉR?

Söluráðgjafi á rafbúnaðarsviði

Johan Rönning óskar eftir að ráða þjónustulundaðan söluráðgjafa í **Reykjanesbæ**. Starfið felst í sölu og þjónustu við viðskiptavini.

Um er að ræða fjölbreytt og spennandi starf í góðu starfsumhverfi. Johan Rönning hefur verið valið fyrirmyndarfyrirtæki VR átta ár í röð ásamt því að hljóta nafnbótina fyrirtæki ársins í sjö ár.

Johan Rönning hlaut einnig jafnlaunavottun árið 2013, eitt af fyrstu fyrirtækjum á landinu til að hljóta slíka viðurkenningu. Í dag hefur BSI jafnlaunavottun tekið við þessari viðurkenningu og er Johan Rönning vottað af þeim staðli. Fyrirtækið leggur mikið upp úr heiðarlegum og opnum samskiptum.

Hæfniskröfur:

- Menntun og reynsla í rafiðnaði
- Mikil þjónustulund
- Frumkvæði
- Samskiptahæfni
- Reynsla af sölustörfum kostur
- Lausnamiðaður hugsunarháttur

Upplýsingar um starfið veitir Helgi Guðlaugsson í síma 5 200 800 eða helgig@ronning.is Umsóknir sendist á netfangið helgig@ronning.is fyrir **19. febrúar**.

Johan Rönning hf. var stofnað árið 1933. Fyrirtækið er leiðandi á sviði rafbúnaðar og rekur jafnframt verslunar- og þjónustufyrirtækin Sindra, Sindra vinnuföt, Vatn og Veitur og S. Guðjónsson. Hjá félaginu starfa yfir 125 manns í Reykjavík, Fjarðabyggð, Reykjanesbæ, Hafnarfirði, á Grundartanga, Selfossi og Akureyri. Höfuðstöðvar félagsins eru að Klettargöðum 25 í Reykjavík. Johan Rönning hf. er góður og eftirsóttur vinnustaður.



REYKJAVÍK
Klettargöðum 25
Sími 5 200 800

SELFOSSI
Eyravegi 67
Sími 4 800 600

AKUREYRI
Draupnisgötu 2
Sími 4 600 800

REYÐARFIRÐI
Nesbraut 9
Sími 4 702 020

REYKJANESBÆ
Hafnargötu 52
Sími 4 207 200

HAFNARFIRÐI
Bæjarhrauni 12
Sími 5 200 800

GRUNDARTANGA
Mýrarholtsvegi 2
Sími 5 200 830

Þú ert ráðin/n!

Uppáhaldssetningin okkar hjá FAST ráðningum

www.fastradningar.is

FAST
Ráðningar



LÖGMENN LAUGARDAL

Lögmennsstofa óskar eftir löglærðum fulltrúa. Gott starfsumhverfi, mikil reynsla og fjölbreytt verkefni. Umsækjandi þarf að hafa **lögmannsréttindi** og reynslu af málflutningi. Óskað er eftir einstaklingi sem er **jákvæður** og **hugmyndaríkur** og með **framúrskarandi** samskiptahæfni. Umsóknir sendist á solveig@llaw.is, fyrir **20. febrúar nk.**



HAFRANNSÓKNASTOFNUN

Rannsókn- og ráðgjafarstofnun hafs og vatna

Mannauðsstjóri

Hafrannsóknastofnun óskar eftir að ráða til starfa mannauðstjóra. Leitað er að kraftmiklum einstaklingi með reynslu af mannauðsmálum. Staðan heyrir undir svið þróunar, miðlunar og mannauðs. Mannauðsstjóri tekur þátt í stefnumótun mannauðsmála á stofnuninni og hefur umsjón með mannauðsmálum. Mannauðsstjóri veitir stjórnendum stuðning, leggur til sérþekkingu og ferla sem styðja mannauðsstefnu stofnunarinnar.

Helsti verkefni:

- Þróun mannauðsstefnu og eftirfylgni hennar
- Ráðgjöf og stuðningur við stjórnendur í mannauðstengdum málum, m.a. við innleiðingu ánægjumæliskvarða á sviði mannauðsmála
- Stuðla að traustri og jákvæðri vinnustaðamenningu sem byggir á gildum Hafrannsóknastofnunar: samvinna – þekking - þor
- Umsjón með ráðningum, móttöku nýliða og þjálfun starfsmanna.
- Umsjón með fræðslu- og starfsþróunarmálum.
- Ábyrgð á ráðningasamningum og starfslýsingum í samstarfi við stjórnendur/sviðsstjóra?
- Þátttaka í mótun og framkvæmd kjaramála
- Aðkoma að stofnanasamningum
- Samskipti við viðeigandi stjórnssýslueiningar s.s. Fjársýslu ríkisins, kjara- og mannauðssýsluna.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði mannauðsmála eða skyldra greina
- Viðtæk og mikil starfsreynsla á sviði mannauðsstjórnunar
- Haldgóð reynsla af stefnumiðaðri mannauðsstjórnun, fræðslu- og starfsþróunarverkefnum, og breytingastjórnun er kostur
- Mjög góð færni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Þekking á kjarasamningum og reynsla af túlkun þeirra
- Góð færni í íslensku og ensku

Um er að ræða fullt starf með starfstöð í Reykjavík en fyrir liggur að stofnunin flytur í Hafnarfjörð á árinu. Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðuneytis og viðkomandi stéttarfélags. Æskilegt er að umsækjandi geti byrjað sem fyrst.

Óskað er eftir að umsókn fylgi greinargóð ferilskrá yfir menntun og fyrri störf, staðfesting á námi og kynningarbréf þar sem umsækjandi gerir grein fyrir ástæðu umsóknarinnar og útskýrir atriði í ferilskrá betur, eftir því sem viðkomandi telur þörf á.

Umsóknarfrestur er til og með 24 febrúar n.k.

Umsóknir skulu sendar á pósthafið mannauðsstjóri@hafogvatn.is. Nánari upplýsingar um starfið veita Sigurður Guðjónsson forstjóri (sigurdur.gudjonsson@hafogvatn.is) og Sóley Morthens sviðsstjóri þróunar, miðlunar og mannauðs (soley.morthens@hafogvatn.is).

Jafnt karlar sem konur, eru hvött til að sækja um starfið. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Hafrannsóknastofnun, rannsókn- og ráðgjafarstofnun hafs og vatna er stærsta rannsóknastofnun landsins á sviði haf- og vatnarannsóknna og gegnir auk þess ráðgjafarhlutverki varðandi skynsamlega nýtingu og verndun auðlinda hafs og vatna. Mikill hluti starfseminnar tengist alþjóðlegu samstarfi við erlendar hafrannsóknastofnanir og háskóla. Stofnunin rekur auk aðalstöðva í Reykjavík starfsstöðvar vítt og breytt um landið, tilraunaeldisstöð, tvö rannsóknaskip og hefur að jafnaði um 190 starfsmenn í þjónustu sinni.



Reykjavíkurborg

Skóla- og frístundasvið

Aðstoðarskólastjóri í Engjaskóla

Auglýst er staða aðstoðarskólastjóra í Engjaskóla.

Frá upphafi skólaárs 2020-2021 verður Engjaskóli annar tveggja grunnskóla fyrir nemendur í 1.-7. bekk í norðanverðum Grafarvogi. Auk Engjaskóla verður Borgarskóli fyrir nemendur í 1.-7. bekk og Víkurskóli 8.-10. bekk. Nemendur úr Engjahverfi og Staðahverfi á yngsta- og miðstigi munu sækja Engjaskóla og áætlaður nemendafjöldi um 279 nemendur. Innan skólans verður starfrækt frístundaheimili og félagsmiðstöð fyrir 10.-12. ára nemendur. Skólinn er staðsettur í fallegu umhverfi og framundan eru spennandi tímar við að móta og þróa metnaðarfullt skólastarf í nýjum grunnskóla sem byggir á gömlum merg.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Að vera í forystu og framkvæmd faglegrar stefnu skólans innan ramma laga og reglugerða og í samræmi við aðalnámskrá grunnskóla og skólastefnu Reykjavíkurborgar.
- Að leiða faglega forystu í skólanámskrárvinnu og skólaþróunarverkefnum.
- Að bera ábyrgð á og stjórna daglegri starfsemi skólans í samstarfi við skólastjóra.
- Að vinna að öflugu samstarfi innan skólasamfélagsins.
- Að stuðla að velferð nemenda í samstarfi við foreldra og annað fagfólk.
- Að vera staðgengill skólastjóra í fjarveru hans.

Hæfniskröfur

- Leyfisbréf sem kennari.
- Kennaramenntun með sérhæfingu á grunnskólastigi.
- Kennslureynsla í grunnskóla.
- Viðbótarmenntun í stjórnun æskileg og/eða reynsla af stjórnunarstörfum á grunnskólastigi.
- Reynsla af faglegri forystu í skólaþróunarverkefnum.
- Metnaður í starfi og áhugi á skólaþróun.
- Þekking, leikni og hæfni í upplýsinga- og tæknimennt.
- Lipurð og færni í samskiptum og samvinnu.
- Frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Góð færni í íslensku.

Ráðið er í starfið frá og með 1.ágúst 2020.

Umsóknarfrestur er til og með 22. febrúar 2020.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ v/Skólastjórafélags Íslands. Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/storf.

Nánari upplýsingar um veitir Álfheiður Einarsdóttir verðandi skólastjóri í síma 4117754 og tölvupósti alfheidur.einarsdottir@rvkskolar.is

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

ÞJÓNUSTUSTJÓRI

Sólar ehf. óskar eftir að ráða öflugan þjónustustjóra til starfa hjá fyrirtækinu. Við erum að leita að jákvæðri og ábyrgri manneskju til að vinna með öflugum hópi þjónustustjóra hjá Sólar. Starfið er mjög fjölbreytt og mikið um mannleg samskipti. Vinnutími er mjög sveigjanlegur og viðkomandi fær bíl og síma til umráða.

Starfssvið/verkefni:

- Ráðningar og þjálfun starfsfólks
- Samskipti við starfsfólk
- Umsjón og skipulag á vinnu starfsmanna
- Launavinnsla og skráning
- Samskipti við viðskiptavinum

Hæfniskröfur:

- Reynsla af stjórnun æskileg
- Háskólapróf er kostur
- Jákvæðni og þjónustulund
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Færni í mannlegum samskiptum

Viðkomandi þarf að hafa gilt bílpróf.

Við hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.

Vinsamlegast skilið inn umsóknum ásamt ferilskrá á www.hagvangur.is

Upplýsingar veitir Gyða Kristjánsdóttir, gyda@hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 16. febrúar 2020

Sólar er eitt stærsta þjónustufyrirtæki landsins. Við erum sérhæfð í ræstingum og tengdri þjónustu fyrir hótél, fyrirtæki og stofnanir. Hjá okkur starfa tæplega 400 frábærir starfsmenn og við leggjum áherslu á að vera góður vinnustaður þar sem starfsfólk á þess kost að vaxa í starfi. Sólar er aðili að Stjórnvísí félagi um framsækna stjórnun, Festu miðstöð um samfélagsábyrgð og UN Global Compact. Þá höfum við síðustu ár verið á meðal framúrskarandi fyrirtækja Creditinfo.









Sumarstörf í Reykjavík

Reykjavíkurborg óskar eftir öflugu og jákvæðu fólki í fjölbreytt afleysinga- og sumarstörf.

Þú getur sótt um margvísleg störf sem snerta daglegt líf borgarbúa með ýmsum hætti með það að leiðarljósi að gera Reykjavík að lifandi og fallegri borg sem veitir borgarbúum á öllum aldri þjónustu.

Kynntu þér hvað er í boði á vefsíðu Reykjavíkurborgar: reykjavik.is/sumarstorf

Umsóknarfrestur er til 26. febrúar.

LAUS STÖRF HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

Fjölskyldu- og barnamálasvið

- Starfsmaður á heimili fyrir fatlað fólk - Svöluás

Grunnskólar

- Umsjónarkennari - Menntasetrið við Lækinn

Leikskólar

- Deildarstjóri - Skarðshlíðarleikskóli
- Leikskólakennarar - Skarðshlíðarleikskóli
- Leikskólakennari - Bjarkalundur
- Leikskólakennari - Smáralundur
- Proskapjálfi - Stekkjarás

Stjórnsýslusvið

- Lögræðingur

Vinnuskóli Hafnarfjarðar

- Flokkstjórar - sumarstarf
- Umsjónarmaður - tímabundin ráðning
- Verkstjórar - sumarstarf
- Verkstjórar á skrifstofu - sumarstarf

Vakin er athygli á stefnu Hafnarfjarðarbæjar að jafna hlutfall kynjanna í störfum hjá bænum og að vinnustaðir bæjarins endurspegli fjölbreytileika samfélagsins.

Nánar á hafnarfjordur.is



RÁÐGJÖF

Að gera betur í dag en í gær er drifkraftur nýrra hugsana og betri árangurs.

RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari



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 viðskiptavinum 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

Capacent

Nýtt!

Capacent
flokkun
Sparar **tíma** og
fyrirhöfn!



Alfred

Verkfræðingur/tæknifræðingur
á umsýðardeild Suðursvæðis
í Hafnarfirði



ÖRYGGI
FRAMSÝNI
ÞJÓNUSTA
FAGMENNSKA

Laust er starf verkfræðings/tæknifræðings á umsýðardeild Vegagerðarinnar á Suðursvæði með starfsstöð í Hafnarfirði. Um 100% starf er að ræða.

Umsýðardeild Suðursvæðis hefur m.a. umsýð með útboðs- og áætlanagerð vegna bundinna slitlaga á Suðursvæði, umsýð og eftirlit með viðhalds- og þjónustuframkvæmdum bæði tæknilega og fjárhagslega sem og skráning í gagnabanka. Umdæmi deildarinnar er Reykjanes- og Höfuðborgarsvæðið allt að Hvalfjarðarbotni, stór hluti hálendisins og Suðurlandsundirlendið allt austur að Gígjukvísl.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Verkfræðingur/tæknifræðingur eða nám sem nýtist í starfi.
- Marktæk reynsla af sambærilegum verkefnum æskileg.
- Reynsla af stýringu verkefna æskileg.
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Frumkvæði, faglegur metnaður og árangursdrifni.
- Skipulögð og öguð vinnubrögð í starfi.
- Góð íslenskukunnátta.
- Kunnátta í ensku og einhverju norðurlandamáli kostur.



Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags. Umsóknarfrestur er til og með 14. febrúar 2020. Sótt er um starfið á www.starfatorg.is. Í umsókninni komi fram persónulegar upplýsingar ásamt upplýsingum um umbeðnar menntunar- og hæfniskröfur, þar með talið menntunar- og starfsferilsskrá. Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Nánari upplýsingar um starfið veita Svanur G. Bjarnason svæðisstjóri Suðursvæðis í síma 522-1310, og Bjarni Stefánsson deildarstjóri umsýðardeildar í síma 522-1461. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

HVAÐ DREYMR
ÞIG UM AÐ GERA
Í SUMAR?

Fjölbreytt og spennandi sumarstörf
fyrir 18 ára og eldri

Við leitum að fólki í sumarstörf
í leikskólum,
vinnuskóla,
garðrækt,
umönnun fatlaðra,
á bæjarskrifstofunna,
í upplýsingatæknideild
bæjarins,
sundlaugarnar
og fleiri skemmtilega
vinnustaði.



Umsóknartímabil er frá 8. febrúar til 29. febrúar.

Sæktu um á vef Kópavogsbæjar, kopavogur.is. Þar færðu líka nánari upplýsingar um störfin sem eru í boði.

Hlökkum til að sjá þig í sumar!



Kópavogsbær

kopavogur.is

Nýtt fólk



Pálmi framkvæmdastjóri Kadeco

Stjórn Kadeco hefur ráðið Pálma Frey Randversson sem framkvæmdastjóra félagsins. Hann tekur til starfa 1. mars. Pálmi hefur undanfarin ár starfað sem deildarstjóri og verkefnastjóri hjá Isavia við móttöku og utanumhald þróunar- og uppbyggingaráætlana Keflavíkurflugvallar. Þá hefur hann jafnframt stýrt hönnunarsamkeppni og forvali vegna þróunaráætlunar, tekið þátt í vinnu við deiliskipulag og aðalskipulag flugvallarins. Pálmi lauk M.Sc. prófi í Urban Design, borgarhönnun, frá Háskólanum í Álaborg árið 2009 og B.Sc. prófi í sama fagi frá sama háskóla 2003. Hann hefur setið fjölda ráðstefna og námskeiða varðandi þróun flugvallaborga. Pálmi starfaði áður sem verkefna- og teymisstjóri og borgarhönnuður hjá umhverfis- og skipulagssviði Reykjavíkurborgar. Þar stýrði hann fjölmörgum verkefnum tengdum umhverfis-, skipulags- og samgöngumálum.



Anna framkvæmdastjóri sölusviðs Coca-Cola á Íslandi

Anna Regína Björnsdóttir hefur tekið við nýju starfi framkvæmdastjóra sölusviðs Coca-Cola European Partners á Íslandi (Coca-Cola á Íslandi) en hún gegndi áður starfi framkvæmdastjóra fjármálasviðs hjá fyrirtækinu. Anna Regína hefur gegnt starfi framkvæmdastjóra fjármálasviðs Coca-Cola á Íslandi frá ársbyrjun 2018 en þar áður stýrði hún hagdeild fyrirtækisins. Hún er með meistaraþráðu í iðnaðarverkfræði frá Háskóla Íslands. Hún hóf starfsferil sinn í orkugeiranum og starfaði hjá Enex og síðar Geysir Green Energy. Árið 2012 gekk hún til liðs við Coca-Cola European Partners á Íslandi (þá Vífilfell) og hefur síðan þá byggt upp viðtæka þekkingu af dagvöru- og veitingamarkaðinum.



Valdimar til Arctica Finance

Valdimar Ármann, sem var áður forstjóri GAMMA Capital Management, hefur verið ráðinn til verðbréfafyrirtækisins Arctica Finance. Valdimar, sem er hagfræðingur og fjármálaverkfræðingur að mennt, staðfestir það í samtali við Markaðinn en hann hefur hafið störf sem sérfræðingur í markaðsviðskiptum félagsins. Hann lét af störfum sem forstjóri GAMMA í september í fyrra, eftir að hafa stýrt félaginu frá því í ársbyrjun 2017, en áður hafði hann gegnt starfi framkvæmdastjóra sjóða hjá fjármálafyrirtækinu um margra ára skeið. Þá starfaði Valdimar um árabíl í London og New York við verðbólgu- og afleiðuvíðskipti, fyrst hjá hollenska bankanum ABN AMRO og síðar Royal Bank of Scotland.



FRÉTTABLAÐIÐ

Tilkynningar um nýtt fólk Atvinnublað Fréttablaðsins kemur út á laugardögum í viku hverri. Umsjónarmaður blaðsins er Hrannar Helgason. Blaðið birtir valdar greinar um ráðningu nýrra starfsmanna. Sendið tilkynningar ásamt mynd af viðkomandi á netfangið: nyttfolk@frettabladid.is

Embætti fiskistofustjóra

Embætti fiskistofustjóra er laust til umsóknar en sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra skipar í embættið til fimm ára.

Leitað er eftir einstaklingi sem hefur leiðtogahæfileika, er framsýnn í hugsun, hefur sýnt hæfni í samskiptum og samvinnu og hefur metnað til að ná árangri í þágu almennings og atvinnulífs

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Árangursrík reynsla af áætlunargerð, stjórnun og rekstri
- Góð þekking og reynsla af stefnumótun
- Fagmennska, frumkvæði, drifkraftur, og jákvæðni
- Færni til tjáningar í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Þekking og/eða reynsla af stjórnsýslustörfum er kostur
- Þekking og reynsla af milliríkja- og alþjóðasamstarfi er kostur

Fiskistofa er stjórnsýslustofnun með höfuðstöðvar á Akureyri og rekur starfsstöðvar á sex stöðum á landinu. Þar starfa rúmlega 60 manns.

Hlutverk Fiskistofu er að stuðla að ábyrgri nýtingu auðlinda hafs og vatna. Stofnunin sinnir stjórnsýsluverkefnum á sviði fiskveiða, eftirliti með veiðum og vinnslu sjávarafurða. Einnig annast stofnunin stjórnsýslu og eftirlit samkvæmt lögum um lax- og silungsveiði, lögum um fiskrækt og fleiri lögum. Fiskistofa sér um söfnun, úrvinnslu og útgáfu upplýsinga á verkefnasviði sínu. Þá tekur stofnunin þátt í fiskveiðisamstarfi Íslands við önnur ríki eftir því sem við á. Fiskistofa veitir ráðherra ráðgjöf við samningu frumvarpa og reglugerða og sinnir öðrum verkefnum sem stofnuninni eru falin með lögum eða öðrum fyrirráðum.

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur fyrir starfið. Konur og karlar eru hvött til að sækja um embættið. Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra mun skipa þriggja manna valnefnd sem metur hæfni umsækjenda og skilar greinargerð til ráðherra.

Umsóknarfrestur er til og með 28. febrúar 2020.

Umsóknum skal skila rafrænt á netfangið postur@anr.is.

Upplýsingar um starfið veitir Kristján Skarphéðinsson, ráðuneytisstjóri í atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytinu á netfangið postur@anr.is

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun hefur verið tekin.

Stjórnarráð Íslands
Atvinnuvega- og
nýsköpunarráðuneytið

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

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

Capacent_

capacent.is

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



TILKYNNINGA ÖVIÐGANGDI
FÓLA ÓLÖGLEGU EFTIR
Á NETINU



Rannsóknarstaða í nafni dr. Kristjáns Eldjárns

Þjóðminjasafn Íslands auglýsir lausa til umsóknar sérstaka rannsóknarstöðu tengda nafni dr. Kristjáns Eldjárns, fyrrum þjóðminjavarðar og forseta Íslands, sbr. 3. gr. a. laga um Þjóðminjasafn Íslands nr. 140/2011.

Helstu verkefni og ábyrgð

Staðan er auglýst til eins árs. Fræðimaður skal senda inn umsókn, þar sem verkefnið er vandlega skilgreint og hvernig það verði til að efla menningarsögulegar rannsóknir. Verkefnið skal skilgreint sem eins árs verkefni.

Verkefni, eins og það er afmarkað, lýkur með formlegum verklokum að ráðningartíma liðnum. Stefnt skal að því að niðurstöður rannsókna verði birtar á viðurkenndum fræðilegum vettvangi eftir verklok en auk þess skulu þær kynntar með fyrirlestri, sýningu eða öðrum hætti innan Þjóðminjasafns Íslands. Rannsóknarniðurstöður skulu jafnframt varðveittar í Þjóðminjasafni Íslands.

Umsóknarfrestur er til og með 28.02.2020. Sótt er um starfið á heimasíðu safnsins: <https://www.thjodminjasafn.is/starfsemi-safnsins/um-stofnunina/starfsfolk/laus-storf/>

Nánari upplýsingar um starfið veitir Hildur Halldórsdóttir mannauðsstjóri í síma: 530-2239, netfang: hildur@thjodminjasafn.is

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 Launanevndar 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, Matis og Fræðslunet Suðurlands. Stuðningur við frumkvöðla, t.d. FAB LAB smíðja er í Vöruhúsi. Öll almenn þjónusta er til staðar í sveitarfélaginu og þar má nefna tónskóla, líkamsrækt, knattúss, sundlaug og heilbrigðisstofnun. Samgöngur til Hafnar eru greiðar, beint flug og strætó.

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

ráðum
ráðningarstofa

Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.



Sumarstörf

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins (SHS) vill ráða starfsfólk í sumar-afleysingar 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 öflugum 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**. Nánari upplýsingar um umsóknarferlið, hæfniskröfur og inntökuferlið er að finna á heimasíðu SHS.



Slökkvilið
höfuðborgarsvæðisins

www.shs.is

Vigtarmaður /Hafnarvörður

Faxaflóahafnir sf. óska eftir að ráða vigtarmann/hafnarvörð til starfa.

Starfið felst í umsjón með vigtun sjávarafla, skráningu upplýsinga í skráningakerfi Fiskistofu, reikningagerð og að annast hafnarþjónustu við skip og tengda aðila.

Starfsmaðurinn mun hafa starfsstöð í Reykjavík.

Hæfniskröfur eru góð tölvukunnátta og ritun á íslensku máli, nákvæm og skipulögð vinnubrögð og gott líkamlegt ástand. Æskilegt að viðkomandi hafi réttindi til vigtunar

Grunnnám Slysavarnaskóla sjómanna er æskilegt.

Umsókn, ásamt ferilskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið olafur@faxafloahafnir.is, eigi síðar en föstudag 28. febrúar n.k.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Gísli J. Hallsson yfirhafnsögumaður gisli@faxafloahafnir.is

Faxaflóahafnir hafa staðist jafnlaunavottun og hlotið Jafnlaunamerki Velferðarráðuneytis.



Auglýsing vegna úthlutunar byggðakvóta á fiskveiðiárinu 2019/2020 sbr. reglugerð um úthlutun byggðakvóta til fiskiskipa nr. 676, 4. júlí 2019

Sveitarfélagið Ölfus (Þorlákshöfn) Djúpavogshreppur (Djúpivogur)

ATH. Umsóknum skal skila í gegnum rafræna umsóknargátt, einnig skal skila staðfestingu um vinnslusamning sem viðhengi í umsóknargáttina á eyðublaði sem er að finna á heimasíðu stofnunarinnar (fiskistofa.is).

Umsóknarfrestur er til og með 21. febrúar 2020

Fiskistofa, 07.02.2020



Fullt af öflugum sölufólki!



Búmenn hsf
Húsnæðissamvinnufélag
Lágmúla 7
108 Reykjavík
Sími 552 5644
bumenn@bumenn.is
www.bumenn.is

Fundarboð

Aukaaðalfundur Búmannna hsf. verður haldinn á Grand Hótel við Sigtún 38 í Reykjavík í fundarsalnum Hvammi, þriðjudaginn 3. mars 2020 og hefst kl. 14.00

Dagskrá:

1. Kjör fundarritara og fundarstjóra.
2. Tillögur stjórnar Búmannna hsf. um breytingar á samþykktum Búmannna hsf.
3. Önnur mál.

Tillögur að breytingum á samþykktum Búmannna hsf. hafa verið birtar á heimasíðu Búmannna, www.bumenn.is. Einnig er hægt að nálgast tillögur að breyttum samþykktum á skrifstofu Búmannna að Lágmúla 7, 5. hæð, Reykjavík.

Stjórn Búmannna hsf.



Veiði í Reykjadalssá

Til sölu eru veiðileyfi í Reykjadalssá í Reykholtssdal í Borgarfirði, sumarið 2020. Veiðitímabilið er frá 20. júní til 30. september og rennt er fyrir laxi og urriða.

Í boði eru ýmist einn eða fleiri dagar og veitt er á tvær stangir.

Auðvelt er að komast að ánni, ágætt veiðihús er á staðnum og liðlega klukkutíma akstur frá höfuðborgarsvæðinu. Mjög góð veiði hefur verið í ánni undanfarin ár. Verð eru frá 14.400 kr á stöng fyrir daginn. Frekari upplýsingar um verð og lausa daga gefur Hörður Guðmundsson í gegnum: reykjadalssala@hotmail.com

Byggðarannsóknastyrkir

Byggðastofnun auglýsir eftir umsóknum um styrki úr Byggðarannsóknasjóði til rannsókna á sviði byggðamála.

Í umsóknum skal meðal annars koma fram greinargóð lýsing á rannsókninni, markmiðum hennar, ávinningi, nýnæmi og hvernig hún styður við tilgang sjóðsins. Við mat á umsóknum er meðal annars litið til hvernig verkefnið styður við markmið sjóðsins, vísindalegs- og hagnýts gildis þess og hæfni umsækjenda.

Umsækjendur geta verið einstaklingar, fyrirtæki, rannsóknar-, þróunar- og háskólastofnanir eða aðrir lögaðilar. Styrkir verða veittir til eins árs. Sjóðurinn hefur allt að 10 milljónir króna til úthlutunar. Samkvæmt reglum sjóðsins er miðað við að styrkir séu ekki færri en þrír og ekki fleiri en fimm í hvert sinn.

Rafrænt umsóknarform, reglur Byggðarannsóknasjóðs og starfsreglur stjórnar sjóðsins er að finna á vef Byggðastofnunar www.byggdastofnun.is.

Nánari upplýsingar veitir Sigríður K. Þorgrímsdóttir. Netfang: sigga@byggdastofnun.is. Sími 4555461 og 8697203.

Umsóknir þurfa að berast Byggðastofnun fyrir miðnætti fimmtudaginn 12. mars 2020.



BYGGÐASTOFNUN

Sími: 455 54 00 Fax: 455 54 99 postur@byggdastofnun.is
byggdastofnun.is



FALLEGT ATVINNUHÚSNÆÐI Í HJARTA HAFNARFJARÐAR

Hafnarfjarðarbær auglýsir **Vesturgötu 8** til leigu og óskar eftir tilboðum. Staðsetning fasteignar býður upp á mikla möguleika. Áhersla er lögð á að starfsemi í húsinu falli vel að stefnu bæjarins um að styrkja miðbæinn og auka enn frekar aðdráttarafi hans.

Húsið verður afhent vorið 2020

Fasteignin er hæð og ris, alls 138,3 m². Húsið er timburhús, byggt árið 1985. Tilboðsgjafi þarf að skila ítarlegum upplýsingum og greinargerð um ráðgerðan rekstur í húsinu. Skrifleg tilboð þurfa að berast fyrir kl. 10 þann 20. mars 2020.

Nánar á hafnarfjordur.is



HAFNARFJÖRÐUR

585 5500 hafnarfjordur.is

Auglýsing – Fiskislóð 41

Faxaflóahafnir sf. auglýsa hér með lóðina Fiskislóð 41 í Reykjavík lausa til umsóknar samkvæmt almennum skilmálum Faxaflóahafna sf. um lóðaúthlutun og lóðagjöld. Lóðin er 5.127 m² og hámarkshæð er allt að 14 metrar á hluta lóðarinnar. Landnotkun á lóðinni er skilgreind sem hafsækin þjónusta, verslun, þjónusta og fínlegri atvinnustarfsemi. Greiða skal lóðagjald fyrir lóðina miðað við nýtingarhlutfallið 0,5 eða 0,6 með millipöllum. Deiliskipulagi lóðarinnar var nýverið breytt þannig að nú er heimilt að byggja samkvæmt nýtingarhlutfallinu 1. Greiða þarf viðbótargjaldnagerðargjald, samkvæmt gjaldskrá Reykjavíkurborgar, fyrir fermetra umfram nýtingarhlutfallið 0,5 eða 0,6 með millipöllum.

Umsóknum skal skilað til skipulagsfulltrúa Faxaflóahafna (hildur@faxi.is) sem veitir einnig frekari upplýsingar um lóðina. Umsóknum skal skilað fyrir fimmtudaginn 20. febrúar n.k. ásamt greinargóðri lýsingu á fyrirhugaðri nýtingu lóðarinnar, fyrirhugaðar framkvæmdir og fjármögnun. Við úthlutun lóðarinnar verður horft til framangreindra þátta.

Skipulagsfulltrúi Faxaflóahafna sf.



STYRKIR ÚR HÚSVERNDARSJÓÐI REYKJAVÍKURBORGAR

Húsverndarsjóður Reykjavíkurborgar auglýsir eftir umsóknum um styrki til viðgerðar og endurgerðar á byggingum í Reykjavík sem hafa sérstakt varðveislugildi af listrænum eða menningarsögulegum ástæðum.

Eftirtaldir upplýsingar skulu koma fram í umsókn:

1. Lýsing á fyrirhuguðum framkvæmdum.
2. Tímaáætlun.
3. Kostnaðaráætlun.
4. Ljósmynd af húsinu eins og það er nú og eldri ljósmynd ef hún er til.

Frekari upplýsingar eru veittar í Húsverndarstofu í Árbæjarsafni sem opin er á miðvikudögum frá kl. 15-17 og í síma 411 6333 á sama tíma.

Umsóknir eru eingöngu móttæknar á þar til gerðu eyðublaði sem er að finna á rafrænni Reykjavík; <http://rafraen.reykjavik.is>.

Opnað verður fyrir aðgengi að umsóknum þann 12. febrúar 2020, kl. 13:00, og lokað verður þann 4. mars 2020, kl. 23:59.

Vakin er athygli á því að styrkir sem úthlutað verður 2020 og verða ekki nýttir fyrir lok árs 2021 falla niður.



BÍLDUDALSFLUGVÖLLUR

Vetrarþjónusta, eftirlit, viðhald og umhirða

Isavia Innanlands ehf kannar áhuga aðila á verktöku á rekstri Bíldudalsflugvallar.

Um er að ræða eftirfarandi verkefni:

- Daglegur rekstur flugvallar, sem felur í sér eftirlit og umhirðu m.a. snjómokstur
- Flugupplýsingaþjónusta í tengslum við flug
- Viðbragðsþjónusta, slökkvi- og björgunarþjónusta
- Viðhald og umhirða tækja og eigna flugvallarins

Áhugasamir eru beðnir um að hafa samband fyrir 15. febrúar næstkomandi, með því að senda póst á e-tenders@isavia.is þar sem gefið er upp nafn og kennitölu áhugasamra.

Vakin er athygli á því að einungis er verið að kanna áhuga.



ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- Málun í fasteignum Reykjavíkurborgar, hverfi 1, 2 og 3, útboð nr. 14739.
- Málun í fasteignum Reykjavíkurborgar, hverfi 4 og 5, nr. útboð 14740.
- Þjónusta sérfræðinga í tilteknum skipulags-, byggingar-, samgöngu-, umhverfis- og veitumálum fyrir Reykjavíkurborg, EES útboð nr. 14344 -

Opnað hefur verið fyrir umsóknir að nýju.

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



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

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



Sveitarfélagið
ÁRBORG

ÚTBOÐ

Sveitarfélagið Árborg óskar eftir tilboðum í : „Stígar í Árborg 2020“

Verkið felur í sér malbikun, gerð burðarlags og jarðvegsskipti þar sem það á við á stígum í Árborg.

A: Eyrabakkastígur að Kaldaðarnesvegi:
Verktaki skal jafna og þjappa núverandi styrktarlag, leggja út burðarlag (5cm þykkt), jafna og þjappa það og malbika síðan göngustíg (malbiksbreidd 2,5m).

B: Selfoss: Stígar í Tjarnahverfi:
Verktaki skal jafna og þjappa núverandi styrktarlag, leggja út burðarlag (5cm þykkt), jafna og þjappa það og malbika síðan göngustíg (malbiksbreidd 2,5m).
Mögulega þarf að jarðvegsskipta einhvern hluta stíganna.

C: Stokkseyri: Stígar við Blómsturvell:
Verktaki skal grafa óburðarhæf jarðlög uppúr stíg, leggja út styrktarlag, burðarlag og að lokum malbika stíg, malbiksbreidd 2,0m.

Helstu magntölur eru:	
Gröftur	350 m ³
Jöfnun og þjöppun á fyllingu	6000 m ²
Styrktarlag	560 m ³
Burðarlag, efni	440 m ³
Burðarlag, útfjöfnun og þjöppun	6330 m ³
Malbik Y8	5250 m ²

Verkinu skal að fullu lokið 1. ágúst 2020.

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með fimmtudeginum 13. febrúar 2020. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Bárð Árnason hjá Eflu á Suðurlandi með tölvupósti í netfangið ba@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til Eflu verkfræðistofu, Austurvegi 1-5, 800 Selfoss fyrir kl. 11.00 mánudaginn 2. mars 2020 og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Mannvirkja og umhverfissvið Árborgar

JARÐSTRENGIR

Jarðvinna og lagning

Landsnet óskar eftir tilboði í lagningu jarðstrengja. Verkið felst í því að grafa fyrir og leggja 66 kV jarðstreng, Neskaupstaðarlínu 2, og fjarskiptarör, alls um 10 km leið. Þar af um 0,5 km frá tengivirki á Eskifirði að gangamunna Norðfjarðarganga að sunnanverðu og um 9,5 km leið frá gangamunna Norðfjarðarganga að norðanverðu að tengivirki á Neskaupstað. Grafa fyrir og leggja 132 kV jarðstreng og fjarskiptarör frá tengivirkinu á Eyvindará, Eskifjarðarlínu 1, um 1,7 km leið að nýju endamastri á loftlínu ES1.

Opnun tilboða verður föstudaginn 13. mars 2020 kl. 11:00
hjá Landsneti að Gylfaflöt 9, 112 Reykjavík.

Allar nánari upplýsingar er að finna í útboðsgögnum sem verða birt á utbod.landsnet.is
í síðasta lagi þriðjudaginn 11. febrúar 2020.

LANDSNET

Landsnet | Gylfaflöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | landsnet@landsnet.is | www.landsnet.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 9. feb. kl. 13:00-15:00

Steinar S. Jónsson, Garðatorgi eignamiðlun, sími: 898 5254, steinar@gardatorg.is
Haraldur Björnsson, Garðatorgi eignamiðlun, sími: 787 8727, haraldur@gardatorg.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



GARÐATORG
EIGNAMIÐLUN

Skoðaðu íbúðirnar á:

hlidin.is

Garðar Hólm
Fasteignasali
Sími: 899 8811
gh@trausti.is

Steinar S. Jónsson
Löggiltur fasteignasali
Sími: 898 5254
steinar@gardatorg.is

LÁTTU FAGFÓLK **SELJA** ÞÍNA EIGN

- Hjá okkur starfar sterkt teymi löggiltra fasteignasala, lögfræðinga og viðskiptafræðinga
- Bókaðu söluerðmat þér að kostnaðarlausu



Björgvin Þór Rúnarsson
Löggiltur Fasteignasali

bjorgvin@domusnova.is

Sími: 855 1544

DOMUSNOVA
Fasteignasala



TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA

SÍMI 533 4040

kjoreign@kjoreign.is

Opnunartími mán-fös kl. 9-17

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



Laugavegur 59, Kjörgarður Skrifstofuhúsnæði til leigu.

73 fm skrifstofupláss auk sameignar á 2. hæð sem skiptist í opið rými.

Húsnæðið er til afhendingar strax, lyfta.

Húsið hefur farið í gegnum gagngerar endurbætur á liðnum árum og er allt hið glæsilegasta.

Laugavegur 59, Kjörgarður er með verslunum á neðri hæðunum, Bónus, Kormákur og Skjöldur og veitingastað á 2. hæð og skrifstofum.

Á efstu þremur hæðunum eru nýjar íbúðir. Bílastæðahús eru í nágrenni hússins.

Dan Wium, hdl og lögg. fasteignasali s: 896 4013



Eitt mest spennandi land í grennd við höfuðborgarsvæðið – Miklir möguleikar til staðar.

- Landið er 406,5 hektarar við þjóðgarðinn með útsýni yfir til Þingvallavatns og mikla fjallasýn.
- Landið er gríðarlega vel staðsett fyrir ofan veg.
- Árlega fer um 75% erlendra ferðmanna um þetta svæði.



Nánari upplýsingar veitir:

Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is sími: 695 5520

SKÁLABREKKA 801 Þingvellir



EIGNAMIDLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

DRAUMAHÆÐ 10, 150,6 m²
210 GARÐABÆR, 79,9 mkr.

OPIÐ HÚS Sunnudaginn 7 feb.
kl. 14:30 - 15:00

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 661 6021
hreiðar@eignamidun.is



Gott og vel skipulagt 150,6 fm, 6 herbergja raðhús á tveimur hæðum í rólegu og fjölskyldu hverfi innst í botnlanga við Draumahæð 10 í Garðabæ. Góð Timburverönd á bakvið hús. Eignin skiptist í forstofu, 4 svefnherbergi, 2 stofur, eldhús, 2 baðherbergi og bílskúr. Upphitað bílplan.



EIGNAMIDLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

TÚNGATA 47, 186,1 m²
101 REYKJAVÍK, 89,0 mkr.

OPIÐ HÚS Laugardaginn 8. feb.
kl. 14:00 - 14:30

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sölustjóri
Sími 899 1882
thorarin@eignamidun.is



Einstaklega vel staðsett parhús sem er tvær hæðir og kjallari. Einstaklega góður staður. Húsið er 186.1 fm. allt að 5 svefnherbergi, góðar stofur, Hús í góðu standi. Góður aflokaður suðurgarður.

Til afhendingar við kaupsamning.

KARLSSTAÐIR

766 Djúpavogshreppur



Jörðin Karlsstaðir liggur milli fjalls og fjöru á útströnd Berufjarðar í Djúpavogshreppi.

- Jörðin er um 135 ha að stærð og þar af 25 ha ræktuð tún og matjurtagarðar.
- Auk þess á jörðin ca 400 ha af óskiptu landi með tveimur nágrannabæjum. Þar á meðal hluta af Krossdal þar sem er afréttur og ágæt rjúpnaveiði. Hreindýraarður er á jörðinni.
- Á Karlsstöðum er föst búseta og þar er stunduð grænmetisrækt, veitingaþjónusta, rekstur gistiheimilis og matvælaframleiðsla.
- Miklar endurbætur hafa verið gerðar á síðustu 5 árum á nær öllum húsakosti sem er töluverður m.a. tvö íbúðarhús, gistiheimili fyrir 34 manns, veitingahús, matvælaframleiðsla o.fl.



Nánari upplýsingar veitir:

Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is sími: 695 5520

Verð: **Tilboð**

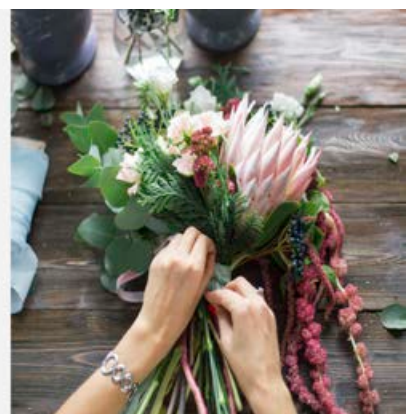
MIKLABORG

569 7000 • Lág múla 4 • miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

job

Erum við að
leita að þér?





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



Stýrmir
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
Löggiltur fasteignasali
S: 837-1177



Nanna Dröfn
Löggiltur fasteignasali
S: 694-2494



Diana 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

ÁSTU-SÓLLILJUGATA 2-12 Í MOSFELLSBÆ

OPIÐ HÚS

**Aðeins
ein neðri
hæð eftir**

**OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN
9. FEBRÚAR KL. 14:00 - 14:45**

**Nýjar og glæsilegar sérhæðir til
sölu á frábærum stað.**

Um er að ræða fjórbýli, efri og neðri sérhæðir, sem geyma 4ra og 5 herbergja íbúðir sem veita frábært útsýni.

Neðri hæð er skráð 129,3 fm, þar af er 17,8 fm geymsla.

Efri hæð er skráð 169,8 fm, þar af er 29,1 fm bílskúr.

Eignirnar skilast fullbúnar, án parkets, ásamt lóðafrágangi. Tvö bílastæði fylgja hverri eign



Nánari upplýsingar veita:



Garðar B.



Kristján

**Neðri hæð, verð: 55,8 millj.
Efri hæð, verð: 74,8 millj.**



OPIÐ HÚS

**Jaðarleiti 8
103 Reykjavík**

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 10. FEBRÚAR KL. 17:00 - 17:30
Björt og falleg 2ja herbergja 76,7 fm. íbúð á annarri hæð til suður og austurs. Suðursvalir með svalalokun. Stutt í alla þjónustu. Íbúðin getur verið laus við kaupsamning. Nánari uppl. veitir Kristín María s: 837-1177 kristin@trausti.is
Verð: 47,5 millj.



OPIÐ HÚS

**Langholtsvegur 158
104 Reykjavík**

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 11. FEBRÚAR KL. 17:00 - 17:30
Skemmtileg og vel staðsett 4ra herbergja 96,1 fm. íbúð í þríbýli á þessum eftirsóknaverða stað. Lítil geymsluskúr í garðinum tilheyrir eigninni. Húsið var drenað 2018. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040 eða kristjan@trausti.is
Verð: 48,9 millj.



OPIÐ HÚS

**Ægisíða 56
107 Reykjavík**

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 11. FEBRÚAR KL. 17:30 - 18:00
Rúmgóð og björt 6-7 herbergja hæð auk frístandandi bílskúrs og herbergis í kjallara í fallegu húsi á þessum einstaka stað. Eignin er skráð alls 210,8 fm. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040 kristjan@trausti.is
Verð: 115,5 millj.



OPIÐ HÚS

**Álfheimar 38
104 Reykjavík**

OPIÐ HÚS MIÐVIKUD. 12. FEBRÚAR KL. 17:00 - 17:30
Opin og björt 4ra herbergja íbúð á 3. hæð. Eignin er skráð 92,9 fm., þar af er 3,9 fm. geymsla. Vel staðsett eign þar sem stutt er í skóla, leikskóla og aðra þjónustu. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040 eða kristjan@trausti.is
Verð: 44,9 millj.



BÓKIÐ SKOÐUN

**Brautarholt 16
105 Reykjavík**

BÓKIÐ SKOÐUN
Mikið endurnýjað og mjög vel staðsett atvinnuhúsnæði sem hefur verið gert að gistiheimili auk geymslu í bakhúsi. Eignin er skráð alls 678 fm. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949 gudbjorg@trausti.is
Tilboð óskast í eignina



BÓKIÐ SKOÐUN

**Súðarvogur 54
104 Reykjavík**

BÓKIÐ SKOÐUN
Vel staðsett 148,3 fm. atvinnuhúsnæði á fyrstu hæð til sölu. Hentar vel fyrir ýmis konar verkstæðisrekstur, vinnustofu, stúdíó eða annað. Um 13 fm. óskráð geymsla er til viðbótar við skráða fermetra. Tvær innkeyrsluhurðir. Gott rými er fyrir faratæki. Nánari uppl. veitir Einar Örn s: 823-4969 einaro@trausti.is
Verð: 49,9 millj.

MIKLABORG

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

569 7000
miklaborg.is



Hallgerðargata 7

105 Reykjavík

Ný 5 herbergja 135,8 m² lúxusíbúð

Verð frá: 96,5 millj.

- Íbúðin er með sjávarútsýni til norðurs.
- Eldhús er opið að inni stofu.
- Stofan með útgengi út á svalir til norðvesturs.

Nánari upplýsingar veita:

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

Ásgrímur Ásmundsson
lögg. fasteignasali
Sími: 865-4120
asi@miklaborg.is

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is

Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 8829
pall@miklaborg.is



Ásvallagata 44

101 Reykjavík

Falleg, vel skipulögð og mikið endurnýjuð hæð í góðu húsi við Ásvallagötu

Verð: 63,9 millj.

- Stærð 115 fm og 5 herbergja
- 2 stofur og 3 góð svefnherbergi
- Góð staðsetning þar sem stutt er í skóla og alla helstu þjónustu

Nánari upplýsingar:

s. 899 5856 Gunnar S. Jónsson löggiltur fasteignasali



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 10. febrúar kl 17:00 - 17:30

Brekkustígur 14

101 Reykjavík

- Vel skipulögð íbúð við Brekkustíg 14
- 3ja herbergja 94 fm
- Stórar stofur og herbergi
- Góð staðsetning þar sem stutt er í alla helstu þjónustu



Nánari upplýsingar:

Gunnar S. Jónsson, lögg. fasteignasali
gunnar@miklaborg.is sími: 899 5856

Verð: 44,5 millj.



OPIÐ HÚS

Í dag laugardag frá kl. 14:00 - 14:30

Gerplustræti 12

270 Mosfellsbær

- 4ra herb endaíbúð á efstu hæð
- Stæði í lokaðri bílgeymslu
- Nýlegt hús, stutt í leik- og grunnskóla
- Lyfta og snyrtileg sameign
- Stofa og eldhús í opnu rými
- Útgengt á 18 fm svalir
- Gott útsýni



Nánari upplýsingar veitir:

Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is sími: 695 5520

Verð: 54,9 millj.



OPIÐ HÚS

Sunnudaginn 9. febrúar 16:00 - 16:45

Kaplaskjólsvetur 55

107 Reykjavík

- Falleg vel skipulögð 2ja herb á 1hæð
- Nýlegt eldhús, gólfefni og skápar
- Opin og björt íbúð
- Húsið nýlega steypuviðgert og málað
- RÁBÆR STAÐSETNING



Nánari upplýsingar veitir:

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: 36,9 millj.



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 10. febrúar kl. 17:00 - 17:30

Safamýri 95

108 Reykjavík

- Falleg og björt 150 fm neðri sérhæð
- Nýlegt eldhús og baðherbergi
- Nýleg gólfefni
- Stórar og bjartar stofur
- Frábær staðsetning



Nánari upplýsingar veitir:

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: 68,9 millj.

102 Reykjavík

Nýjar íbúðir við Hlíðarenda til sölu
Valshlíð – Fálkahlíð – Smyrilshlíð

Yfir 80 íbúðir seldar

OPIÐ HÚS

Laugardag og sunnudag frá kl. 14 til 15
Sýningar íbúð í Fálkahlíð 2

Glæsilegar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir í 102 Reykjavík.

- Vandaðar ítalskar innréttingar, fataskápar ná allir upp í loft, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir öllum íbúðum.
- Skoða má íbúðirnar á vefsíðunni www.102reykjavik.is
- Lögð er megin áhersla á litlar og meðalstórar vandaðar íbúðir, innréttaðar á hagkvæman og þægilegan máta.
- Húsin liggja umhverfis garð í miðjunni og þar undir er tveggja hæða bílakjallari.

Verð frá: 39,5 millj.



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



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



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



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



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is



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

MIKLABORG – Með þér alla leið

201 SMÁRI

SUNNUMÁRI

Nýr áfangi kominn í sölu

Sunnusmári 19-21

Sunnusmári 25
60 ára plús
lúxusíbúðir

201 SMÁRI

Sunnusmári 23

Sunnusmári – 201 Kópavogur

OPIÐ HÚS

Laugardag og sunnudag
frá kl. 12:00-13:00

Tökum á móti gestum
við Sunnusmára 19

Sunnusmári 19-21

Sunnusmári 23

Nýr áfangi kominn í sölu

- 80 nýjar íbúðir við Sunnusmára 19-21, 23 og 25
- Studio, 2ja, 3ja og 4ra herbergja íbúðir.
- Kynntu þér skipulag og stærðir á www.201.is

Sunnusmári 25

60+ LÚXUS íbúðir

Nánari upplýsingar veita:

Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jono@miklaborg.is

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

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

Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
attli@miklaborg.is

Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

Pantaðu
söluskoðun í dag

– Tryggðu þér íbúð

OPIÐ HÚS

laugardaginn 8. febrúar kl. 12:00 – 12:30

Mánatún 13

105 Reykjavík

- Glæsileg 170 fm íbúð á 7. hæð með yfirbyggðum svölum
- Tvö herbergi og svalir sem snúa til suðurs
- 50,4 fm þaksvalir
- Tvö stæði í bilakjallara

Nánari upplýsingar veitir:

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

Verð: 112,5 millj.

OPIÐ HÚS

sunnudaginn 9. febrúar kl 14:00 - 14:30

Skógarvegur 14

103 Reykjavík

- Glæsileg 161 fm íbúð
- Stæði í lokaðri bílgeymslu
- Stór stofa með opnu eldhúsi
- Hjónaherbergi m sér bað- og fataherbergi
- Þrjú svefnherbergi alls
- Vandaðar HTH innréttingar og tæki
- Fallegt fjölbýli með lyftu og snyrtilegri sameign

Nánari upplýsingar veitir:

Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jono@miklaborg.is sími: 695 5520

Verð: 83,9 millj.

OPIÐ HÚS

mánudaginn 10. febrúar kl. 17.30 – 18.00

Heiðargarði 86

108 Reykjavík

- Fallegt 165,3 fm steinsteipt einbýlishús á einni hæð
- Þar af er bílskúr 30,6 fm
- 3 - 5 svefnherbergi
- Fallegur gróinn garður með timburverönd mót suðri

Nánari upplýsingar veita:

Friðrik P. Stefánsson, hdl. og aðst. fasteignasala
fridrik@miklaborg.is sími: 616 1313

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: 84,9 millj.

OPIÐ HÚS

mánudaginn 10. febrúar kl. 16:30 - 17:00

Hæðargarður 29

108 Reykjavík

FYRIR 63JA ÁRA OG ELDRI

- Glæsileg 108,8 fm íbúð á 4hæð
- 2-3 svefnherbergi
- Suðursvalir með svalalokun
- Mikið útsýni
- Aðgangur að félagsmiðstöðinni Hæðargarði 31
- Mikið útsýni á 3 vegu

Nánari upplýsingar veita:

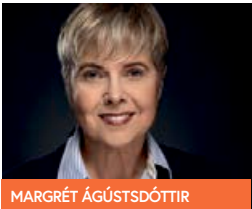
Friðrik P. Stefánsson, hdl. og aðst. fasteignasala
fridrik@miklaborg.is sími: 616 1313

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: 57,9 millj.



BÖRKUR HRAFNSSON



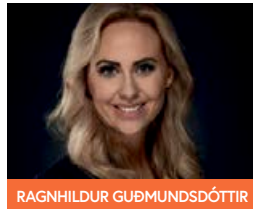
MARGRÉT ÁGÚSTSDÓTTIR



DAVÍÐ ÓLAFSSON



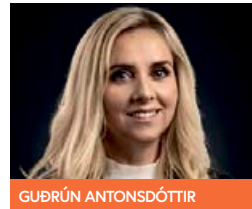
HÉDINN BIRNIR ÁSBJÖRNSSON



RAGNHILDUR GUDMUNDSDÓTTIR



STEFÁN JÓHANN ÓLAFSSON



GUÐRÚN ANTONSDÓTTIR



BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON



GUNNLAUGUR PRÁINSSON



INGIMAR INGIMARSSON



ÞÓRA BIRGISDÓTTIR



ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON



BRANDUR GUNNARSSON



SIGURÐUR FANNAR

B O R G

F A S T E I G N A S A L A

519 5500

SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS



BÓKIÐ SKOÐUN

📍 FÁKAHVARF 1	203 KÓPAVOGUR
EINBÝLISHÚS	7 HERBERGI
292m ²	
VERÐ: 119.9M	STÓRGLÆSILEGT EINBÝLISHÚS MEÐ AUKA ÍBÚÐ
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777-2882



BÓKIÐ SKOÐUN

📍 SÆBRAUT 1	170 SELTJARNARNES
EINBÝLISHÚS	7 HERBERGI
442.7m ²	
VERÐ: TILBOÐ	EINSTAKT HÚS MEÐ STÓRBROTNU SJÁVARÚTSÝNI
	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON 660-4777



BÓKIÐ SKOÐUN

📍 ARAKÓR 10	203 KÓPAVOGUR
EINBÝLISHÚS	5-6 HERBERGI
278m ²	
VERÐ: 95. M	EINSTAKT ÚTSÝNI - TIL AFHENDINGAR STRAX
	BRANDUR GUNNARSSON 897-1401



BÓKIÐ SKOÐUN

📍 KIRKJUTEIGUR 9	105 REYKJAVÍK
EINBÝLISHÚS	9 HERBERGI
347m ²	
VERÐ: 139. M	GLÆSILEGT EINBÝLISHÚS, AUKA ÍBÚÐ, BÍLSKÚR
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777-2882



OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 10.FEB 17:00-17:30

📍 FRAKKASTÍGUR 8	101 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	3 HERBERGI
81.4 m ²	
VERÐ: 55.9 M	STÆÐI Í BÍLSKÝLI - TIL AFHENDINGAR STRAX
	BRANDUR GUNNARSSON 897-1401



OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 9.FEB 15:00-15:30

📍 MÓAFLOT 49	210 GARÐABÆR
RADHÚS	5 HERBERGI
176.9 m ²	
VERÐ: 91.9 M	MIKIÐ ENDURNÝJAÐ RADHÚS Á EINNI HÆÐ
	ÚLFAR DAVÍÐS 788-9030 OG BÖRKUR 832-8844



OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 9.FEB 15:30-16:00

📍 FLÓKAGATA 61	105 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	5 HERBERGI
115.9 m ²	
VERÐ: 69.5 M	SÉRLEGA FALLEG ÍBÚÐ Á EFRI HÆÐ
	ÚLFAR DAVÍÐS 788-9030 OG BÖRKUR 832-8844



OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 9.FEB 15:00-15:30

📍 MEÐALBRAUT 4	200 KÓPAVOGUR
FJÖLBÝLISHÚS	6 HERBERGI
202.4m ²	
VERÐ: 74.9 M	EFRI HÆÐ Í VEGLEGU HÚSI Á GÓÐUM STAÐ Í KÓP.
	ÚLFAR DAVÍÐS 788-9030 OG BÖRKUR 832-8844



BÓKIÐ SKOÐUN LAUGARDAGINN 8.FEB 15:00-15:30

📍 GNOÐAVOGUR 86	104 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	4 HERBERGI
93.9 m ²	
VERÐ: 45.9M	MIKIÐ ENDURNÝJUÐ, TILBÚIN TIL AFHENDINGAR
	GUNNLAUGUR PRÁINSSON 844-6447



BÓKIÐ SKOÐUN

📍 SKÚLAGATA 44	101 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	4 HERBERGI
93.3 m ²	
VERÐ: 51.9 M	NÝSTANDSETT FALLEG ÍBÚÐ Í MIÐBÆNUM
	SIGURÐUR FANNAR 897-5930



OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 10.FEB 17:30-18:00

📍 BREIÐAVÍK 5	112 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	4 HERBERGI
113 m ²	
VERÐ: 54.5 M	BJÖRT OG FALLEG ÍBÚÐ, BÍLSKÚRSRÉTTUR (22,8)
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 772-2882



OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 8.FEB 16:00-16:30

📍 RAUÐÁS 14. ÍBÚÐ. 101	110 REYKJAVÍK
FJÖLBÝLISHÚS	2 HERBERGI
85.1 m ²	
VERÐ: 37.9 M	RÚMGÓÐ ÍBÚÐ TILBÚIN TIL AFHENDINGAR
	ÚLFAR DAVÍÐS 788-9030 OG GUNNLAUGUR 844-6447

Atvinnuhúsnæði óskar eftir starfsfólki

B O R G
A T V I N N U E I G N I R

Borg fasteignasala státar af reynslumiklu
teymi löggiltra fasteignasala og leigu-
miðlara sem aðstoða þig við kaup, sölu
og leigu atvinnuhúsnæðis.

Við gefum góð ráð, gerum verðmat og
hjálpum þér að koma hreyfingu á málín.

Hafðu samband, saman finnum við lausn
sem hentar þér og starfsemi þinni.

519 5500
SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS



Laugavegur 10			101 Reykjavík
Verslunar- og skrifstofuhúsnæði	Heildarstærð 417,4 fm	Verslun 243,2 fm	Skrifstofur 174,2 fm
Verð: Tilboð	Mjög vel staðsett og eitt fallegasta verslunar- og skrifstofuhúsnæði á Laugavegi		
Gunnlaugur löggiltur fasteignasali			844 6447 gunnlaugur@fastborg.is
Úlfar Þór löggiltur fasteignasali			788 9030 ulfar@fastborg.is



Brautarholt 4		105 Reykjavík
Skrifstofuhúsnæði	284 fm	Afhending strax
Verð: Tilboð	Opið rými sem auðvelt er að breyta	
Gunnlaugur lögg. fasteignasali	844 6447	gunnlaugur@fastborg.is
Siggi Fannar lögg. fasteignasali	897 5930	siggifannar@fastborg.is



Túngata 6		101 Reykjavík
Skrifstofuhúsnæði	518 fm	Sérmerkt bílastæði
Verð: Tilboð	Fallegt rými í virðulegu húsi	
Gunnlaugur lögg. fasteignasali	844 6447	gunnlaugur@fastborg.is
Siggi Fannar lögg. fasteignasali	897 5930	siggifannar@fastborg.is



Skeifan 19		108 Reykjavík	
Verslunar- og þjónustuhúsnæði		5.829 fm	
Verð: Tilboð	Vinsæl staðsetning í Reykjavík		
Leigusali er tilbúinn að innrétta að ósk kaupanda			
Brandur lögg. fasteignasali		897 1401	brandur@fastborg.is



Eyjaslóð 4		101 Reykjavík
Skrifstofuhúsnæði	2. hæð	211,1 fm
Verð: Tilboð	Nýstandsett og rúmgott	
Gunnlaugur lögg. fasteignasali	844 6447	gunnlaugur@fastborg.is
Úlfar Þór lögg. fasteignasali	788 9030	ulfar@fastborg.is

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

- Hjá okkur starfar sterkt teymi löggiltra fasteignasala, lögfræðinga og viðskiptafræðinga
- Bókaðu söluerðmat þér að kostnaðarlausu



Ingunn Björg Sigurjónsdóttir
Löggiltur Fasteignasali

ingunn@domusnova.is

Sími: 856 3566

DOMUSNOVA
Fasteignasala

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

Capacent_

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

capacent.is

EIGNAMIDLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVÉGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

VALLAKÓR 2C, 124.3 m²
203 KÓPAVOGUR, 56.900.000 kr.

OPIÐ HÚS Laugardaginn 8. feb.
kl. 13:00-13:30

Herdís Valb. Hölludóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166
herdis@eignamidlun.is



Falleg og rúmgóð 124.3 fm. 3ja herb. útsýnisíbúð á 2. hæð (207) að Vallakór 2, Kópavogi. Vandaðar innréttingar, þvottaherb. innan íbúðar, lyftuhús, útsýnisvalir með hita í gólf og yfirbyggt bílskýli.

Hallarmúli 2 108 Reykjavík



Hallarmúli 2 – til sölu eða leigu

- Fallegt 1.530 fm verslunar og þjónustuhúsnæði
- Mikið auglýsingagildi
- Sér merkt einkabílastæði fylgja húsinu bæði við norður og vesturhlíð hússins
- Laust strax



Nánari upplýsingar veitir:

Þróstur Þórhallsson, lögg. fasteignasali
throstur@miklaborg.is sími: 897 0634

MIKLABORG

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

EIGNAMIDLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVÉGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

STRIKIÐ 10, 100.7 m²
210 GARÐABÆR, 61,5 mkr.

OPIÐ HÚS Laugardaginn 8. feb.
kl. 13:30-14:00

Bjarni T. Jónsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 895 9120
bjarni@eignamidlun.is



Fyrir 60 ára og eldri. 3ja herb. glæsileg 100,7 fm íbúð ásamt stæði í bílageymslu í Sjólandi í Garðabæ. Íbúðin skiptist í forstofugang, hol, tvö svefnherbergi, baðherbergi með sturtu og innréttingu, stofu, eldhús og þvottahús innaf eldhúsi. Geymsla í íbúð og í kjallara. Yfirbyggðar svalir og útsýni.

Opið hús

Laugardaginn 8.febrúar kl. 14:00 – 15:00
Sunnudaginn 9.febrúar kl. 14:00 – 15:00



Gerðarbrunnur 2 fjölbýli. Nýtt í sölu í Úlfarsárdal

Nýtt fallegt tveggja hæða 6 íbúða fjölbýli í fjölskylduvænu umhverfi. Húsið er einangrað og klætt að utan með áklæðningu. Áklæddir timburgluggar. Stæði í opinni bílageymslu fylgja 3ja og 4ra herbergja íbúðunum. Góð staðsetning neðst í Úlfarsárdal, skóli, leikskóli og íþróttasvæði í næsta nágrenni. Afhending í maí/júní 2020.



Guðbjörg Guðmundsdóttir
löggiltur fasteignasali
gudbjorg@fjolhus.is
sími: 899 5533



Thelma Víglundsdóttir,
löggiltur fasteignasali
thelma@fjolhus.is
sími: 860 4700

www.fjolhus.is Lágmúla 6 sími 511 1020



3ja herbergja íbúðir
93,1 fm
Verð 49,9 millj.
Bílastæði í
bílageymslu

2ja herbergja íbúðir
68,7 fm
Verð 38,9 millj.



4ra herbergja
íbúðir
121,9 fm
Verð frá 57,9 millj.
Bílastæði í
bílageymslu

FJÖLHÚS
FASTEIGNASALA



SÝNUM DAGLEGA, BÓKIÐ
SKOÐUN HJÁ SÖLUMÖNNUM

FREKARI UPPLÝSINGAR



Pórarinn M. Friðgeirsson.
Lögg. fasteignasali, sölustjóri.
Sími 899 1882



Brynjar P. Sumarliðason
BSc í viðskiptafræði, löggiltur
fasteignasali. Sími 896 1168



Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur
fasteignasali. Sími 895 9120



Hreiðar Levy Guðmundsson
Nemi til löggildingar
fasteignasala. Sími 661 6021



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrar.hagfr./löggiltur
fasteignasali. Sími 663 2508



Herdis Valb. Hölludóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166

EFSTALEITI

103 REYKJAVÍK

- Nútímalegt íbúðarhverfi á einum besta stað í borginni. Sannkallað miðborgar hverfi í göngufræi við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði.
- Íbúðirnar eru glæsilega innréttaðar.

LOKAÁFANGI Í SÖLU

- Rut Kára innanhússarkitekt sér um efnis- og litaval á innréttingum og flísum.
- Fyrstu íbúðir til afhendingar vorið 2020. Fjölbreytt úrval íbúða, verð frá 28,9 millj.

FJÖLBREYTT ÚRVAL ÍBÚÐA, VERÐ FRÁ 28,9 MILLJ.

KYNNING SUNNUDAGINN 9. FEB. KL. 13-14



FREKARI UPPLÝSINGAR



Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrar.hagfr./löggiltur
fasteignasali. Sími 663 2508



Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur
fasteignasali. Sími 895 9120

NÝTT Í SÖLU – LOKAÁFANGI FALLEGT ÚTSÝNI



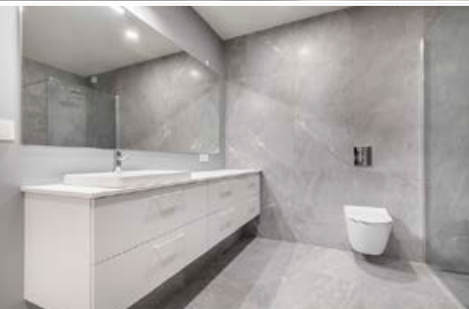
FREKARI UPPLÝSINGAR



Hilmar Þór Halfreðsson
Löggiltur fasteignas., lögg.
leigumiðlari. Sími 824 9098



Daði Halfrósson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096



BORGARTÚN 28 a

105 REYKJAVÍK

VERÐ FRÁ 59,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 9. FEB. K. 14-15

- 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. Arkitekt er Orri Árnason hjá Zeppelin Arkitektum.

GERPLUSTRÆTI 21-23

270 MOSFELLSBÆR

VERÐ FRÁ 40,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 8. FEB. KL. 13-14

- Fullbúnar íbúðir, án megin gólfefna
- Innréttingar frá GKS
- Innbyggður ísskápur og upphvottavél
- Afhending: G 23 í júní 2020 / G 21 í október 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

																							
Pórunn	Hannes	Stefán	Kristján	Sveinn	Helga	Hrafn	Lára	Vernharð	Vera	Diðrik	Arna	Þorsteinn	Stefanía	Magnús	Gunnar	Bjarni	Albert	Kolbeinn	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	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALA	LÖGGILTUR FASTEIGNASALA	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI



Snyrtistofa í Reykjavík

STÆRÐ: 137 fm FJÖLDI HERBERGJA: 8

Rótgróin snyrti, nudd, nagla og fótáaðgerðarstofa ásamt öllum búnaði. Stofan hefur verið lengi í rekstri og er vel staðsett í fjölsóttum verslunarkjarna á höfuðborgarsvæðinu.

Heyrumst
Hannes > 699 5008 5.900.000kkr

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS > 11. feb 17:30 - 18:00



Kirkjuvellir 12A

221 HAFNARFJÖRÐUR

STÆRÐ: 59,1 fm FJÖLBÝLI HERB: 2

Falleg 2ja herbergja íbúð á efstu hæð í góðu viðhaldsléttu lyftuhúsi með séringangang af svölum. Stofa með útgengi á svalir. Þvottavél í innréttingu á baði. Stutt í skóla og alla helstu þjónustu. Frábær fyrstu kaup.

Heyrumst
Helga > 822 2123 35.700.000kkr

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS > 8. feb 14:00 - 14:30



Lundur 21

200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 101 fm FJÖLBÝLI HERB: 3

Björt og vel skipulögð þriggja herbergja íbúð á fyrstu hæð með timburverönd í suður, ásamt sérmerktu staði í bílageymslu í nýlegu fjölbýli.

Heyrumst
Lára > 899 3335 61.900.000kkr

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS > 8. feb 14:00 - 14:30



Hlíðarhjalli 72

200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 252 fm HÆÐ HERB: 7

Vönduð eign á útsýnisstað í suðurhlíðum Kópavogs. Húsið var byggt árið 1987. Tvöfaldur bílskur. Húsið stendur innst í botnalanga með gróinni Kópavogsdalinn, grænt svæði og fallegar gönguleiðir í næsta nágrenni.

Heyrumst
Hannes > 699 5008 89.900.000kkr

Löggiltur fasteignasali

Íbúðir afhendast með svalalokun



Bæjarlind 5

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 64-240 fm FJÖLBÝLI HERB: 2-4

LIND fasteignasala kynnir:

Húsið er 12 hæðir auk bílageymslu og eru útsýnisíbúðir í boði frá 6.hæð. Húsið er allt klætt, ál-tré gluggar, teiknað af Hornsteinum og lýsing hönnuð af Lumex. Öllum íbúðum fylgja svalalokanir.

Íbúðum verður skilað fullbúnum án gólfena en gólf verða þunnflotuð að undanskildum votrymum (baðherbergi og þvottahús) sem verða flísalögð. Öllum íbúðum fylgja innbyggð tæki í eldhúsi: ísskápur, uppþvottavél, spanhelluborð, ofn og örbylgjuofn að undanskildum tveggja herbergja íbúðunum.

Heyrumst
Stefán > 892 9966 Frá 43.9 Mkr

Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS > 9. febrúar 14:00 - 14:30



Álalind 4-8

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 123-155 fm FJÖLBÝLI HERB: 4-5

LIND fasteignasala kynnir:

Fullbúnar og vandaðar íbúðir í nýju lyftuhúsi að Álalind 4-8. Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum, innbyggðum kælskáp og uppþvottavél, innfelld lýsing og önnur ljós fylgja.

Íbúðirnar afhendast fullbúnar að innan, með gólfefnum og ljósum. Ljós eru innbyggð að hluta, kubbaljós, ljósakúplar og kastarar fylgja. Baðherbergi eru flísalögð, bæði veggir og gólf. Gólf á þvottahúsum eru flísalögð.

Heyrumst
Stefán > 892 9966 Frá 62.9-73.8 Mkr

Löggiltur fasteignasali



URRIÐAHOLTSSTRÆTI 30, 210 GARÐABÆR - NÝJAR OG GLÆSILEGAR ÚTSÝNISÍBÚÐIR -

3-5 herbergja íbúðir
Stærðir 89,9 - 146,1 fm.
Verð frá 47,9 millj. kr.

Sölusýningar:

Laugardaginn 8. febrúar milli kl. 14 og 15
Sunnudaginn 9. febrúar milli kl. 14 og 15

Fullbúin sýningaríbúð til sýnis

Íbúðirnar skilast fullbúnar með gólfefnum, uppþvottavél og ísskáp. Stæði í lokuðu bílastæðahúsi fylgir flestum íbúðum.

Húsið

Húsið er 5 hæða fjölbýlishús með 13 íbúðum, einum stigagangi og einni lyftu. Þrjár íbúðir eru undir 90 fm. Heildarfjöldi bílastæða er 25. 15 bílastæði eru á lóð og 10 stæði í lokuðu bílastæðahúsi. Hönnun hússins er samkvæmt kröfum til algildrar hönnunar og því auðvelt að aðlaga það að þörfum hreyfihamlaðra til búsetu. Útveggir eru einangraðir að utan og klæddir með álklaðningu. Gluggar og hurðir eru ál/tré og því húsið viðhaldslítið.

Urriðaholt

Hverfið er einstakt og nýstárlegt. Umkringt óspilltri náttúru en um leið í nálægð við góðar samgönguæðar og sérlega vel staðsett innan höfuðborgarsvæðisins. Í jaðri hverfisins eru helstu útivistarsvæði höfuðborgarsvæðisins, ósnortin náttúra og einn glæsilegasti golfvöllur landsins.

Allar frekari upplýsingar veita:



Þorsteinn Yngvason
Löggiltur fasteignasali
thorsteinn@fastlind.is
Símanúmer: 696-0226



Magnús Már Lúðvíksson
Löggiltur fasteignasali
magnus@fastlind.is
Símanúmer: 699-2010

LIND
FASTEIGNASALA

PK
VERK

Starfsfólk okkar starfar eftir gæðahandbók að tryggja gæði í vinnubrögðum • Hjá okkur starfar fjöldi lögfræðinga sem er mikilvæg stoð fyrir okkar viðskiptavinum
Við seljum mikinn fjölda fasteigna á ári hverju og byggjum þannig á mikilli reynslu • Við veitum frábæra þjónustu allt sóluferlið

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN



Skyggisbraut 30 - Reykjavík
Stærð: 186,3 fm - Efsta hæð - 2 stæði í opnum bílakjallara
Allar upplýsingar veitir Gunnar lgf. í síma 776 3848



Brúarfljót 2 - Mosfellsbær
Stærð: 59,5 fm - Möguleiki á millilofti - Nýbygging
Allar upplýsingar veitir Hrannar lgf. í síma 899 0720



Brúarfljót 2 - Mosfellsbær
Stærð: 127,5 fm með 62,7 fm geymslulofti - Nýbygging
Allar upplýsingar veitir Hrannar lgf. í síma 899 0720



Ögurhvarf 4 - Kópavogur
Stærðir: 147,1 fm - 151,1 fm - Nýb. - 4 herb. - 2 baðherb.
Allar upplýsingar veitir Snorri lögmaður í síma 699 4407



Sólheimar 23 - Reykjavík
Stærð: 123,4 fm - 5 herb. á 5. hæð - Lyftuhús
Allar upplýsingar veitir Aðalsteinn í síma 773 3532



Krummahólar 8 - Reykjavík
Stærð: 119,7 fm - Verönd - Stæði í bílageymslu
Allar upplýsingar veitir Gunnar lgf. í síma 776 3848



Dalbrekka 12 - Kópavogur
Stærð: 88,3 fm - Nýb. - Stæði í bílag. - Svalir & verönd
Allar upplýsingar veitir Agnar í síma 820 1002



Dalbrekka 14 - Kópavogur
101,9-105,4 fm - 2 stæði í bílageym. per íbúð á 5 & 6 hæð
Allar upplýsingar veitir Oscar Clausen í síma 861 8466



DOMUSNOVA

Fasteignasala

DOMUSNOVA - HLÍÐASMÁRA 4 KÓPAVOGI - AUSTURVEGI 6 SELFOSSI & STILLHOLTI 16-18 AKRANESI
SÍMI 527 1717 - WWW.DOMUSNOVA.IS

HEIÐMÖRK 64 & 68

AÐEINS 3 HÚS EFTIR



OPIÐ HÚS Á MORGUN

9. febrúar kl. 15:00-15:30

Ný, fullbúin og glæsileg raðhús í Hveragerði

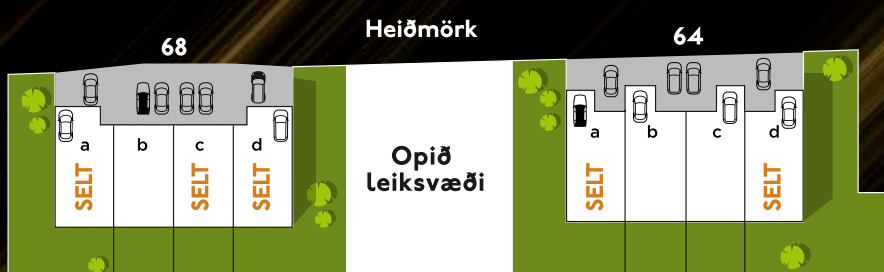
Blómabærinn Hveragerði er vaxandi bæjarfélag í rúmlega hálf tíma akstursfjarlægð frá höfuðborginni.

Náttúrufegurð í Hveragerði og nágrenni er einstök, heitar laugar og fallegar gönguleiðir. Sannkölluð náttúruparadís.

Í Hveragerði eru innviðir til fyrirmyndar. Góð íþróttaaðstaða fyrir börn og fullorðna inni og úti, m.a. 9 holu golfvöllur. Sífelld fleiri gæða- veitingastaðir hafa opnað á undanförunum árum sem njóta vinsælda langt út fyrir bæjarmörkin.

Glæsileg 4ra íbúða raðhús hönnuð af ALARK arkitektum. Húsin eru byggð úr forsteyptum og sérstyrktum einingum sem steyptar eru við bestu aðstæður. Þau eru afhent fullbúin að innan sem utan. Bakgarðar húsa snúa mót suðri.

- ♦ Tvær stærðir af íbúðum
- ♦ Endaraðhúsin eru með bílskýli
- ♦ Miðjuhúsin eru með bílskúr
- ♦ Endaraðhús: 117,2 m² Verð: 51.500.000 kr.
- ♦ Miðjuhús: 126 m² Verð: 53.000.000 kr.
- ♦ 30-40 mín. akstursfjarlægð frá Reykjavík



Guðný Guðmundsdóttir
gudny@domusnova.is
Sími: 821 6610



Agnar Agnarsson
agnar@domusnova.is
Sími: 820 1002



Oscar Clausen
oc@domusnova.is
Sími: 861 8466

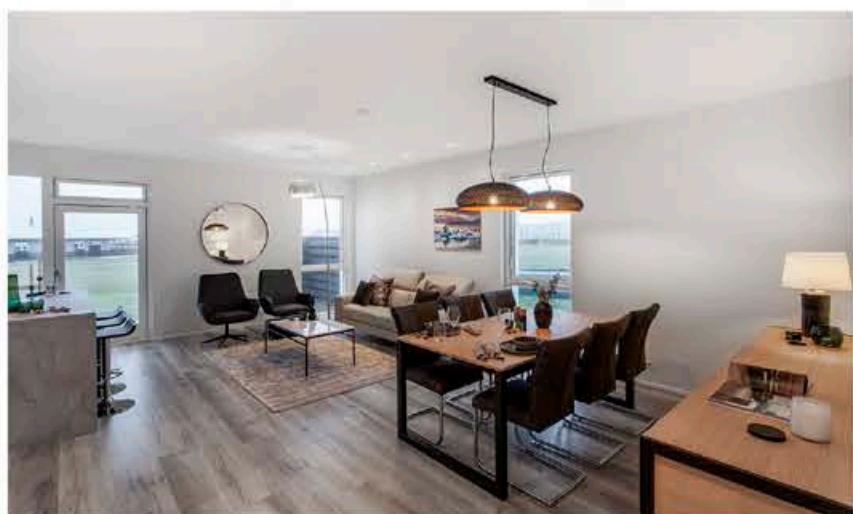
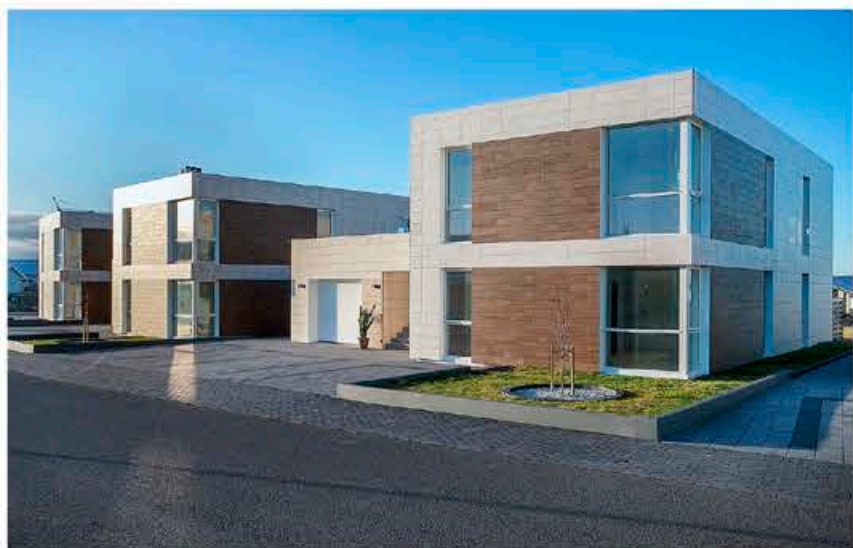
DOMUSNOVA

Fasteignasala

HLÍÐASMÁRA 4 KÓPAVOGI - AUSTURVEGI 6 SELFOSSI & STILLHOLTI 16-18 AKRANESI
SÍMI 527 1717 - WWW.DOMUSNOVA.IS

SÖLUSÝNING

MÁNUDAGINN 10.FEB KL 17:00-17:30



LEIRDALUR 15-21

260 REYKJANESBÆR

- ✓ Glæsilegar 4 herbergja 109,5 fm íbúðir
- ✓ Bílskúr er 32 fm, valkvætt er hvorri íbúð hann fylgir
- ✓ Fullbúnar eignir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Viðhaldslétt staðsteypt hús klætt með flísum
- ✓ Sólþallur fylgir jarðhæð, þaksvalir fylgja efri hæð
- ✓ Gólfhiti í íbúðum og hitalögn í gönguleið á lóð
- ✓ Friðsælt og fjölskylduvænt hverfi í Reykjanesbæ
- ✓ Verð án bílskúr er 49.5 mkr. með bílskúr 56.5 mkr.



SÖLUSÝNING

MÁNUDAGINN 10 FEB. KL 18:00-18:30



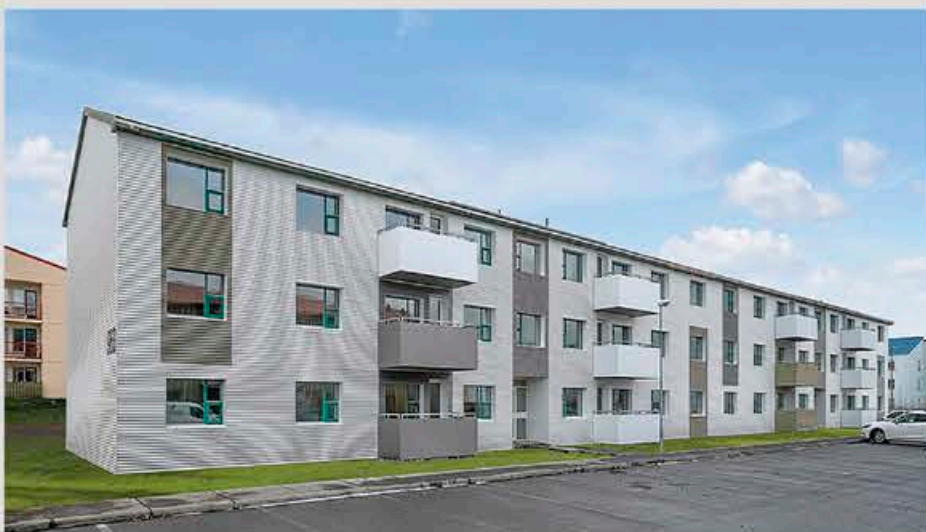
BOGABRAUT 962 & 963

262 REYKJANESBÆR

- ✓ 11 seldar af 22 íbúðum á Bogabraut 963
- ✓ 22 íbúðir voru að koma í sölu á Bogabraut 962
- ✓ 3 herb. 94 - 98 fm fullbúnar og glæsilegar íbúðir
- ✓ Vandaðar innréttingar og tæki

BOGABRAUT.IS

Verð frá 26.9 mkr.



BRYNJUREITUR

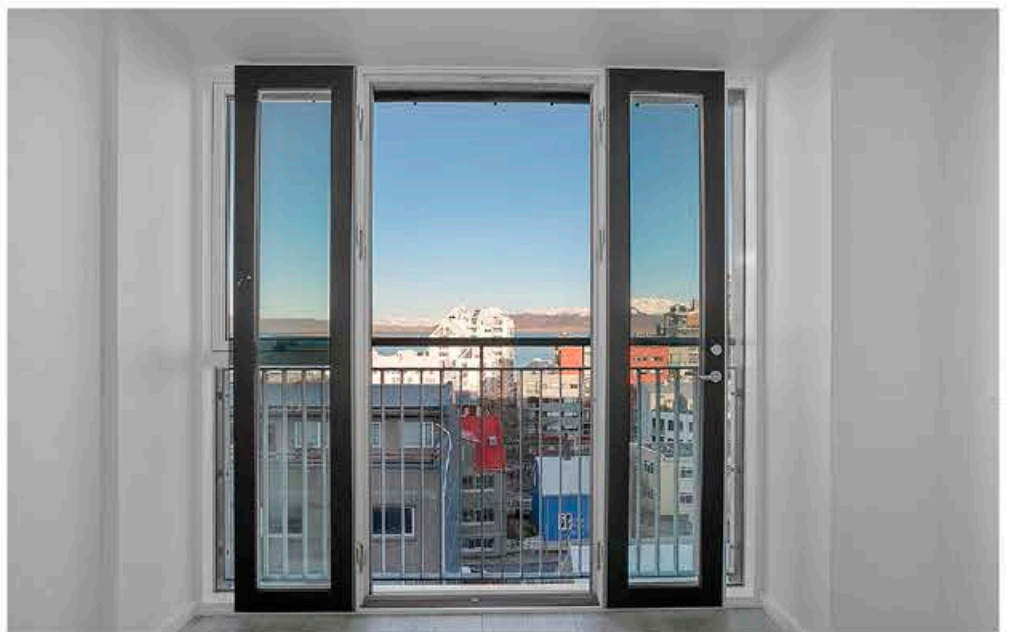
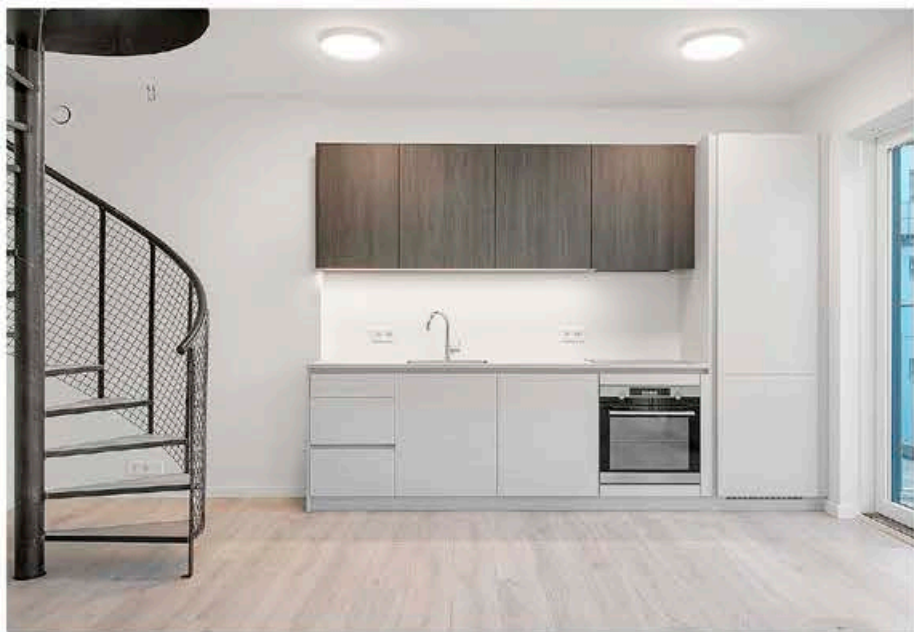
HVERFISGATA 40-44
LAUGAVEGUR 27 A&B

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 10.FEB KL 12:00-12:30



BRYNJUREITUR.IS

45 SELDAR
AF 72 ÍBÚÐUM



- ✓ 13 íbúðir eftir af 49 á Hverfisgötu 40-44
- ✓ 14 íbúðir eftir af 23 á Laugavegi 27a og b
- ✓ Stórar svalir, stæði í bílgeymslu, gólfsíðir gluggar og fallegt útsýni með mörgum íbúðum
- ✓ Stærðir frá 32,7 - 102,4 fm
- ✓ Verð frá 30.9 mkr.

RE/MAX



Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali | Sími 862 2001 | gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali | Sími 899 6753 | arg@remax.is

SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 9.FEB KL 12:00-12:30

VEFARASTRÆTI 40-44

- ✓ Aðeins 9 íbúðir eftir af 32 íbúðum
- ✓ Skemmtilegar 4 herb. íbúðir frá 96,1 - 125 fm
- ✓ Fullbúnar íbúðir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Fallegur útsýnisstaður í Mosfellsbæ
- ✓ Verð frá 47.9 - 57.9 mkr.



VEFARASTRAETI.IS



ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is



SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 9.FEB KL 13:30-14:00



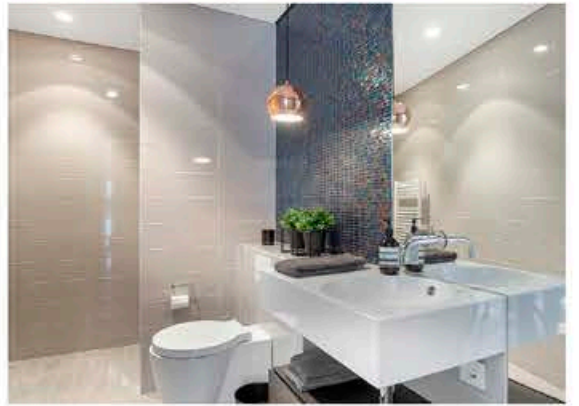
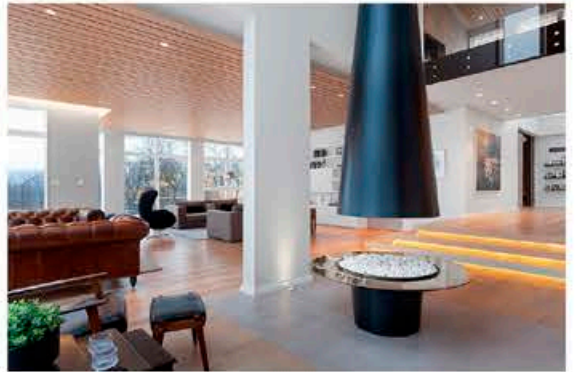
BJARKARHOLT 25-29

- ✓ 34 glæsilegar íbúðir á bilinu 67 - 185 fm
- ✓ Eignirnar afhendast fullbúnar án gólfefna
- ✓ Tæki og innréttingar af vandaðri gerð
- ✓ Á besta stað í nýjum miðbæ Mosfellsbæjar

NMM.IS

VERÐ FRÁ 39.9 mkr.





STIG AHLÍÐ 68A

- ✓ Stórglæsilegt og einstaklega vel hannað einbýlishús
- ✓ Vandað efnisval og allar innréttingar sérsníðnar
- ✓ Innst í botnlanga á eftirsóttu svæði í Reykjavík
- ✓ Stærð fasteignar er 411,9 fm auk 68,1 fm bílskúrs



VERÐ TILBOÐ / PANTIÐ SKOÐUN

SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 9.FEB KL 15:00-15:30



ÁSBRAUT 1A & 1B

- ✓ 3 íbúðir eftir af 6 íbúðum frá 96,6 - 147 fm
- ✓ Fullbúnar eignir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Viðhaldslétt hús með sléttu áli og harðvið
- ✓ Tvennar svalir eða verandir með hverri íbúð
- ✓ Góð staðsetning innst í botnlanga í rótgrónu hverfi

VERÐ FRÁ 59.9 - 89.9 mkr.

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is



Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabíl.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is



Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is

» Ráðningarþjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

■ Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.

■ Markviss leit

Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.

■ Þriggja mánaða ábyrgð

Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðning í hans stað án endurgjalds.

■ Ekkert staðfestingargjald

Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavininn okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.

■ Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.

■ Fjölbreyttar þjónustuleiðir

Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.

■ Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.

■ Sanngjarnt verð

Þjóðum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð!

HH Ráðgjöf er alhliða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is



HH
RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

Parmaflóran í forgrunni

Auglýsing

Í dag hefur áhugi og þekking vísindasamfélagsins á parmaflórunni aukist mjög frá því sem áður var og ekki síst vegna þess að sýnt þykir að heilbrigði parmaflóru okkar getur skipt miklu máli fyrir heilsu okkar almennt, jafnt líkamlega sem andlega.

Hippocrates sagði á sínum tíma „**Allir sjúkdómar hefjast í meltingarvegi**“ og þó svo hann hafi ef til vill ekki fengið þann hljómgrunn sem hann vonaðist eftir þá er margt sem bendir til þess nú að hann hafi haft á réttu að standa hvað þetta varðar, að einhverju leyti í það minnsta.

Fjölmargir þættir geta haft áhrif á parmaflóru okkar og hún tekur stöðugum breytingum, meðal annars vegna þess sem við neytum en einnig vegna ytri þátta. Það er mikilvægt að huga að heilbrigði parmaflórunnar, ein leið til þess er að taka inn góða mjólkursýrugerla dag hvern.

Fæðubótarefnin frá Probi AB byggja á áralöngum rannsóknum fyrirtækisins á eiginleikum og virkni mjólkursýrugerlanna sem í þeim eru og eru varin einkaleyfum.



Prófessor Bengt Jeppsson, starfar enn hjá Probi AB í Svíþjóð, rúnum 25 árum eftir að hann og kollegar hans við háskólann í Lundi gerðu tímamótauppgötvun á virkni mjólkursýrugerla. Probi AB er í dag leiðandi á heimsvísu í rannsóknum á mjólkursýrugerlum og eiginleikum þeirra.

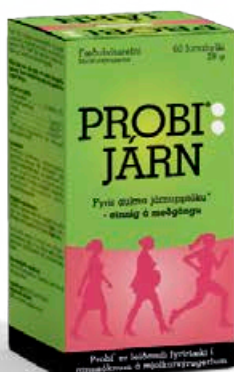
Probi® Mage - mjólkursýrugerlar fyrir parmaflóruna, meltinguna og varnir líkamans!



Þeir sem eiga við tilfallandi eða langvarandi óþægindi tengd meltingu að etja þekkja vel hversu mikil áhrif það getur haft á daglegt líf og að sama skapi hversu mikill léttir það er þegar komist er fyrir slíkt ástand.

Probi® Mage hefur sýnt sig hafa góða eiginleika gegn óþægindum tengdum meltingu s.s. uppþembu, vindgangi, niðurgangi og/eða hægðatregðu. **Probi® Mage** hefur sannarlega fengið frábærar móttökur á Íslandi og hefur verið söluhæst í sínum flokki í Svíþjóð um árabil.

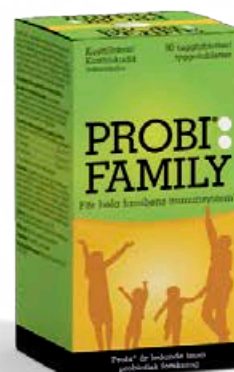
Probi® Járn - mjólkursýrugerlar, járn, C vítamín og fólásín fyrir aukna uppöku járns og til að viðhalda góðum járngildum.



Algengt er að einungis örlítill hluti af járninu úr hefðbundnum háskammta járnþæfiefnum nýtist í líkamanum sem þýðir að hlutfallslega mikið magn af óuppteknu járninu getur orðið eftir í meltingarveginum og valdið aukaverkunum á borð við magaverk, ógleði og hægðatregðu.

Ein af ástæðum þessara aukaverkana getur verið að járn virkar einnig sem næringarefni fyrir ýmsar óæskilegar þarmabakteríur sem geta raskað jafnvægi parmaflóru okkar. **Probi® Járn** er milt í maga og er góð leið til að viðhalda góðum járngildum. Hentar einnig á meðgöngu.

Probi® Family - mjólkursýrugerlar, fólásín, D-vítamín og B-12 vítamín fyrir ónæmiskerfið



Stór hluti ónæmiskerfis okkar er staðsett í meltingarveginum. Virkni og almennt heilbrigði meltingarvegarins ræðst meðal annars af samsetningu örveruflóru hans, parmaflórunni.

Sterkt ónæmiskerfi er nauðsynlegt vörnum okkar og til þess að við séum í okkar besta formi dag hvern. **Probi® Family** eru bragðgóðar tuggutöflur fyrir alla fjölskylduna frá 3 ára aldri.

 **abel heilsuvörur**
www.abelheilsuvorur.is

Probi mjólkursýrugerlar eru fæðubótarefni. Neysla fæðubótarefna kemur ekki í stað fjölbreyttrar fæðu og heilsusamleg lífennis.

Líkamsrækt er hluti af starfinu

Leikarinn Henry Cavill hefur vakið mikla athygli fyrir frammistöðu sína sem Geralt í Netflix-þáttunum The Witcher, meðal annars fyrir að vera í sérlega góðu formi. Cavill segir það hluta af starfinu.

Oddur Freyr
Þorsteinsson

oddurfreyr@frettabladid.is



Breski leikarinn Henry Cavill varð meðal annars þekktur fyrir túlkun sína á Superman en hefur eignast marga nýja aðdáendur eftir að þættirnir The Witcher komu út á Netflix fyrir jólin. Þar leikur Cavill aðalpersónuna, Geralt frá Rivia. Margir hafa veitt því athygli að í þáttunum er Cavill í sérlega góðu formi, en hann segir að það sé einfaldlega nauðsynlegur hluti af starfinu.

Mörgum leikurum er illa við að tala um hvernig þeir halda sér í formi, hugsanlega vegna þess að aðferðirnar sem þeir beita eru ekki endilega á færi venjulegs fólks því þær krefjast svo mikils tíma og kostnaðar. En Henry Cavill er ekki einn þeirra.

Cavill segist líta á líkamsræktina sem hluta af starfi sínu. „Ég þarf að líta út á ákveðinn hátt, ég þarf að vera við góða heilsu og líkaminn þarf að geta gert ákveðna hluti í langan tíma, án þess að gefa sig, þannig að ég þarf að æfa,“ segir hann.

Það er kannski ekki furða að maðurinn sem lék sjálfan Superman sé ekki feiminn við lóðin, en hann hefur lagt á sig mikla vinnu til að finna út úr því hvers konar æfingar og mataræði henta sér. Hann vinnur líka með þjálfaranum Dave Rienzi, sem er líka styrktarþjálfari Dwayne Johnson, en Rienzi og Cavill hafa unnið saman frá því að Cavill tók við hlutverki Superman.

En Cavill var ekki alltaf í góðu formi. Hann sóttist eftir hlut-



Breski leikarinn Henry Cavill er með sama styrktarþjálfara og Dwayne Johnson og segir að líkamsrækt sé einfaldlega nauðsynlegur hluti af starfinu og að án hennar gæti hann ekki sinnt þeim hlutverkum sem hann tekur að sér. Þá hefði hann ekki rétt útlit og gæti ekki leikið í áhættuatriðum. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

verki ofurspæjarans James Bond þegar Pierce Brosnan hætti en var hafnað af því að hann var talinn of þybbinn fyrir hlutverkið.

Þarf að þola áhættuleik

Cavill segir að hann taki þolæf-

ingu áður en hann borðar á morgnana og hann lætur 4–6 tíma líða frá máltíð áður hann æfir, svo meltingarkerfið sé ekki lengur að vinna úr mat. Hann tók svo vel á því hvenær sem hann gat troðið inn æfingum á meðan hann var í tókum.

„Þetta eru venjulegar vaxtar-ræktaræfingar, því þær eru ekki of krefjandi fyrir taugakerfið,“ segir Cavill. „Ég komst að því að þegar ég tók æfingar sem kröfðust meiri sprengikrafts, eins og Crossfit, þá var ég svo þreyttur að ég varð uppgefinn um hádegisbil. En vaxtaræktaræfingar skila öllu sem ég þarf að ná útlitslega séð og gera líkamann í stakk búinn til að þola áhættuleik án þess að verða algjörlega búinn á því.“

Það eru ekki allir Superman

„Þegar ég var að taka upp fyrstu þáttaröð af The Witcher var ég að vinna 16–17 tíma á dag, stundum meira,“ segir Cavill. „Ég vaknaði klukkan hálf þrjú á nóttunni til að fara í vinnuna. Ég fór fyrst í rætkina og svo í hár og fördun í tvo tíma og það var eini tíminn sem ég hafði til að læra línurnar mínar.“

Cavill segir að litlar breytingar á mataræði hafi hjálpað honum í gegnum þessa stífu dagskrá. Cavill borðar aðallega egg, steik, kjúkling, kartöflur og brúnt pasta og segir að rósarínvatn hafi hjálpað honum að verða skýrari í hausnum þegar hann var búinn að vera að vinna sex daga vikunnar í sjö mánuði og vildi bara að vinnunni væri lokið.

Hann bendir líka á að það séu ekki allir Superman og það sé í góðu lagi. „Það sem er mikilvægast að muna er að þú ert þú,“ segir Cavill. „Allir hafa ólíka genasamsetingu, allir eru á ólíkum stað í hreysti eða þjálfun og með ólíkt mataræði.“

Þannig að fólk á að gera sitt og bara passa að hver einasta æfing sé eins erfið og maður getur haft hana.“



Henry Cavill vakti mikla athygli fyrir frammistöðu sína í hlutverki Geralt frá Rivia í Netflix-þáttunum The Witcher, sem komu út fyrir jól. MYND/NETFLIX



Cavill stundar fyrst og fremst vaxtaræktaræfingar því þær þreyta hann ekki af mikið, enda þolir hann 16–17 stunda vinnudaga. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



ALGJÖRT VERÐHRUN Á ÚTSÖLUVÖRUM

Aðeins 5 verð

- 2000.-
- 3000.-
- 4000.-
- 5000.-
- 6000.-

str. 36-56
Útsölubuxur
kr. 3.900





Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030

TÆKIFÆRI AÐ EIGNAST FLOTTA HÖNNUNARVÖRU.

STURLUÐ LOKAÚTSALA 8.-15. feb.



SKÓR 50-70%
LOFINA - TRIPPEN - PURO



FATNAÐUR 60-70%
RUNDHOLZ - STUDIOB3 - YAYA



TÖSKUR 40%
MANDARINA DUCK

tveir fyrir einn af Loqi fjölnotapokum,
tveir fyrir einn af sock my feet sokkum

***10% afsláttur af nýjum vorvörum laugardaginn 8. feb.**



SKÓLAVÖRÐUSTÍG 22, 101 REYKJAVÍK
Sími 8341809 BOEL boeliland
www.boel.is



Davis verður flott sem forsetafrú.

Viola Davis leikur Michelle Obama

Óskarsverðlaunahafinn Viola Davis hefur verið valin til að leika Michelle Obama í nýrri þáttaröð sem nefnist First Ladies. Hún er sú fyrsta sem tilkynnt er með hlutverk í þáttunum. Leikkonan, sem er 54 ára, vakti athygli í kvikmyndunum Fences og The Help, auk þess sem hún hefur átt stóruleik í þáttunum How To Get Away With Murder. Það þykir spennandi að vita hvaða leikkonur munu leika Eleanor Roosevelt og Betty Ford. Viola birti á Instagram myndir af sér og Michelle með þeim orðum að hún gæti ekki verið stoltari en nú. Viola hefur unnið til fjölda verðlauna, fyrir utan Óskarsverðlaun hefur hún fengið Emmy- og tvenn Tony-verðlaun. Viola er fædd í Bandaríkjunum og útskrifaðist frá Juilliard-skólanum 1993.

Þættirnir eru þegar farnir að vekja forvitni, enda oft mikið drama í kringum forsetafrúnar í Bandaríkjunum.



Í Hörpu verður að stiga inn í sýndarveruleika. NORDICPHOTOS/GETTY

Sýndarheimur í Hörpu í dag

Utmessan er með sýningu í Hörpu í dag og er sýningar-svæðið opið frá klukkan 10-17. Það verður ýmislegt að skoða. Helstu tæknifyrirtæki og skólar sýna nýjustu tæknina. Alls kyns getraunir, keppnir og leiki verða í gangi og gjafir í boði fyrir gesti og gangandi. Á milli klukkan 13 og 14 verður spurningakeppni fyrir alla fjölskylduna en Vilhelm Anton Jónsson stýrir keppninni. Þá verður haldin netöryggiskeppni ungmenna. Hægt verður að ganga inn í sýndarveruleikaheim sem líkist landslaginu á mars og einnig er hægt að kafa að skipsflaki í sýndarveruleikaheimi. Þá verður hægt að prófa ýmsa tölvuleiki, prófa skjálftamæli, fræðast um sjálfvirknivæðingu, kynna sér bjórgerð, láta vellíðan fossa yfir sig í leyniherbergi og margt margt fleira. Dagskrána er hægt að skoða á utmessan.is.

Raunir kvenna á öldum áður

Í dag fer fram málþing undir yfirskriftinni „Framkoma karlmanna á átjándu og nítjándu öld gagnvart konum“ í Þjóðarbókhöðunni. Í viðburðarlýsingu segir að Félag um átjándu aldar fræði standi að baki viðburðinum og flutt verði fjögur erindi. Þau sem flytja erindi eru þau Eva Hulda Halldórsdóttir, dósent í sagnfræði, Már Jónsson, einnig dósent

í sagnfræði, Sigurgeir Guðjónsson, doktor í sagnfræði og sjálfstætt starfandi fræðimaður, og Dalrún J. Eygerðardóttir, doktorsnemi í sagnfræði.

Viðburðurinn verður í dag í Þjóðarbókhöðunni, í fyrirlestrarsal á 2. hæð, frá kl. 13.30–16.15. Boðið verður upp á kaffi og konfekt í hléi.



Skyggst verður inn í heim íslenskra kvenna og karlmanna á 18. og 19. öld í Þjóðarbókhöðunni í dag. NORDICPHOTOS/GETTY



Nú þykkri og bragðmeiri grillsósar frá Hunt's

NEW



It's easy with



Bílar & Farartæki



KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bílauppbod.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.

Bílauppbod - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Vélsleðar



FJÓRHJÓL POLARIS SPORTSMAN 850 EPS TOURING.

Árg 2014, ekið 7000 km. Gott ástand, skoðað 2020 og viðhaldið af Stormi frá upphafi. Camso snjóbelti, 29" Bighorn dekk, brettakantar, framrúða, hiti í handföngum og gjöf, aukabensintankur, farangurgrindur, led ljósabár o.fl. Verð 2.15 m.kr Uppl. 6609970

Vissir þú að...



þú getur rætt á vernd gegn einhverjum

Hjólhýsi



HJÓLHÝSI.COM

Trigano upplásin fortjöld. Bjóðum bestu verðin á landinu! Erum byrjaðir að taka á móti pöntunum fyrir sumarið.

Lima 410 Verð 165.000 kr.

Lima 300 Verð 135.000 kr.

Bali XL Verð 129.000 kr.

Innifalið í verði: Gólfteppi, himinn, pumpa, svuntur, stangir, taska.

Allar fyrirspurnir sendist á kriben@simnet.is s:8634449 hjolphysi.com

HOBBY HJÓLHÝSI 2020



STÓRSPARNAÐUR!

Nú er rétti tíminn til að panta Hobby hjólhýsi fyrir vorið beint frá Evrópu. Við aðstoðum þig.

Allar fyrirspurnir sendist á: kriben@simnet.is s. 863 4449

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699-6069 eða 663 5315

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki o.fl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald
Alhliða bókhaldsþjónusta, VSK, Laun. Gott verð, góð þjónusta. KH bókhald sími 623 2843.

Til leigu

TIL LEIGU GRANDINN EYJARSLÓÐ 9



135m² jarðhæð sem er einn salur með einum léttum millivegg.

Frábært útsýni til norðausturs og næg bílastæði.

Möguleiki á að setja upp innkeyrsluhurð.

Upplýsingar gefur Ólafur í síma 892 5064

☎ **558 5858**

 **spanarheimili.is**



Spánarkynning alla helgina
Laugardag • Sunnudag
13:00 - 17:00

Verslunarmiðstöðin Fjörður, Hafnarfirði
2. hæð á skrifstofu Spánarheimila

Kaupferlið

Leigumöguleikar

Vildarklúbbur

Fjármögnun

Fríar Skoðunarferðir

Afþreying

Rekstur eigna

Búseta á Spáni

Golf

Málarar

REGNBOGALITIR EHF.
Alhliða málningarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna löggilltra fagmanna. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

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., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald



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

Úrvals nudd í miðbæ Kópavogs, sími 888 6618 og 788 6609 Elísabet.

Tilboð. Thai heilsunudd RVK. milli 10-16, uppl. í s. 761-8369

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar til 15. febrúar. Sími 694 7881, Janna.

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](https://www.facebook.com/iceschool). Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 8981175/5571155

Keypt & Selt

Til sölu



Kassagítarar á tilboði

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is



Gæða ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

STADGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERKI!

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

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

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

Duglegur verkamaður óskast í byggingarvinnu (aðalega innivinna) reyklaus og íslenskukunnátta æskileg. Frekari uppl. s: 893-1696 eða erre@simnet.is

Til sölu



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

Skemmtanir



ABBA BEE GEES & BONEY M SHOW

LAUGARDAG KL. 23.45

CATALINA
CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR

Best geymda leyndarmál Kópavogs

SÍMI 554 2166 • HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR

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

Göngubraut kr. 79.000,-

Hámarks þyngd notanda: 100 kg. 12 prógröm. Hátalarar og MP3 fyrir gsm síma. Hámarks hraði 14 km/klst. Stærð brautar: 42x123 cm.

Uppl. í síma 661-1902 Bildshöfða 16, Rvk.



PREKTÆKI

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

ER BÍLSÆTID RIFIÐ ?



FYRIR



EFTIR

Bílsætaviðgerðir-, mótörhjóla og snjósleðasæti. Húsbílaflæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is

Formbólstrun

Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 575 www.hs@bolstrun.is

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

KOMDU NORÐUR ...í vetrarfríinu



Leikfélag Akureyrar:
Vorið vaknar
Sýnt í Samkomuhúsinu

Sólstafir
8. feb.
á Græna hattinum



Klassískar söngperlur:
**Það þarf alltaf
smá klassík**
9. feb. í Hofi

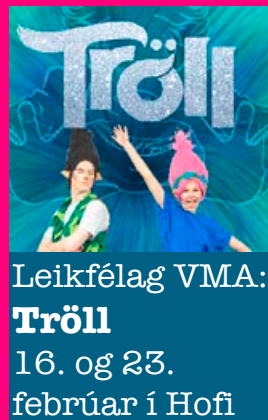
Nægur snjór í öllum brekkum
www.hliðarfjall.is



Burlesque
13. feb. á
Græna
hattinum



Adell
heiðurs-
tónleikar
14. feb.
á Græna
hattinum



Leikfélag VMA:
Tröll
16. og 23.
febrúar í Hofi

Línur / Lines
í Listasafninu á Akureyri.



Miðnætti & LA:
Djákninn á Myrká
20.-23. feb. í Samkomuhúsinu



Geirfuglarnir
15. feb.
á Græna hattinum



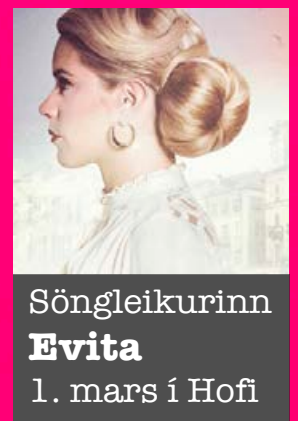
**Unnur Birna
& Bjössi Thor**
21. feb. á Græna hattinum



Huldumenn
22. feb.
á Græna
hattinum



Killer Queen
28. feb.
á Græna
hattinum



Söngleikurinn
Evita
1. mars í Hofi



Akureyrarbær

Og margt margt fleira!

**Komdu
norður!**

...Í VETRARFRÍINU

AKUREYRARSTOFA
Kíktu á visitakureyri.is
#akureyri #hallóakureyri

NÆRMYND

Hildur Guðnadóttir

Fædd: 4. september 1982
Menntun: Sellóleikari og próf í tónsmíðum frá Listaháskóla Íslands
Starf: Tónskáld

Söguleg sigurganga Hildar Guðnadóttur getur mjög líklega náð hámarki á Óskarsverðlaunahátíðinni aðfararnótt mánu dagsins. Í nærmynd Fréttablaðsins af kvikmyndatónskáldinu ber móður hennar og góðum vinum saman um að eðlislæg bjartsýni hennar, staðfesta og þolinmæði skili henni nú ríkulegri og verðskuldaðri uppskeru sem kemur þeim sem þekki hana alls ekki á óvart.



Friða Björk Ingvarsdóttir
rektor Listaháskóla Íslands

Friða Björk Ingvarsdóttir, rektor Listaháskóla Íslands, hefur þekkt Hildi jafn lengi og fiðlusmiðurinn eiginmaður hennar, og sendi tónskáldinu hlýjar kveður á Facebook eftir að hún hlaut BAFTA-verðlaunin: „Hjartanlega til hamingju með þessa miklu vegsemd. Við erum svo stolt af þér hér fiðlusmiðshjónin – það er ekkert meira nærandi heldur en að fylgjast með velgengni gamalla heimaganga barnanna sinna á vegum listarinnar. Svo ekki sé talað um þegar heimsbyggðin stendur á öndinni yfir snillinni!“

„Hildur er fyrst og fremst góður og íhugull listamaður. Hún býr yfir listrænu áræði en jafnframt góðum skilningi á tíðaranda og aðferðafræði, auk vilja til að ganga þvert á hefðbundin listræn mæri,“ segir Friða Björk í samtali við Fréttablaðið og leggur áherslu á að ferill hennar var löngu orðinn farsæll og áhugaverður, „áður en vegferð síðustu missera hófst þannig að hún hefur verið frumkvöðull og í þeim skilningi einstök fyrirmynd fyrir konur sem vilja hasla sér völl utan hefðbundinna hlutverka í tónlist eða sem hljóðfæraleikarar, ekki bara hér á landi heldur einnig erlendis.“



Kristín Björk Kristjánsdóttir
tónskáld

„Hildur er mjög heil og ljósrik vinkona og mér þykir óendanlega vænt um hana,“ segir tónskáldið Kristín Björk Kristjánsdóttir, einnig þekkt sem Kíra Kíra, um sína gömlu, góðu vinkonu. „Hún passar upp á fólkið sitt, forgangsraðar því alltaf fram yfir vinnuna og heiðrar falleg lífsgildi í einu og öllu,“ heldur Kristín áfram og telur upp „þakklæti, auðmýkt og góð hlátursköst. Það er aldrei neitt kjaftæði þar á bæ.“



Emmy, Grammy og BAFTA, sigurför Hildar Guðnadóttur getur náð hámarki á Óskarnum. NORDICPHOTOS/GETTY

Velgengni Hildar kemur ekki á óvart

Mamma **Hildar Guðnadóttur** segir hana aldrei gefast upp og að velgengnin komi því ekki á óvart. Sama gildir um vini tónskáldsins sem getur mölbrotið blað í kvikmyndasögunni á sunnudagskvöld.

Ingveldur Guðrún Ólafsdóttir
tónlistarkona og mamma

„Hildur ólst upp hjá foreldrum sem voru bæði í tónlistarnámi og mátti frá fæðingu hlusta á æfingar þeirra, fara með á æfingartónleika og jafnvel bara með í skólann,“ segir Ingveldur Guðrún Ólafsdóttir, tónlistarkona og mamma Hildar, um krókinn sem beygðist heldur betur snemma. „Þegar við komum heim úr námi fékk hún ekki inni í leikskóla og ég ákvað að setja hana í tónlistarnám á selló hjá Suzuki-skólanum þegar hún var fjögurra ára þannig að hún hefði eitthvað við að vera. Áhuginn á tónlistarnáminu var mismikill eins og gengur og gerist en það er svo lýsandi fyrir hennar karakter að gefast aldrei upp,“ heldur Ingveldur áfram. „Aðeins



einu sinni talaði hún um að hætta en ákvað samt að klára veturinn. Hún hefur alltaf verið gríðarlega markviss, stefnuföst, sjálfstæð og gríðarlega vinnusöm þannig að þessi mikla velgengni kemur mér því ekki á óvart.“ Ingveldur segir óhætt að bæta við að Hildur sé mjög þolinmód og glaðvær. „Hún var strax frá fyrsta degi einn besti félagsskapur sem hægt er að hugsa sér og er ein besta mamma í heimi,“ segir mamman. „Það má kannski bæta hógvæðinni við. Hún hefur alltaf verið gríðarlega hógvær og var aldrei barnið sem kallaði á athygli en hún fékk mikla athygli fyrir þróðmennsku og kurteisi.“



Ingibjörg Birgisdóttir
hönnuður og vinkona Hildar

„Við Hildur kynntumst í menntaskóla en urðum bestu vinkonur í um tvítugt. Við bjuggum saman í litilli íbúð í eitt og hálft ár áður en hún flutti til Berlínar og hún er ein þægilegasta sambýlismanneskja sem hægt er að hugsa sér. Hún útbýr fyrir þig beyglur með osti og bönunum á meðan hún syngur með Sade og reytir af sér fimmaurabrandara. Þótt það skini kannski ekki í gegnum tónlistina hennar er hún alveg ótrúlega björt og glaðvær persóna og hefur mest smitandi hlátur sem til er, fyrir utan mömmu hennar kannski. Hún er mikill vinur vina sinna og er alltaf til staðar sama hve mikið gengur á í hennar lífi. Hún er líka mikill peppari og það er fátt betra en að heyra í Hildi þegar kona er óviss eða órugg um eitthvað. Fyrir utan fjölskylduna hefur tónlistin skipað stærstan sess í hennar lífi. Þegar við bjuggum saman æfði hún sig tímum saman á sellóíð og var alltaf að grúska í einhverjum nýstárlegum leiðum til að koma tónlist sinni á framfæri. Ég man að einu sinni kom hún heim með faxtæki sem henni hafði áskotnast og stóð alltaf til að breyta því þannig að hún gæti notað það í tónlistarsköpun sinni. Þetta tæki bjó með okkur þangar til við fluttum út. Hún er mesti vinnuþjarkur sem ég þekki og árangur hennar er af rakstur mikillar vinnu. Hún hefur líka alltaf verið ótrúlega dugleg við að tileinka sér nýngar og aðferðir og festist því aldrei í sama farinu. Hún er búin að gera svo ótrúlega flotta hluti sem fólk hefur ekki hugmynd um af því að hún hefur ekki fengið það lof sem hún á skilið fyrir vinnu sína. En hún er loksins kominn þangað sem hún á að vera og það verður spennandi að fylgjast með framtíðar verkefnum.“



Hans Jóhannsson
fiðlusmiður

„Ég hef þekkt Hildi síðan hún hékk með dóttur minni á unglingsár-unum, en síðar urðum við góðir félagar gegnum sameiginlega vini og höfum brallað heilmikið saman,“ segir Hans Jóhannsson, fiðlusmiður og faðir Elínar Hansdóttur, myndlistarkonu og vinkonu Hildar. „Einu sinni létum við rafmagns-sellóíð hennar sem ég smíðaði fyrir hana stýra heilum strengjarkvartett rafrænt á tónleikum í Amsterdam,“ segir Hans um sérstakt sex strengja rafmagns-selló sem hann smíðaði fyrir kvikmyndatónskáldið. „Það sem mér finnst einkenna Hildi er ómótstæðileg jákvæðni og hvernig hún er alltaf til í að prófa allar mögulegar tilraunir, með bros á vör, þótt möguleikinn sé fyrir hendi að þær mistakist.“



SUBARU

Confidence in Motion



RAFMAGNIÐ ER KOMIÐ Í SUBARU

ÞÚ VERÐUR AÐ PRÓFA!

Ný kynslóð Subaru Forester er nú í fyrsta sinn búin nútíma raftækni sem kallast e-BOXER HYBRID. Í henni sameinast kostir þverliggjandi BOXER-vélar með einstaklega lágan þyngdarpunkt og rafmótors sem á hljóðlátan hátt sparar eldsneyti, eykur afl og minnkar CO₂ útblástur.

NÝR SUBARU FORESTER e-BOXER HYBRID

SUBARU FORESTER PREMIUM e-BOXER HYBRID

Sjálfskiptur, verð: 6.890.000 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.bilasareykjaness.is
419 1881

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





Mikið hefur verið í gangi hjá Elísabetu undanfarna mánuði en hún tekur þátt í Söngvakeppninni í kvöld. Í miðju æfingaferlinu missti hún ömmu sína skyndilega. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR ARI

Get aldrei þóknast öllum

Elísabet Ormslev flytur lagið Elta þig í Söngvakeppninni í kvöld. Hún upplifði mikið einelti í skóla en var ákveðin í að láta ekkert stoppa sig og drauma sína. Elísabet hefur mikinn áhuga á seinni heimsstyrjöldinni og eldra fólki.

Birna Dröfn
Jónasdóttir
birnadrofn@frettabladid.is



Elísabet Ormslev söngkona segist aldrei hafa verið hrædd við að svara fyrir sig. „Þannig ól mamma mín mig upp,“ segir hún.

Elísabet, sem verður 27 ára eftir viku, ólst að mestu leyti upp í Laugardalnum þar sem hún bjó með mömmu sinni, Helgu Möller söngkonu, og eldri bróður. Áður en fjölskyldan flutti í Laugardalinn, þegar Elísabet var átta ára, gekk hún í Hvassaleitisskóla þar sem hún varð fyrir miklu einelti. „Ég veit ekki einu sinni hvernig ég á að lýsa þessu. Ég var svo ótrúlega lítil, bara sex til átta ára, og ég skildi ekki af hverju krakkarnir tóku mig fyrir,“ segir hún.

„Ég hef alltaf verið þybbin og ég var mjög þybbinn krakki og það var gert mikið grin að því,“ segir Elísabet. „Svo er ég með exem og þegar ég var krakki var ég alltaf með rosalega mikið exem í andlitinu þannig að það sást alltaf og það var sérstaklega mikið í kringum munninn. Krakkarnir gerðu grin að því á hverjum einasta degi, gengu svo langt að kalla mig mengaða,“ segir hún.

„Ég var skilin út undan og mátti ekki vera með í neinu. Kennarnir þurftu að segja krökkunum að leyfa mér að vera með en það er ekkert góð tilfinning að fá að vera með vitandi að enginn vilji hafa þig með,“ segir Elísabet.

„Ég man sérstaklega vel eftir því þegar ég var í fjórða bekk, ég byrjaði að fá brjóst mjög snemma og þurfti auðvitað að byrja að ganga í brjóstahaldara en allar hinar stelpurnar

voru enn bara í nærbolum. Það var gert ótrúlega mikið grin að þessu og í þessi rúm þrjú og hálf ár sem ég var í þessum skóla kom ég grátandi heim úr skólanum á nánast hverjum einasta degi,“ segir hún.

Skipti um skóla
Þegar Elísabet var átta ára skildu foreldrar hennar, hún flutti í Laugardalinn og fór í Laugarnesskóla. „Þar gekk allt vel í upphafi og ég fór að eignast vini. Ég eignaðist samt ekki raunverulegar vinkonur fyrr en ég fór í Laugarlækjarskóla,“ segir Elísabet og bætir við að hún gleymi aldrei kvöldinu þegar hún kynntist krökkunum sem enn eru vinir hennar í dag.

„Það var parti í hverfinu sem átti að byrja klukkan sex en mér var sagt að það byrjaði klukkan átta. Ég vissi að það hefði verið gert til þess

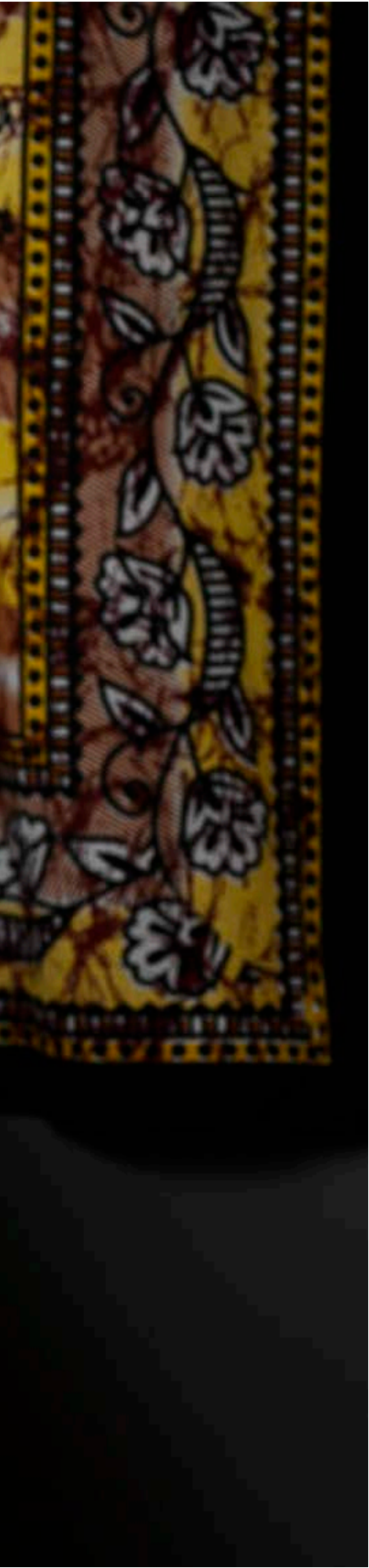


**Í ÞESSI RÚM ÞRJU OG
HÁLF ÁR SEM ÉG VAR
Í ÞESSUM SKÓLA KOM ÉG
GRÁTANDI HEIM ÚR
SKÓLANUM Á NÁNAST Á
HVERJUM EINASTA DEGI.**

að ég myndi mæta of seint og varð ótrúlega leið og hágrét,“ útskýrir Elísabet.

„Ég ákvað samt að fara af því að ég ætlaði ekki að missa andlitid. Ég hringi í stelpuna sem er að halda partið til að fá nákvæmt heimilisfang og önnur stelpa svarar í símann. Hún segist bara hlaupa út og taka á móti mér. Við höfum verið vinkonur síðan. Þetta var í fyrsta skipti í skóla sem ég eignaðist vinkonu og fann að það var í alvöru,“ segir hún.

Vildi verða söngkona
Eineltið hafði margvísleg áhrif á Elísabetu og átti hún í langan tíma erfitt með að treysta ásetningi fólks og þjáðist af kvíða. „Ég var alltaf að spá í það hvað öðrum fannst um mig. Hvort fólki fyndist ég of feit, ljót eða í ljótum fótum. Ég rit-



ÉG FÉKK STRAX Á
TILFINNINGUNA AÐ ÞESSA
NÓTT MYNDI HÚN FARA.
FÆTURNIR VORU ORÐNIR
KALDIR, NEGLURNAR
FARNAR AÐ BLÁNA OG ÞAÐ
HRYGLDI Í HENNI ÞEGAR
HÚN ANDAÐI.

ég aldrei trúað þér. Litla Elisabet hefði aldrei trúað að neitt yrði úr sér en hér er ég í dag,“ segir Elisabet og stoltið leynir sér ekki.

Elskar Eurovision
Um þessar mundir er mikið í pip-unum hjá Elísabetu en hún syngur á fyrra undanúrslitakvöldi Söngvakeppninnar sem fer fram í kvöld. Hún flytur lagið Elta þig og segist hún afar spennt fyrir kvöldinu. „Ég er svo heppin að allir þeir sem eru með mér á sviðinu eru góðir vinir mínir. Ef við komumst áfram og á endanum í Eurovision þá verður þetta geggjað, besta ferð í heimi,“ segir Elisabet og hlær sínum smitandi hlátri. „Þetta er ótrúlega skemmtilegt verkefni en það fylgir því ótrúlega mikil vinna. Um leið og maður fær að vita að maður komist inn í keppnina þá byrjar þetta bara á fullu,“ segir hún. Elisabet er á stífum æfingum fyrir söngvakeppnina ásamt því að þurfa að vinna í því að verða söngkona,“ segir hún.

Óhugnanlegt ferli
„Amma var búin að vera þínu veik í einhvern tíma en var samt alltaf frekar hress,“ segir Elisabet. „Ég vann á spítala með gömlu fólki svo ég hef séð fólk deyja og ég hef bæði séð og lært hvaða ummerki gefa til kynna að fólk sé að fara. Svo að í þessu ferli gerði ég mér grein fyrir því sem var að gerast,“ útskýrir Elisabet. „Daginn sem fyrsta æfingin var á RÚV hringdi mamma í mig og sagði mér að amma væri komin á líknandi meðferð. Ég varð auðvitað að klára æfinguna en þegar henni lauk fór ég beint á hjúkrunarheimilið til ömmu,“ heldur hún áfram.

„Ég fékk strax á tilfinninguna að þessa nótt myndi hún fara. Fæturnir voru orðnir kaldir, neglurnar farnar að blána og það hrygldi í henni þegar hún andaði. Þetta eru óhugnanlegar aðstæður og sérstaklega fyrir þá sem þekkja þær ekki,“ segir hún. Elisabet og móðir hennar sátu hjá ömmu Elísabetu í dagóðan tíma en fóru svo saman á heimili móður hennar. „Ég gisti hjá mömmu um nóttina en gat ekki hrist af mér tilfinninguna um að amma myndi kveðja þessa nótt,“ segir hún. „Ég hringdi því á hjúkrunarheimilið og það þær að láta okkur vita um leið og eitthvað myndi breytast því þá myndum við vilja vera hjá henni. Hjúkrunarfræðingurinn lofaði mér því að einhver myndi sitja hjá henni þar til við kæmum aftur daginn eftir,“ segir Elisabet. „Það sat starfmaður hjá henni alla nóttina og svo rétt fyrir sjö um morguninn hringir annar sjúklingur bjöllunni. Hún fer og athugar með sjúklinginn og kemur aftur til ömmu örstuttu síðar og þá er hún hætt að anda,“ segir hún.

skoðaði allt sem ég sagði og gerði og þorði engu. Þorði til dæmis ekki að vinna í því að verða söngkona,“ segir hún. „Ég hef alltaf vitað að mig langaði að vera söngkona og að ég hefði hæfileikana til þess en ég bara þorði ekki og var alltaf í varnarstöðu,“ segir Elisabet. „Svo með aldrinum og auknum þroska áttaði ég mig á því að ég þekkti ekki sjálfa mig og fór af stað í sjálfsvinnu,“ bætir hún við. Í dag stundar Elísabet hugleiðslu, les mikið og segist hafa fundið mikinn létti þegar hún fann kvíðann dvína í takt við sjálfsvinnuna. „Það er rosalegur léttir að vera laus við þennan óeðlilega kvíða því að þetta var þannig að ég var með grjót í maganum, alltaf,“ segir Elisabet. „Ég leitaði mér hjálpar og heffarið í gegnum mikið prógramm til þess að komast í gegnum kvíðann. Ég fékk þá hjálp sem ég þurfti og svo á ég líka bestu fjölskyldu og vini í heimi og þau hafa stutt mikið við mig í þessu öllu,“ segir hún. „Núna hef ég trú á sjálfri mér og ef ég heyri neikvæðar athugasemdir um mig eða eitthvað sem ég er að gera þá fara þær ekki beint í hjartað. En ef þú hefðir sagt mér fyrir tíu árum að ég væri að gera alla þessa hluti sem ég er að gera núna hefði



Elisabet og amma Elisabet voru miklar vin-konur.

„Það var eins og hún hefði verið að biða eftir að fá að vera í friði og það var algjörlega í anda ömmu. Hún vildi alltaf að allir aðrir væru í lagi og enginn átti að hafa áhyggjur af henni.“

Mikill áhugi á seinni heimsstyrjöldinni
Elisabet og amma hennar voru miklar vinkonur og segir Elisabet að hún hafi alltaf haft gaman af því að umgangast fólk sem er eldra en hún. „Ég hef alltaf láðast alveg ótrúlega mikið að eldra fólki og ég á mikið af vinum sem eru töluvert eldri en ég,“ segir hún.

„Mér finnst svo gaman að hlusta á fólk segja mér gamlar sögur frá því að þau voru yngri. Til dæmis að heyra gamlar konur tala um ástandsárin eða kreppuna í kringum 1930. Það er eitthvað svo heillandi við þetta tímabil og saga er svo áhugaverð,“ segir hún. Elisabet hefur alltaf lesið mikið en hún les þó ekki mikið af skáldsögum. Hún nýtur þess að grúska í fræðiritum um ýmis mál. „Ég fór einu sinni á skólabókasafnið þegar ég var tólf ára og fann þar bók um seinni heimsstyrjöldina, síðan þá hef ég verið húkt,“ segir hún og glampi kviknar í augum hennar. „Ég hef eytt heilu nóttunum í að lesa um seinni heimsstyrjöldina og ég veit ekki hversu margar heimildamyndir og þætti ég hef horft á sem tengjast henni. Það er eitthvað við þetta sem heillar mig,“ heldur hún áfram. „Mér finnst bara eitthvað svo áhugavert við það hvernig þetta byrjaði allt. Upphafþriðja ríkisins og það hvernig Hitler náði að heilaþvo heila þjóð. Telja fólki trú um það að það væri í fullkomnu lagi að útrýma gyðingum og heilu þjóðfélagshóp-unum,“ segir Elisabet og bætir við að hún hafi einnig mikinn áhuga á sálfræði. „Ég elska að pæla í viðbrögðum og hugsunarhætti fólks og því hvernig við sjáum hlutina mis-munandi,“ segir hún. „Svo eiga barnabörnin okkar



ÉG HEF ALLTAF LÁÐAST
ALVEG ÓTRÚLEGA MIKIÐ
AÐ ELÐRA FÓLKI OG ÉG Á
MARGA VINI SEM ERU
TÖLUVERT ELÐRI EN ÉG.

örugglega eftir að horfa á þetta tímabil sem við erum að upplifa núna og hugsa bara með sér; hvað var að gerast? Eins og með Trump, þar gæti fólk velt því fyrir sér hvernig við létum þetta gerast og hvernig honum tókst að vera forseti í fjögur ár í það minnsta,“ segir hún. „Sama má segja um allt sem er í gangi með jörðina okkar. Ég trúir því að okkur muni takast að snúa þessu við og að þetta muni breytast en fólk í framtíðinni hlýtur að eiga eftir að spyrja sig hvað við vorum að spá.“

Mikil tónlist á heimilinu
Móðir Elísabetar, Helga Möller, er ein ástsælasta söngkona þjóðarinnar og hafði atvinna hennar mikil áhrif á Elísabetu í uppvextinum. Elisabet lærði á fiðlu í áratug og hóf svo að læra söng í FÍH. Þá var hún yngsti nemandi sem hafði komist inn í söngdeild skólans, aðeins fjórtán ára gömul. „Mamma hefur alltaf getað leiðbeint mér mikið í minni vinnu og ég þekkti ekkert annað þegar ég var að alast upp en að fylgjast með henni og þvælast með henni um allt þegar hún var að syngja svo ég er mjög

heppin með það,“ segir Elisabet. „Ég var mjög góð á fiðluna þó ég segi sjálf frá og eftir það nám er ég með mjög gott tóneyra,“ segir hún, en Elisabet var í Suzuki-námi þar sem tónlist er spiluð eftir eyranu. „Ég er mjög þakklát fyrir þetta í dag því að hljómagangur og röddun meikar fullkominn sens í höfðinu á mér,“ segir hún. „Svo kann ég lög utan að á hinum ýmsu tungumálum, til dæmis þjóðlög á grísku,“ segir hún. Elisabet fékk mikinn áhuga á balkan-tónlist þegar Serbia vann Eurovision árið 2007. Út frá því fór hún að hlusta meira á tónlist frá hinum ýmsu hornum heimsins, til dæmis Grikklandi. „Svo var ég einu sinni með mömmu á Krit og hún fer að segja fólki að ég geti sungið á grísku. Ég syng svo fyrir fólkið sem skilur ekkert í því að ég, einhver stelpa frá Íslandi, kunni grískt þjóðlag sem allir Grikkir kunna,“ segir hún og hlær.

Spennandi tímar fram undan
Það er margt fram undan hjá Elísabetu, en ásamt því að syngja í Söngvakeppninni í kvöld hefur lag hennar Sugar átt góðu gengi að fagna og situr nú á vinsældalistum landsins. Hún er tilnefnd sem söngkona ársins á Hlustendaverðlauninum. Hún er með fleiri lög í bígerð sem hún hyggst gefa út á næstunni, ásamt því að í sumar mun hún fara í tónleikaferðalag með Gus Gus. „Þegar Biggi veira hringdi í mig og bað mig að syngja með þeim ætlaði ég ekki að trúa því að ég væri sú sem hann vildi í þetta verkefni, af öllum söngkonum á Íslandi,“ segir hún og brosir út að eyrum. „Ég er virkilega stolt af sjálfri mér og hef áttað mig á því að ástand er ekki varanlegt. Það að horfast í augu við það sem er að gerast á hverjum tímapunkti getur hjálpað manni að komast á eftirsóknarverðan stað. Þó að eitthvað slæmt sé að gerast hjá manni á einhverjum tímapunkti þýðir það ekki að þannig verði það alltaf,“ segir Elísabet að lokum.

TÍMAMÓT



Okkar ástkæri

Þorsteinn Halldórssonvar bráðkvaddur á heimili sínu
20. janúar sl. Útför hans fór fram
í kyrrþey. Þökkum auðsýnda samúð.**Ásthildur Halldórsdóttir og börn**
Sólveig Sigurðardóttir
Bára Rós BjörnsdóttirElskulegur faðir okkar, tengdafaðir,
afi, langafi og langalangafi,**Einar Sverrisson**viðskiptafræðingur,
Hlíðarhúsum 5,
Reykjavík,

lést 2. febrúar.

Útförin fer fram frá Langholtskirkju 20. febrúar kl. 13.

Porgeir Einarsson**Sverrir Einarsson****Vilborg Rósa Einarsdóttir****Sigurlaug Vigdís Einarsdóttir****Sigrún Unnur Einarsdóttir****Halla Kristín Þorsteinsdóttir****Tryggvi M. Baldvinsson****Sigurjón Bragason**

og afabörn.

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi,
langafi og langalangafi,**Helgi Magnús Sigvaldason**

Hlíðarvegi 38, Reykjanesbæ,

lést á Landspítalanum v/Hringbraut,
miðvikudaginn 22. janúar.Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk
hins látna. Sérstakar þakkir til starfsfólks Landspítalans v/
Hringbraut, deild 11E, fyrir frábæra umönnun.**Sigrún Helgadóttir**
Hugrún Helgadóttir
Guðrún Helgadóttir
Svava Helgadóttir
Helgi Helgason
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.**Adam Ásgeir Óskarsson**Innilegar þakkir fyrir hlýhug og samúð
við andlát og útför okkar ástkærs
eiginmanns, föður, tengdafaður
og besta afa,**Jóns Björns Hjálmarssonar**bifvélavirkjameistara,
Fagrahvammi 6,
220 Hafnarfirði.Þökkum einnig öllum þeim sem af alúð önnuðust hann
í veikindum hans.**Brynja Þorvaldsdóttir****Birgir Már Guðbrandsson****Kolbeinn Jónsson****Hlini Snær, Birkir Smári, Karítas Ísöld****og Eirík Brynjar Birgisdóttir****Birnir Breki og Hrafney Tinna Kolbeinsdóttir****Ingrid Johannessen****Anna Birna Jónsdóttir**Ástkær eiginkona,
móðir, tengdamóðir, amma og systir,**Álfheiður Sigurgeirsdóttir**

Miðleiti 3, Reykjavík,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Sóltúni
31. janúar síðastliðinn. Útför hennar fer
fram frá Grensáskirkju mánudaginn10. febrúar kl. 13.00. Þeim sem vildu minnast hennar er
bent á minningar- og styrktarsjóð Sóltúns.**Páll Bjarnason****Kristín Pálsdóttir****Heiðrún Pálsdóttir****Bjarni Pálsson****Puríður Anna Pálsdóttir****Kristján Frosti, Elva, Álfheiður, Auðunn Páll,****Páll Theodór, Bragi Valur****Ólína Sigurgeirsdóttir****Klemens Sigurgeirsson****Gunnar Þór Kjartansson****Gestur Guðjónsson****Unnur Ýr Kristjánsdóttir**

Stoltir foreldrar með yngstu dótturina af þremur. Hún fæddist í vikunni og var 16,5 merkur og 51 cm. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þetta var stórkostleg lífsreynsla fyrir okkur öll

Það hljóp heldur betur á snærið hjá hjónunum Magnúsi Yngva Einarssyni og Kristínu Dögg Eysteinsdóttur er dóttir þeirra flýtti sér í heiminn síðasta miðvikudag svo foreldrunum gafst enginn tími til að komast úr Kópavoginum upp á fæðingardeild.

Kristín hringdi í mig í vinnuna síðasta miðvikudagsmorgun og sagðist vera komin með verki, mér lægi samt ekkert á. Ég stimplaði mig samt strax út, stökk af stað og kom heim um 11.10, þá sat hún sárþjáo í sófanum.“ Þannig hefst frásögn Magnúsar Yngva Einarssonar af því þegar hann, ásamt tengdamóður sinni, tók á móti litilli dóttur sem lá mikið á í heiminn. Kristín kveðst hafa hringt í mömmu sína og hún ákveðið að kasta á þau kveðju áður en þau færu upp á spítala. „Mamma var með bíl heima, aldrei þessu vant, því pabbi var lasinn og komst ekki í vinnu.“

„Þegar tengdó var nýkomin fékk Kristín hrikalega harðar hríðir og við ákváðum að hún yrði að komast upp á deild strax,“ tekur Magnús við. „Ég stökk með barnaföt og fleira út í bíl en þegar ég kom inn aftur var Kristín að missa legvatnið. „Við verðum drífa okkur,“ sagði ég í angist en hún horfði í augun á mér og sagði ákveðin: „Ég er ekki að fara neitt.“ Ég vissi fyrst ekkert hvernig ég átti að haga mér en Kristín fór inn á baðhergi og byrjaði að rembast framan við vaskborðið. Þá hringdi ég á Neyðarlinuna og sagði yndislegri konu þar að líklega værum við hjónin óvænt að eignast barn heima hjá okkur. Eftir stuttar útskýringar frá mér sagði hún að sjúkrahálar væru á leiðinni með bláum ljósum. Hún fór yfir gátlista hjá sér og

**„Við verðum drífa okkur,“ sagði ég í angist en hún horfði í augun á mér og sagði ákveðin: „Ég er ekki að fara neitt.“**

Magnús

leiðbeindi okkur tengdó sem lágu á hnjónum á baðherbergisgólfinu. Þegar konan á línunni spurði hvort ég sæi í koll og ég svaraði játandi það hún okkur að passa að barnið dytti ekki á höfuðið. Við náðum í hrúgu af handklæðum og í næstu andrá skaust höfuðið út. Ég sagði Neyðarlínukonunni það æstur og hún svaraði rólegri röddu: „Þá kemur búkurinn trúlega í næstu hríðum.“ Það var eins og við manninn mælt. Tengdamamma greip höfuðið og ég búkinn. Klukkan var 11.43 og stúlka fædd, með tíu fingur og tíu tær. Þetta slapp ótrúlega vel, sem betur fór.“

Magnús segir þau hafa ákveðið að láta sjúkraflutningamennina um að

klippa á naflastrenginn. „Mér fannst líða margir klukkutímar þar til þeir komu, það hafa trúlega verið tvær mínútur! Þeir voru fimm saman og hrósuðu okkur fyrir frammistöðuna. Einn þeirra hafði tekið á móti sextán börnum og hann klippti á strenginn. Þetta var stórkostleg lífsreynsla fyrir okkur öll,“ segir Magnús og bætir við hlæjandi: „Það er ekki amalegt að hafa á ferilskránni að hafa tekið á móti barni!“

„Mamma er svo stolt líka, hún grínast með að hún ætli að setja titilinn „ljósmóðir“ við nafnið sitt í símaskránni,“ segir Kristín, sem kveðst ekki muna atburðarásina eins glögg og maður hennar. „Þetta er allt dálítið í móðu hjá mér. Ég man eiginlega bara eftir mér þegar ég er komin inn í rúm með þá litlu og Hrafnhildur Halldórsdóttir, ljósmóðir í Björkinni, komin til okkar. Það var yndislegt að fá hana. Þá var Rebekka Sif, átta dóttir okkar, komin heim úr skólanum og Hrafnhildur fór í gegnum þetta allt með henni. Sú yngri, Fanndís Mist, fór til ömmu sinnar og afa eftir leikskólann og var þar í sólarhring,“ segir Kristín. Hún hrósar Magnúsi og mömmu sinni fyrir dugnaðinn. Magnús tekur fram að hún hafi verið í aðalhlutverkinu sjálf og staðið sig algerlega eins og hetja. „Svo er hún bara eins og ekkert hafi gerst,“ bendir hann á. „Ef við eignumst fleiri börn væri ég alveg til í aðra heimaafæðingu,“ segir Kristín alsæl. gum@frettabladid.is

Merkisatburðir

1916 Félag íslenskra botnvörpuskipaeigenda er stofnað.

1964 Bitlarnir koma í fyrsta skipti fram í The Ed Sullivan Show.

1975 Sojús 17 snýr aftur til jarðar með tvo geimfara sem sett höfðu met í dvöl í geimnum, 29 daga og 13 tíma.

1984 Bankarín er framið í útibúi lðnaðarbankans í Breið-holti. Maður með lambhúshettu rænir rúmlega þrjú hundruð þúsund krónum.

1987 Fyrsti þáttur Spaugstofunnar er sýndur í Ríkissjón-varpinu.

1991 Litháar velja sjálfstæði í þjóðaratkvæðagreiðslu.

2000 Steypiregn í Afríku leiða til verstu flóða í Mósambík í 50 ár.

2001 Ariel Sharon, formaður Likudflokksins, verður for-sætisráðherra Ísraels.

2003 Ingibjörg Sólrún Gísladóttir heldur fræga ræðu í Borgarnesi þar sem hún gagnrýnir afskipti Davíðs Odds-sonar af viðskiptalífínu.



Ástkær eigenmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,
Örn Norðdahl

lést á hjúkrunarheimilinu Ási 3. febrúar. Útförin fer fram frá Hveragerðiskirkju þriðjudaginn 11. febrúar kl. 13.30.

Elisabet Þorgeirsdóttir
Ómar Norðdahl
Harpa Norðdahl
Elin Norðdahl
Josie Maitaoral
Magnús Hauksson
barnabörn og barnabarnabörn.



Okkar ástkæra
Þorgerður Árnadóttir
liffraeðingur,

lést á líknardeild Landspítalans 7. febrúar sl. Útförin fer fram frá Lindakirkju miðvikudaginn 12. febrúar kl. 11.00.

Svavar Sigmundsson
Einfriður Árnadóttir
Tinna Jóhanna Magnusson
Árni Magnús Magnusson
Guðrún María Svavarsdóttir
Svavar og Ásbjörn Helgasynir
Sverrir Garðarsson
Pétur Garðarsson
Stefán Árnason
Christer Magnusson
Óttar Már Kárason
Lindsey Lee
Helgi Guðbergsson
Guðrún Friðriksdóttir
Marsibil Ólafsdóttir
og bræðrabörn.



Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur hlýhug, samúð og vináttu við andlát og útför ástkærs eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,
Sveinbjörns Sveinbjörnssonar
bífvélavirkja,
Hraungerði 1, Akureyri.

Hanna Soffía Jónsdóttir
Sveinbjörn Sveinbjörnsson
Anna Berglind Sveinbjörnsdóttir
Sigríður Erla Sveinbjörnsdóttir
Eygló Sveinbjörnsdóttir
Jón Helgi Sveinbjörnsson
Dröfn Áslaugsdóttir
Bergþór Ásgrímsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og vinur,
Bjarni Jakobsson
stálsmiður frá Akureyri,

lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri aðfaranótt miðvikudagsins 5. febrúar eftir langvinn veikindi. Útför hans fer fram frá Akureyrarkirkju þriðjudaginn 18. febrúar kl. 13.30.

Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnst hans er bent á minningarsjóð MS-félagsins.

Adda Þóra Bjarnadóttir
Karen Bjarnadóttir
Margrét Bragadóttir
Óskar Atli Gestsson
Gunnar Bjarki Ólafsson
og barnabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Salbjörg H. Norðdahl
fyrirverandi húsfreyja Hólmi,

sem lést á hjúkrunarheimilinu Eir 30. janúar, verður jarðsöngin mánudaginn 10. febrúar frá Árbæjarkirkju kl. 14.00.

Karl H. Norðdahl
Þorvaldur S. Norðdahl
Erla Norðdahl
Eggert Norðdahl
Valur Þór Norðdahl
Heiða Björk Norðdahl
Ásdís B. Ottesen
Marta Kristín Halldórsdóttir
Jón Jóhannesson
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskulegur eigenmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Magnús Örn Guðmundsson
skipstjóri,

lést á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Hraunbúðum í Vestmannaeyjum 4. febrúar síðastliðinn.

Útför hans fer fram frá Landakirkju 13. febrúar kl. 14.00. Þeim sem vilja minnst hans er bent á Alzheimersamtökin.

Sigrún Hjörleifsdóttir
Ómar Örn Magnússon
Anna Kristín Magnúsdóttir
Hjördís Inga Magnúsdóttir
Þórdís Gyða Magnúsdóttir
Guðmundur Jón Magnússon
Hermann Þór Marínósson
Atli Már Magnússon
Baldvin Þór Sigurbjörnsson
Ólöf Halla Sigurðardóttir
og afabörn.



Okkar innlegustu þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýju við andlát og útför okkar ástkæra eiginmanns, föður, tengdaföður, stjúpöður, afa og langafa,
Þorsteins Sigurgeirs Theodórssonar

Vefarastræti 22, Mosfellsbæ.

Sérstakar þakkir til starfsfólks lungnadeildar Landspítalans í Fossvogi.

Elsa Helga Sveinsdóttir
Ágústa Jóna Þorsteinsdóttir
Birna Þorsteinsdóttir
Theodóra Þorsteinsdóttir
Þorsteinn Þór Þorsteinsson
Sveinn Þór Gíslason
Ómar Sævar Gíslason
Elisabet S. Gísladóttir
Olgeir Helgi Ragnarsson
Guðrún Rúnarsdóttir
Rakel Løkken
Jónas Már Hreggviðsson
afa- og langafabörn.



Okkar ástkæra móðir, tengdamóðir, amma og langamma,
Guðríður Ósk Óskarsdóttir
Hamraborg 18,
200 Kópavogi,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi 28. janúar síðastliðinn. Útförin hefur farið fram í kyrrþey. Þökkum samúð og hlýhug.

Sigrún Aradóttir
Stella Aradóttir
Sigurjón Arason
Gyða Breiðfjörð Svansdóttir
Anna Edda Svansdóttir
Rakel Svansdóttir
Almar Sigurðsson
Björgvin Antonsson
Skúli Alexandersson
Halldór Garðarsson
Vidar Nilsen
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær móðir mín, tengdamóðir og amma,
Þórunn Árnadóttir
Tjörn,
Álftanesi,

lést á Litlu-Grund mánudaginn 3. febrúar. Útförin fer fram frá Bessastaðakirkju mánudaginn 17. febrúar kl. 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþökkuð en þeim er vildu minnst hennar er bent á að láta dvalar- og hjúkrunarheimilið Grund njóta þess.

Anna Ólafsdóttir Björnsson
Jóhanna Aradóttir
Ólafur Arason
Ari Sigurðsson
Hörður Bragason
Shui Kay Ma



Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug við fráfall og útför okkar ástkæra

Sigurgeirs Stefáns Júlíussonar
Hríssey.

Börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar,
Sigrún Hermannsdóttir

hjúkrunarfræðingur frá Seyðisfirði, lést 2. febrúar á hjúkrunarheimilinu Söltúni. Útför fer fram föstudaginn 14. febrúar kl. 15 frá Áskirkju í Reykjavík.

Guðný Bjarnadóttir
Einar Bjarnason
Stefanía Sigríður Bjarnadóttir
Hermann Bjarnason
Guðríður Bjarnadóttir



Ástkær eigenmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
Viðar Guðmundsson
vélvirki,

lést á líknardeild Landspítalans 26. janúar sl. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Hulda Jenný Marteinsdóttir
Sólveig Viðarsdóttir
Guðmundur Skúli Viðarsson
Helga Matthildur Viðarsdóttir
Ingunn Bernótusdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Jóna Gísladóttir

sem lést á Hrafnistu í Hafnarfirði 27. janúar sl., verður jarðsöngin frá Hafnarfjarðarkirkju þriðjudaginn 11. febrúar kl. 13.00.

Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnst hennar er bent á Blíndrafélagið, sími 525 0000.

Guðm. Friðrik Sigurðsson
Axel Jónsson
Valgerður Sigurðardóttir
Ragnheiður Sigurðardóttir
Björg Sigurðardóttir
Aðalheiður D. Sigurðardóttir
Kristín Pálsdóttir
Þórunn Halldórsdóttir
Óskar Jóhannsson
Kristján Guðmundsson
Þröstur Óskarsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Innilegar þakkir fyrir hlýhug og samúð við andlát og útför okkar ástkæru eiginkonu, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,
Svanhildar Erlu J. Levy
Haðalandi 17, Reykjavík.

Gunnlaugur Guðmundsson
Garðar Gunnlaugsson
Gunnlaugur Sævar Gunnlaugsson
Hildur Gunnlaugsdóttir
Áslaug Gunnlaugsdóttir
Anna Júlíusdóttir
Arnar Sölvason
Ágúst Sæmundsson
barnabörn og barnabarnabörn.

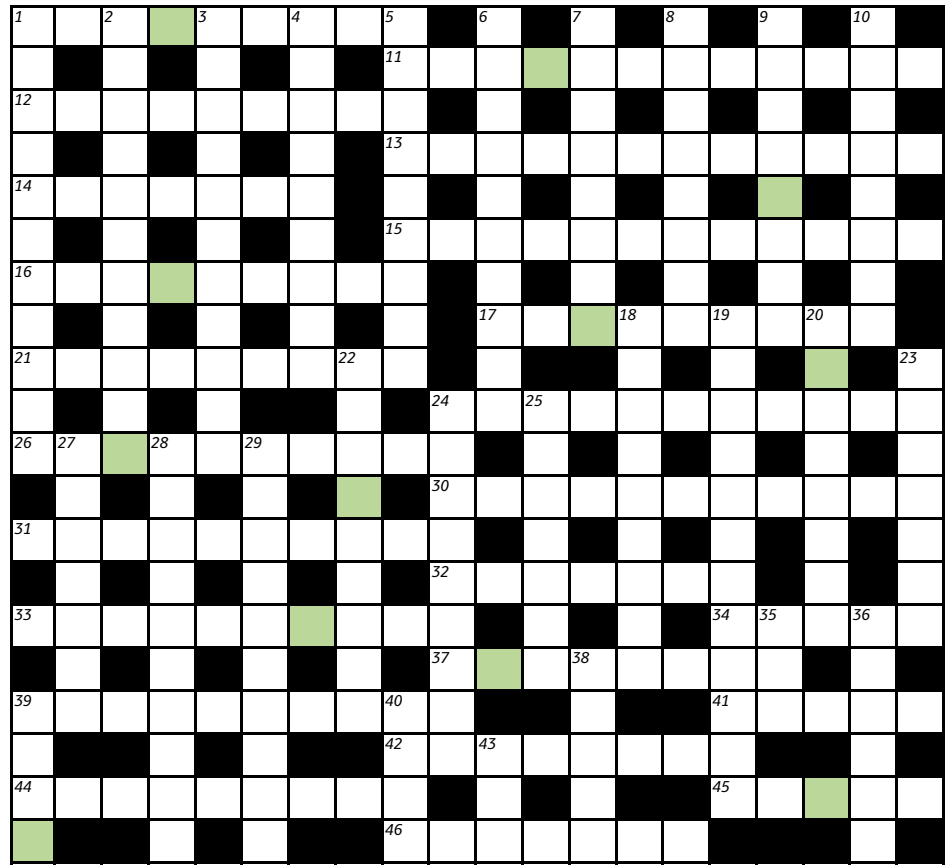


Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur hlýhug, samúð og vináttu við andlát og útför ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður og ömmu,
Hafðísar Halldórsdóttur
Smáraríma 98,
112 Reykjavík.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Eirar hjúkrunarheimilis fyrir hlýja og góða umönnun. Þeim sem vilja minnst Hafðísar er bent á Alzheimersamtökin.

Páll Pálsson
Lóa Dögg Pálsdóttir
Inga Hlín Pálsdóttir
Hallvarður Hans Gylfason
og barnabörn.

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

FRAMHALDSSKÓLI

Ó	L	Á	T	A	B	E	L	G	U	R	S	Á	T	E	K	T	A
L	S					G		Ó		Á	F	Ö	L	L		L	Ó
E	K	K	A	S	O	G	I	Ð		Ð	N		G	U	L	U	N
I		Ö		I		H		V	Á	L	E	G	I	R		I	U
K	Ó	P	A	S	K	E	R	I		Ö	T	Ý	L	D	U	N	A
U		U		T		I		N	A	G	L	R	Ó	T		A	F
R	Ú	Ð	U	R	A	M	M	A		Ð		Í		I	Ð	U	H
	U		E		T	U	N	G	U	R	Ó	T		Ð			M
I	L	M	E	F	N	A	N	N	A		Á		Æ	T	T	I	N
A		F		Í		N	A	G	A	P	A	R		Á		J	K
Ó	N	O	T	U	Ð	U	M		N		U		I	L	L	M	Á
	G		I		S		Æ	R	S		Í	Ð	A	N		I	L
O	F	U	R	S	K	Á	L		Æ		U		G	U	Ð	L	A
	Ö	P		Á		A	L	R	Æ	M	D	U	M		Á	P	
Ú	R	F	A	L	L	I		A		V		Á		S	K	R	A
	L		N		D			G	R	I	N	D	I	N		É	S
S	A	M	K	J	A	F	T	A		N		Ý		Ú	R	T	A
	S		A			I		R	Ú	T	U	R		N		T	E
S	T	U	N	D	U	M		E		Ý		I		A	P	A	T
A		A				M	Á	F	U	R	I	N	N		R		A

LAUSNARORD: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist fyrirbæri sem ætlað er að verja fólk hnjaski og tjóni. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 14. febrúar næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „8. febrúar“.



VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr inn-sendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Olga** eftir **Bernard Schlink** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Lúkas Elí Jarlsson, Vestmannaeyjum**



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

- 1 Beðja gætir sekkur sá og vöð (9)
- 11 Jafn grimm við konsúl og hvern annan glæpon (12)
- 12 Karl fær víst ógresi Eng-lands og England með (9)
- 13 Skammir á Keisarans klassisku tungu er góð lesning (12)
- 14 Ruglaður skottulækni vill rukka 49 sestertur (7)
- 15 Um óhemjurnar sem villtust af leið (12)
- 16 Betrunarhús án birgða og bandamanna (9)
- 17 Leiðréttá lista söngglaðra málafærslumanna (9)
- 21 Var Addi þá bara að ljúga

- Þessu með heitu pott-ana? (9)
- 24 Lagði fantana aftur með mælinum (11)
- 26 Sögur af sanngjörnu fólki í miklu stuði (10)
- 30 Veittu fánanum athygli út af hæfileikavottinum (11)
- 31 Svakalegur slóði en skref-langur mjög (10)
- 32 Einhvern veginn tókst okkur að tæma skip afa (7)
- 33 Fari það í röndóttan risa-kattarorm! (10)
- 34 Stóla á að þetta rugl muni trosna (5)
- 37 Mikil furða er að finna menn í senn svo djarfa

- og dauða til ásta (8)
 - 39 Ringlaðar meyjar rata í arma sveina þrátt fyrir aðgæsluna (10)
 - 41 Rykfát? Það gengur (5)
 - 42 Suddi þýðir að borar vikka göt (8)
 - 44 Nú er Gosi orðinn gamall og stíður (9)
 - 45 Saga af gómsætu snikju-dýri (5)
 - 46 Þarna er Landsbergis og ameriski kagginn hans (7)
- LÓÐRÉTT
- 1 Læt vímaða gossa vegna óhappa (11)

- 2 Rifja upp titil kunningja sem allir þekkja (11)
- 3 Neðan við rófu og trýni glittir í bílrúðutólin (11)
- 4 Lokka Vísunda-Villa í gildru (9)
- 5 Blokkir með flötu þaki standa ekki upp úr (9)
- 6 Að snúa bara parti er hálf-gert happdrætti (10)
- 7 Græða vatn ef reglur um heilbrigðisstétt na í gegn (8)
- 8 Tafir vegna síðustu mann-fórna fyrir hlé (8)
- 9 Óparfi að gera lítið úr mínum ævintýrum þótt stutt séu (8)
- 10 Gaman að sjá Blikana

- með kollurnar (8)
- 18 Á við greifa og jarla vegna þeirra mestu galla (9)
- 19 Veitingarekstur Össa verts gengur bærilega (12)
- 20 Spyrra um skoðun þeirra sem taldir eru sérfræð-ingar í djúpi Kolbeins-nautar (8)
- 22 Það var Alfreð en ekki Gunnar sem glutraði öllu niður (9)
- 23 Ég vil alveg eiga Eimskip, en þó frekar eitthvað minna (7)
- 24 Sálar minnar seppar djarfar disir þrá (9)
- 25 Ævi minnar auglit fangar

- viðhorf þitt (7)
- 27 Undirstöðuerindi um örugga göngukonu (7)
- 28 Þrífur trausta menn sem þó komast vart úr bælinu (10)
- 29 Í grýtu var grillað kjöt/er grýtu grillað hafði (10)
- 35 Öttast alla mína óra (3)
- 36 Mín úrlausn: Lítið nes í myrkan straum (6)
- 38 Ís hamlar eggjahljóði (5)
- 39 Ég bendi á að þetta er ekki ljóð (4)
- 40 Í augnablikinu eru lík-urnar á að ekkert gerist 50/50 (4)
- 43 Legg ég nú lag meðan lag er (3)

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

SAGNMISSKILNINGUR

Fjölmenn Bridgehátíð var spiluð um síðustu helgi og úrslitin voru mjög Dönum í hag. Danirnir Jonas Houmøller og Anders Hagen end-uðu í efsta sæti tvímenningsins og danska sveitin Ballebo (Dorte Bilde, Morten Bilde, Roy Welland og Sabine Auken) náðu fyrsta sæt-inu í sveitakeppninni. Alls voru 127 pör sem spiluð í tvímenningnum og 82 sveitir í sveitakeppninni. Spil dagsins er frá fjórðu umferðinni í

sveitakeppninni og kom fyrir í leik sveita 1x2 og Astro sem sýndur var á BBO. Bretarnir Jason Hackett og Graham Osborne (sem sátu AV) lentu í slæmum sagnmisskilingi. Mark Thiele, á hinu borðinu, bjóst við gróða því hann fékk 690 í sinn dálk í NS fyrir 4 ♠ dublaða sem hann vann með yfirlag, en hægt var að hnekkja spilinu (ath!) með góðri vörn. Suður var gjafari og AV á hættu.

Norður
♠ ÁK9764
♥ D
♦ 52
♣ KG87

Vestur
♠ D5
♥ ÁG973
♦ Á
♣ D10643

Austur
♥ G10
♠ K108642
♦ K943
♣ 5

Suður
♥ 832
♠ 5
♦ DG10876
♣ Á92

Suður ákvað að hindra á 3 ♦ á hagstæðum hættum og Hackett sagði 4 ♣, í vestur, sem var svokölluð “Leaping Michaels” sagnvenja, sýndi sterk spil með 5+ ♣ og 5+ í öðrum hvorum hálitanna. Norður (Stefán Jónsson) dublaði til refsingar og Osborne, í austur, gaf redobl, sem hann meinti sem flóttatilraun. Hackett taldi hins vegar að sögnin væri eðlileg og passaði. Þegar reyknúm létti var niðurstaðan 6 niður og 3400 í dálk NS. Thiele var mjög hissa þegar honum var sagt að hann hefði tapað 21 impa á spilinu!

Cheerios síðan 1977

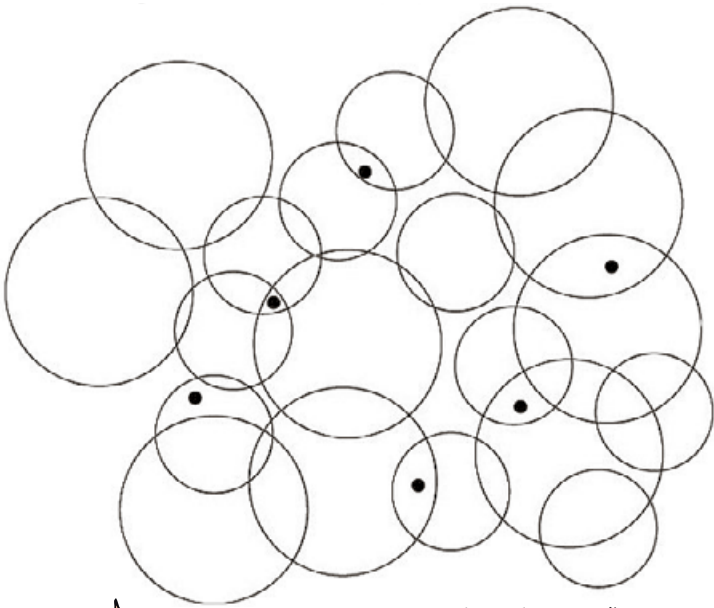
Brynhildur, leikstjóri



KRAKKAR

Konráð
og félagar
á ferð og flugi

„Jæja, á þetta að vera þraut?“ sagði Kata byrst. „Þetta er sko engin þraut, það er augljóst, þetta er hringavitleysa.“ Kannski hafði hún eitthvað til sins máls að minnsta kosti voru þetta óskaplega margir hringir og allt mjög ruglingslegt. „Eru ekki líka einhverjir punktar þarna?“ spurði Konráð. „Hringavitleysa með punktum.“ Kata var augljóslega mjög pirruð þennan daginn. „Svona, svona, Kata,“ sagði Lísaloppa. „Víst er þetta þraut og hún er þannig að við eigum að finna út hvað margir þessara hringja innihaldi punkt.“ „Hvað margir punktar eru í þessari hringavitleysu?“ spurði Kata. „Nei,“ sagði Lísaloppa. „Ekki hvað það eru margir punktar heldur hversu margir hringir innihalda punkt.“ Kata var orðin aðeins rórri og virti fyrir sér þrautina. „En sumir



punktarnir eru í fleiri en einum hring,“ hrópaði hún og fórnaði höndum. „Já,“ sagði Lísaloppa. „En við erum bara að telja hringina sem innihalda punkt, það skiptir ekki máli hvort það sé fleiri en einn hringur sem inniheldur sama punktinn.“ Kata leit hvasst á Konráð. „Þetta er alger hringavitleysa, við tökum ekki þátt í svona.“ Konráð horfði á myndina og hljóðlaust hreyfðust á honum varirnar. „Byrjaður að

telja,“ hrópaði Kata upp yfir sig. „Látiði Konráð fá þraut og hann byrjar, alveg sama þótt það sé hringavitleysa,“ bætti hún við vonleysislega. „En þú?“ spurði Lísaloppa. „Hvar er keppnisskapið?“ bætti hún við glottandi. Kata horfði brúnaþung á hana dágóða stund og sagði svo: „Allt í lagi, telja, en þið verðið samt að viðurkenna að þetta er algjör hringavitleysa.“



Hæ Gosi! – Algert keppnisspil fyrir tvo!

Spilunum er skipt milli spilaranna tveggja, þau eru lögð á hvolfi á borðið, eins og stokkur. Svo skiptast spilararnir á fletta upp sínum bunka, einu spili í einu og setja í kastbunka á miðju borði.

Þegar spilin tíu til ás koma upp hjá öðrum hvorum spilaranum skal gefa ákveðin merki.

Ef báðir spilararnir eru alveg jafn fljótir að gefa merki er bunkinn látinn liggja áfram á borðinu. Sá sem endar með bunkann allan í lokin vinnur.



Sá sem er fyrri til að gefa merki tekur bunkann. Vinningsspilin eru sett neðst í bunkann sem spilarinn hafði fyrir framan sig.

- **Tía:** Skella flötum lófa ofan á bunkann.
- **Gosi:** Segja Hæ, Gosi!
- **Drottning:** Flauta.
- **Kóngur:** Bera hönd að enni að hermannasið.
- **Ás:** Standa upp.

 **Lausn á gátunni**
Tölfr hringir innihalda svartan punkt



Birta Sól stjórnaði stórrí kvöldvöku á vetrarmótinu á Úlfliótsvatni um síðustu helgi ásamt annarri stúlku. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Aldrei inni
að láta sér leiðast

Birta Sól Helgadóttir hefur helling fyrir stafni. Hún er fjórtán ára nemandi í Langholtsskóla, æfir fimleika og þjálfar tvo hópa. Svo er hún skáti og var á vetrarmóti Reykjavíkurskáta á Úlfliótsvatni um síðustu helgi. Birta er að detta í hús á tíunda tímanum að kvöldi og á eftir að borða kvöldmat. En svarar fyrst spurningum um skátastarfið.



Ertu búin að vera lengi skáti? Síðan ég var sex ára.

Sumir skátarnir sváfu í þessu tjaldi á mótinu, þrátt fyrir tíu stiga frost.

Í hvaða félagi ertu? Ég er dróttskáti í Skjöldunum, þar er rosa mikið líf og fjör. Við eigum skátaheimili í Sólheimunum, þar er alltaf eitthvað um að vera.

 **VETRARMÓT ER EITT AF UPPÁHALDSMÓTUNUM MÍNUM Á ÁRINU. ÞÁ KOMA ÖLL REYKJAVÍKURFÉLÖGIN SAMAN, MAÐUR HITTIR FULLT AF NÝJU FÓLKI.**

Hvað gerið þið á skátafundum? Það er mjög mismunandi. Núna erum við að sauma skikkjur. Það er hellingur affjölbreyttu fólki að gera fjölbreytta hluti í skátunum.

Segðu mér aðeins frá vetrarmótinu. Vetrarmót er eitt af uppáhaldsmótunum mínum á árinu. Þá koma öll Reykjavíkurfélögin saman, maður hittir fullt af nýju fólki og er alltaf að gera eitthvað skemmtilegt, aldrei inni að láta sér leiðast.

endalaust margt fólk gat tekið þátt í. Við vorum með stóra kvöldvöku á laugardagskvöldið, sem ég og önnur stelpa stjórnuðum. Það var mikið sungið líka, endalaust hægt að finna lög sem skátar hafa búið til.

Alveg sama hvernig veður er? Við höfum verið ótrúlega heppin með veður síðustu þrjú árin en oft er djúpur snjór á svæðinu sem erfitt er að labba í.

Hvernig svafstu? Vel. Ég svaf inni í húsi en elstu þátttakendurnir, 18 og 19 ára foringjar, sváfu úti í tjaldi.

Hvað var sniðugast af því sem þið gerðuð? Við fórum í leiki, eins og að setja hausinn á sér á kútskaft og snúa sér í hringi og reyna svo að hlaupa, það er rosalega fyndið. Svo fórum við í risastóran fánaleik sem

Fóruð þið fram og til baka í rútum? Já, það var hávær tónlist alla leiðina og mikil læti!

Nú ætla ég að leyfa þér að fá þér eitt-hvað í svanginn. Þakka þér fyrir spjallið og gangi þér vel.

BÆTIR ANDRÚMSLOFTIÐ

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík  3 11 °C ↑	Ísafjörður  -4 9 °C ↑	Akureyri  1 8 °C ↑
Egilsstaðir  1 2 °C ↗	Kirkjubæjarkl  -1 5 °C ↘	Hveravellir  -5 12 °C ↑

Suðaustan 15-23 og rigning sunnan- og vestanlands. Suðaustan 8-15 norðan- lands og þurrt að kalla. Hiti 5 til 10 stig. Lægir í nótt og kólnar. Sunnan 5-10 á morgun en 10-15 vestast á landinu. El eða slydduél og hiti 0 til 4 stig, en úrkomulítið norðan til á landinu og víða vægt frost. Samfelldari slydda eða snjókoma um tíma vestanlands síðdegis á morgun.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík 	 0 3 °C ←	 -1 7 °C ↘	 -2 4 °C ↘	 -4 2 °C ↘	 -5 3 °C ←
Ísafjörður 	 -2 9 °C ↘	 -3 9 °C ↓	 -7 4 °C ↘	 -6 4 °C ↘	 -9 2 °C ↘
Akureyri 	 -2 2 °C ↘	 -5 0 °C ○	 -6 2 °C ↘	 -7 1 °C ↘	 -13 2 °C ↑
Egilsstaðir 	 -3 1 °C ↑	 -6 2 °C ↑	 -5 4 °C ↘	 -9 1 °C ↑	 -12 2 °C ↑
Kirkjubæjarklaustur 	 -1 3 °C ↓	 -3 5 °C ↘	 -3 2 °C ↘	 -3 5 °C ↘	 -4 1 °C ↘
Hveravellir 	 -10 5 °C ↘	 -7 3 °C ↑	 -9 6 °C ↘	 -9 2 °C ↘	 -13 2 °C →

Viltu koma
elskunni á óvart?

Valentínusartónleikar
í Salnum, Kópavogi.



Íslenska Galasveitin flytur rómantískar
perlur úr amerísku söngbókinni.

14. febrúar kl. 20.30



GLÆSILEIKI UMFRAM ALLT

Miðasala á tix.is

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



BETRA VERÐ Í SÓLINA Í SUMAR

ATH: TAKMARKAÐ SÆTAFRAMBOÐ

3 DAGA ÚTSALA!

Verð frá kr.
59.995

Flug frá kr.
19.950
önnur leið með tösku & handfarangri

Verð frá kr.
74.795

BÓKAÐU SÓL
ALLUR PAKKINN

Íslensk fararstjórn,
taska og handfarangur
innifalið.

GILDIR 8. TIL 10 FEBRÚAR - fyrstur kemur, fyrstur fær



ALMERÍA

20. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Estrella De Mar **

FRÁ KR. 59.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
85.795 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,



TENERIFE

26. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Tamaimo Tropical ***

FRÁ KR. 63.445

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
74.795 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,



BENIDORM

27. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Avenida Apartments ***

FRÁ KR. 69.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
103.495 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,



COSTA DEL SOL

27. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Bajondillo Apartments ***

FRÁ KR. 69.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
80.095 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,



KRÍT

25. ÁGÚSTÍ 10 NÆTUR

Carisa Maleme ****

FRÁ KR. 87.945

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
111.895 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,



TENERIFE

19. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Tamaimo Tropical ***

FRÁ KR. 67.995

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn
84.745 m.v. 2 fullorðna

Innifalið: Flug, Gisting,

Costa del Sol

Globales Playa

ESTEPONA ★★★★★

VERÐ M.V. 27. ÁGÚST Í 7 NÆTUR

Verð frá kr.
84.995

Verð frá kr.
118.295

ALLT INNIFALIÐ!

FLUGSÆTI
TENERIFE

M.V. 26/08 ÖNNUR LEIÐ

FRÁ KR.
24.950

FLUGSÆTI
ALICANTE

M.V. 27/08 ÖNNUR LEIÐ

FRÁ KR.
19.950

FLUGSÆTI
MALAGA

M.V. 27/08 ÖNNUR LEIÐ

FRÁ KR.
19.950

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á silku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

MENNING

Plataði alla vestur á firði að taka upp plötu

Beir sem hafa sótt tónleika Sætabrauðsdrengjanna vita hver píanóleikarinn Halldór Smárason er. Hann hefur reyndar víða spilað og svo er hann líka tónskáld. Nú er plata með verkum hans í vændum.

Gunnþóra
Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Fyrsta hljómplatan mín er í vinnslu, hún heitir Stara og á henni eru klassísk verk sem ég hef verið að búa til síðustu árin,“ segir ísfirski píanóleikarinn og tónskáldið Halldór Smárason. „Þetta eru kammerstykki að mestu leyti og eru þarna í flutningi Strokkvartettsins Sigga og fleiri hljóðfæraleikara. Meðal annars spila tvær dömur úr Elektra Ensemble með og gítarleikarinn Gunnlaugur Björnsson leikur sólóstykki sem ég samdi fyrir hann þegar við vorum báðir að læra úti í New York.“

Platan var tekin upp á Ísafirði á liðnu sumri og á að koma út í júní. „Ég komst í kynni við bandaríska útgáfufyrirtækið Sono Luminus sem hefur verið að gefa út Sinfóníuhljómsveit Íslands, Daniel Bjarnason, Önnu Þorvalds, Sænni Þorsteins og fleiri Íslendinga, og auðvitað marga alþjóðlega listamenn. Fyrirtækið var tilbúið að gefa efnið mitt út og ég plataði alla vestur á Ísafjörð til að taka upp plötuna, fannst við hæfi að taka upp mína fyrstu plötu heima. Þar er æðislegur salur sem heitir Hamrar og er í Tónlistarskólanum, þar er líka frábær flygill og hljómburður sem hentaði þessari músík sérlega vel,“ lýsir Halldór.

Það sem er sérstakt við útgáfufyrirtækið Sono Luminus er að það sérhæfir sig í annarri upp-tökutækni en oft er notuð, að sögn Halldórs. „Stara er því tekin upp í hringóma hljóðkerfi þannig að fólk með slík kerfi geti hlustað á plötuna og notið tónlistarinnar til fulls. Við vorum með fullt af míkrofónum sem við röðuðum hljóðfæraleikurunum kringum. Það gefur tónlistinni skemmtileg litbrigði.“

Hömrur var breytt í stúdíó í fjóra daga. „Tæknifólkið í Sono Luminus kom frá Virginíu, hljóðfæraleikararnir komu að sunnan og sumir að utan,“ segir Halldór. „Það var mikið átak að láta þetta gerast en ótrúlega þýðingarmikið fyrir mig og nú er ég að reyna að reka smíðshöggð og klára fjármögnunina í gegnum Karolina Fund.“ Hann segir hægt að leggja verkefninu lið með ýmsum hætti, með því til



Halldór var með verk á tónleikum í lðnó á Myrkum músíkdögum og þar er myndin tekin. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR ARI

Lítið eitt um Halldór

Halldór lauk framhaldsnámi á píanó vorið 2009 samhliða framhaldsnámi sínu og er með BA-próf frá Listaháskóla Íslands og MM-gráðu frá Manhattan School of Music.

Hann hefur komið fram sem einleikari eða hluti af hópum. Hefur starfað með Ensemble intercontemporain, Orchester philharmonique de Radio France, Radio-Sinfonieorchester Stuttgart, Sinfóníuhljómsveit Íslands, Oslo Sinfonietta og Tríói Reykjavíkur, svo aðeins fáir séu nefndir.

dæmis að kaupa plötuna eða myndlistarverk sem hann og bandaríski malarinn Bert Yarborough unnu í sameiningu. Miðar séu í boði á útgáfutónleika í Reykjavík og á Ísafirði, einnig sé hægt að panta tónlistaratriði í veislu eða kaupa sig inn á stofutónleika heima hjá honum. „Ég ætla að bjóða fólki heim, Thelma, kona mín, ber fram kaffi og krúderi og ég leik á flygilinn. Ég á enn eftir að ákveða hvað ég flyt, það biður betri tíma.“

Halldór flutti með fjölskyldu sína austur í Hveragerði fyrir ári og upplýsir að þar liði henni vel. Þar séu yndislegar gönguleiðir og lítið mál að skreppa í skokkferð upp í fjall. Hann sé einmitt nýkominn úr einni slíkri. Svo sé hann með frábæra vinnuáðstöðu heima, þaðan njóti hann útsýnis og fái innblástur. „Hveragerði hefur lengi verið listamannabær, það er einhver andi yfir honum sem er fullur af sköpunarkrafti. Hér er líka svo gott bæjarlíf og auðvelt að kynnast fólki. Þetta er bara eins og fyrir vestan, maður fer út í búð, þekkir flest andlitin og fólk horfir í augun á manni. Það er bæjarbragur sem við kunnum að meta,“ segir hann ánægður og heldur áfram að lýsa aðstöðum fjölskyldunnar. „Konan mín er í mastersnámi í heilbrigðisvísindum og að vinna í Birtu, endurhæfingarstöð á Selfossi. Við eigum tvo stráka sem geta hlaupið hér milli húsa og leikskólinn er í bakgarðinum, liggur við. Svo er tengdó í sömu götu svo við höfum gott bakland,“ segir Halldór og fullyrðir að lífsgæðin hafi aukist til muna við að flytja austur fyrir fjall.“

Allt-í-læ Guy

KVIKMYNDIR

The Gentlemen

★★★★★

Leikstjórn: Guy Ritchie

Leikarar: Matthew McConaughey, Charlie Hunnam, Michelle Dockery, Hugh Grant, Colin Farrell

Guy Ritchie olnbogaði sig inn í kvikmyndaheiminn með myndinni Lock, Stock & Two Smoking Barrels og innsiglaði síðar hugtakið „Guy Ritchie-mynd“ með Snatch. Myndirnar tvær, og síðar RocknRolla, eru keimlíkar sögur af undirheimum Bretlands, troðfullar af litríkum persónum, eftirminni-

legum frösom, örri klippingu og söguþræði í gríðarlegri flækju sem leysist þó alltaf einhvern veginn að lokum. Inn á milli hefur Ritchie dútlað við alls konar misgóðar myndir sem flokkast ekki sem „Guy Ritchie-myndir“. The Gentlemen virtist því spennandi enda hefur hún öll einkenni hins klassíska stíls Ritchie.

Myndin segir frá bandaríska eiturlyfjakónginum Mickey Pearson sem rekur gríðarlega arðbært maríjúanaveldi í undirheimum Bretlands. Fullsaddur af grasbraski hefur Pearson ákveðið að selja veldið og kúpla sig út úr glæpalíf-erninu, en kúplingin er stirð og



vegurinn að heiðvirðu lífi er torfær. Við tekur skrautleg atburðarás þar sem gráðugir eiginhagsmunaseggir reyna að maka krókin og óvitandi grey dragast tilviljanakennt inn í ruglið.

Öll helstu stílbrögð Ritchie eru á sínum stað en þó virðist eitthvað vanta. Leikaravalið er stórbrotið og skara Colin Farrell og Hugh Grant fram úr í sínum hlutverkum, en persónurnar á heilt lítið eru ekki jafn eftirminnilegar og í eldri myndum leikstjórans. Atburðarásin er ekki jafn hröð og flækjan hvorki jafn flókin né áhugaverð. Nokkur atriði stinga líka í stúf við glettið andrúmsloft myndarinnar

og fara allt of langt í að reyna að dekkja myndina. Þær virka frekar eins og að hella bleki í kaffibollann frekar en að sleppa mjólkinni.

The Gentlemen kemst því ekki alveg með tærnar þar sem hinar myndirnar hafa hælana. Það er þó ekki þar með sagt að myndin sé léleg – þvert á móti er hún góð og bioferðarinnar vel þess virði. Það er einungis í samanburði við hinar myndir Ritchie sem hún virðist daufr.

Arnar Tómas Valgeirsson

NIÐURSTAÐA: Finasta skemmtun sem er þó ansi flöt í samanburði við bestu myndir Ritchie.

Aríur og íslenskar perlur á tónleikunum: Það þarf alltaf smá klassík – í Hofi

Þetta verða þægilegir og ljúfir, klassískir tónleikar á sunnudags- eftirmiðdegi. Er hægt að biðja um eitthvað betra? segir Jónína Björt Gunnarsdóttir söngkona. Þar er hún að lýsa tónleikum sem hún og kollegi hennar, Silja Garðarsdóttir, halda, ásamt Daníel Þorsteinssyni píanóleikara, í Hofi á Akureyri á morgun. Tónleikarnir bera heitið það þarf alltaf smá klassík og verða í salnum Hömrum í Hofi.

Þær Jónína og Silja eru frá Akureyri og úr Eyjafjarðarsveit. Báðar eru þær menntaðar sópransöngkonur og lærðu, til að byrja með, á Akureyri þar sem Daníel Þorsteins-



Silja og Jónína kynntust upphaflega í söngnámi hjá Daníel. MYND/EGILL VIGNIR

OKKUR FINNST GAMAN AÐ BLANDA SAMAN LÖGUM SEM VIÐ SUNGUM MEÐAN VIÐ VORUM Í NÁMINU OG NÝJU EFNI.

son var einmitt kennarinn þeirra. Síðar fóru þær suður og lærðu klassískan söng við Listaháskóla Íslands. „Við vildum endilega vera með klassiska tónleika á okkar heimaslóðum og setja okkar svip á framboð menningarviðburða á svæðinu, sem reyndar er mikið,“ segir Jónína. „Já, svo er virkilega gaman

að fá að vinna saman aftur,“ segir Silja. „Æfingarnar hafa vakið upp skemmtilegar minningar hjá okkur frá skólaárunum og okkur finnst gaman að blanda saman lögum sem við sungum meðan við vorum í náminu og nýju efni.“

Þær stöllu fullyrða að tónleikarnir verði fjölbreyttir, þrátt fyrir að áherslan sé á klassíkina. „Við syngjum íslenskar söngperlur, íslenskar og erlendar aríur, lög úr söngleikjum og verk eftir norðensk tónskáld,“ útskýrir Silja.

Tónleikarnir eru styrktir af lista-sjóðnum Verðandi. Þeir hefjast klukkan 17 á morgun, sunnudag, og miðasala er í Hofi. gun@frettabladid.is



Porbjörg Höskuldsdóttir við málverk sem hún vann með Hornafjörð í huga.

sópran, flytja Myrkralexíur eftir Charpentier og fleiri verk.

Hvað? Þríeykið
Hvenær? 16.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg 10
Sjö ára afmæli Hannesarholts fagnað með frumflutningi lags Valgeirs Guðjónssonar við eitt af ljóðum Hannesar Hafstein. Með honum verða þau Vígdis Vala, dóttir hans, og Magnús Oddsson.

Hvað? Andartak
Hvenær? 20.30.
Hvar? Mengi, Óðinsgötu 2
Arnór Kári býður upp á samhæfingu innýflanna í gegnum hljóðgervla sörf. Miðaverð 2.000 kr.

Hvað? Fjörug danstónlist
Hvenær? 23.00
Hvar? Kringlukráin
Bakkabræður leika.

Orðsins list

Hvað? Málþing
Hvenær? 13.30-16.15
Hvar? Þjóðarþókkhlaða, fyrirlestarsalur á 2. hæð
Umræðuefnið er: Framkoma karlmanna á 18. og 19. öld gagnvart konum.

Hvað? Lífsverk – Þrettán kirkjur Ámunda Jónssonar
Hvenær? 14.00
Hvar? Safnaðarheimilið Hellu.
Guðrún Arndís Tryggadóttir kynnir bók sína og opnar sýningu á þrjátíu verkum sínum úr henni.

Hvað? Auður og Auður
Hvenær? 20.00
Hvar? Söguloft Landnámsseturs, Borgarnesi
Auður Jónsdóttir rithöfundur rabbar við Auði Laxness, ömmu sína, um leið og hún segir söguna Ósjálfrátt.



Tónlistarhópurinn Corpo di Strumenti kemur fram í Hallgrímskirkju og Akureyrarkirkju um helgina, ásamt Hildigunni Einarsdóttur söngkonu.

Aðrir viðburðir

Hvað? Skyndihjálparkennsla fyrir 9-12 ára börn
Hvenær? 13.00-15.00
Hvar? Borgarbókasafnið, Kringlunni

Hvað? Luktarhátíð
Hvenær? 14.00-16.00
Hvar? Kinasafn Unnar, Njálsgötu 33B.
Safngripir verða skoðaðir og Tai-Chi sýnt. Gestir fá te og meðlæti, allir velkomnir, ókeypis.

Hvað? Raunir Jeremía
Hvenær? 18.00
Hvar? Akureyrarkirkja
Akureyrsk-franski barokkhópurinn Corpo di Strumenti, ásamt Hildigunni Einarsdóttur mezzó-sópran flytja Myrkralexíur eftir Charpentier og fleiri verk.

Hvað? Það þarf alltaf smá klassík
Hvenær? 17.00
Hvar? Hamrar, Hofi, Akureyri
Sópransöngkonurnar Jónína Björt Gunnarsdóttir og Silja Garðarsdóttir, koma fram ásamt píanóleikaranum Daníel Þorsteinssyni.

Hvað? Listamannsspjall
Hvenær? 14.00
Hvar? Hafnarborg, Hafnarfirði
Þórdís Jóhannesdóttir, myndlistarmaður, mun ræða við gesti um verk sín á sýningunni Far. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Hádegistónleikar
Hvenær? 12.15
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg 10
Freysteinn Gíslason og Ingi Bjarni Skúlason leika jazztónlist eftir Freystein á hádegistónleikum.

Hvað?
Hvenær?
Hvar?
Laugardagur

hvar@frettabladid.is

8. FEBRÚAR 2020

Myndlist

Hvað? Opnun sýngar Þorbjargar Höskulds
Hvenær? 15.00-17.00

Hvar? Ottó, Hornafirði
Þorbjörg fellir tiglagólf og annað manngert inn í myndir sínar. Því má lesa þær sem hugleiðingar um menningarlega fortíð og átroðning mannsins.

Tónlist

Hvað? Jazz í hádeginu
Hvenær? 13.15-14.00
Hvar? Borgarbókasafnið Spönginni
Bræðurnir Óskar og Ómar Guðjónssynir velja nokkra af sínum uppáhalds jazz-standörðum.

Hvað? Raunir Jeremía
Hvenær? 16.00
Hvar? Hallgrímskirkja
Akureyrsk-franski barokkhópurinn Corpo di Strumenti, ásamt Hildigunni Einarsdóttur mezzó-

Hvað?
Hvenær?
Hvar?
Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

9. FEBRÚAR 2020

OLÍS DEILD KVENNA
SUNNUDAG 16:45

OLÍS DEILD KARLA
SUNNUDAG 19:15

KAUPTU STAKAN LEIK:

Tryggðu þér áskrift **stod2.is** | 1817



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 fræðsluröð 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 Bókahornið (e) Bókahornið fjallar um bækur af öllu tagi, gamlar og nýjar, með viðtölum við skapandi fólk.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.20 Refurinn Pablo
07.25 Með afa í vasanum
07.37 Sara og Önd
07.44 Söguhúsið
07.51 Nellý og Nóra
07.58 Hruturinn Hreinn
08.05 Bubbi byggir
08.16 Bangsímón og vinir
08.38 Alvinn og íkornarnir
08.49 Millý spyr
08.56 Sammi brunavörður
09.06 Hvolpasveitin
09.29 Stundin okkar
09.55 Dýradans
10.50 Gettu betur FÁ - FG
11.55 Vikan með Gísla Marteini
12.40 Górállufjölskyldan og ég
13.35 Söngvakeppnin í 30 ár
14.25 Kiljan
15.05 Saman að eilífu
15.35 Sambúð kynslóðanna
16.15 Todmobile og Jon Anderson
17.50 Tákn málsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Gullbrá og Björn
18.24 Nýi skólinn keisarans
18.45 Landakort Aron Kale
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Söngvakeppnin 2020 Fyrri undankeppni Bein útsending frá fyrri undankeppni Söngvakeppninnar í Háskólabíói. Í kvöld verða flutt fyrstu fimm lögin af tíu sem keppa til úrslita. Kynnar eru Fannar Sveinsson, Benedikt Valsson og Björg Magnúsdóttir. Stjórn útsendingar: Salóme Þorkelsdóttir.

21.00 Bíóást. Jerry Maguire Að þessu sinni er það kvikmyndin Jerry Maguire frá 1996 með Tom Cruise í aðalhlutverki. Myndin segir frá umboðsmanni íþróttamanna sem nýtur mikillar velgengni í starfi. Þegar hann er skyndilega rekinn úr starfi fyrir að tjá skoðanir sínar stendur hann eftir með einn viðskiptavin og einn starfsmann og með aðstoð þeirra reynir hann að endurbyggja feril sinn.

23.20 Love in the Time of Cholera Ástin á tímum kólerunnar

01.30 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

09.00 AT&T Pebble Beach Pro-Am Útsending frá AT&T Pebble Beach Pro-Am.

12.00 ISPS Handa Vic Open Útsending frá ISPS Handa Vic Open.

17.30 Inside the PGA Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni.

18.00 AT&T Pebble Beach Pro-Am Bein útsending frá AT&T Pebble Beach Pro-Am.

23.00 Saudi International Útsending frá Saudi International.

01.30 ISPS Handa Vic Open Bein útsending frá ISPS Handa Vic Open.

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	

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
16.25 Malcolm in the Middle
16.45 Everybody Loves Raymond
17.10 The King of Queens
17.30 How I Met Your Mother
17.55 Family Guy
18.20 Top Chef
19.05 Kokkaflakki
19.35 Ást
20.00 A Guy Thing Þegar maður vaknar daginn eftir steggjapartýið í rúminu með ókunnuguri konu, þá telur hann að hann hljóti að hafa haldið framhjá kærustunni. Sakbitinn reynir hann að hylma yfir það í sömu viku og hann er að fara að gifta sig.

21.45 No Country for Old Men
23.55 The Captive
01.50 Rocky II Rocky Balboa telur sig loks vera kominn á beinu brautina þegar hann finnur skyndilega fyrir verulegum fjárskorti. Á sama tíma byrjar Apollo Creed að áreita hann í gegnum fjölmiðla og Rocky ákveður að taka slaginn við hann á nýjan leik.

03.45 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra áttaSynir þrumunnar og viðkvæm blóm
08.00 Morgunfréttir
08.05 Dante Alighieri og Gleði-leikurinn guðdómlegi Fyrri þáttur
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Íslenska mannfloían
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Er þetta dónalegt? Þáttur 3
15.00 Flakki
16.00 Siðdegisfréttir
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
20.45 Fólk og fræði Fötlunarlist og uppistand
21.15 Bók vikunnar Glæpur við fæðingu
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 Robo-Dog
12.55 Every Day
14.30 Made of Honor
16.10 Robo-Dog
17.40 Every Day
19.20 Made of Honor
21.00 A Star Is Born
23.15 Deadpool 2
01.10 The Foreigner
03.00 A Star Is Born

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 Heiða
09.55 Mía og ég
10.20 Zigby
10.30 Skoppa og Skritla
10.40 Mæja býfluga
10.50 Latibær
11.10 Lina langsokkur
11.35 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 Grand Designs Australia 8
14.35 Battle of the Fittest Couples
15.20 Ísskápastríð
15.55 Flirty Dancing
16.40 Hvar er best að búa?
17.20 Um land allt
18.00 Sjáðu
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 Lorenzo's Oil
22.05 The Grand Budapest Hotel
23.45 Jurassic World. Fallen Kingdom
01.55 The Hurricane Heist
03.35 Submergence

STÖÐ 3

14.20 Friends
16.00 Friends
16.25 Schitt's Creek
16.50 Satt eða logið
17.30 The Great British Bake Off
18.30 Um land allt
19.10 Planet Child
20.00 Masterchef USA
20.45 Hálandisvaktin
21.15 Grand Designs Australia
22.10 Angie Tribeca
22.35 Succession
23.35 Krypton
00.20 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.10 Valur - Stjarnan
08.50 KR - Keflavík
10.30 Dominos Körfuboltak. karla
12.00 Umræða um 19. umferð kvenna
12.25 Wigan - Preston North End Bein útsending.
14.25 KA/Þór - Fram Bein útsending frá leik í Olís deild kvenna.
16.20 La Liga Report
16.50 KA - Selfoss Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
18.55 PGA Special. Coming Home
19.40 Hellas Verona - Juventus Bein útsending.
21.45 Haukar - Valur
23.25 Fiorentina - Atalanta

STÖÐ 2 SPORT 2

14.50 Getafe - Valencia Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
17.25 Nottingham Forest - Leeds Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
19.55 Atletico Madrid - Granada Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.

STÖÐ 2 SPORT 3

15.50 Haukar - Valur Bein útsending frá leik í Domino's-deild kvenna.

STÖÐ 2 SPORT 4

13.50 Fiorentina - Atalanta Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

PIER



VEFVERSLUN
www.pier.is

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM*

GILDIR ÚT 9. FEBRÚAR



Glermynd 100x80cm 19.990.- 15.992.-



Kertastjaki H43cm
14.990.- 11.992.-



Páfagaukur H46cm
4.990.- 3.992.-



Darcy velúrsófi 232x77x95cm 269.900.- 215.920.-



Balar með leðurhöldum Silfur 25x45x35cm 14.990.- 11.992.- Brass 23x34x55cm 19.990.- 15.992.-



Flamingo lampi
H65cm 17.990kr.- 14.392.-



Velúr púðar 4.990.- 3.992.-



Borðstofuborð Ø150cm SÉRTILBOÐ 124.990.-

SÉRTILBOÐ



Hægingastóll blátt velúr, gylltir fætur 54.990.- 43.992.-



Hliðarborð m. marmaraplötu Ø53cm SÉRTILBOÐ 24.990.-

SÉRTILBOÐ



Gólflampi H157cm 32.990.- 26.392.-



KORPUTORG

VIRKIR DAGAR 11- 18:30
LAU OG SUN 12-18

S: 5227870

*GILDIR EKKI MEÐ SÉRTILBOÐUM

SELFOSS

VIRKIR DAGAR 11- 18:30
LAU 10-18 SUN 12-18

S: 5227890

OPÞÁ Á
SUNNUDAGUM Í
DORMA SMÁRATÖRGI

DORMA

Láttu drauminn rætast

Lýkur á sunnudag
opið á Smáratorgi

Smáratorgi | Holtagöðrum | Akureyri | Ísafirði

Útsala
LOKAHELGIN

Enn meiri
afsláttur
af völdum
vörum

ALLT AÐ
60%
AFSLÁTTUR

www.dorma.is

VEFVERSLUN

ALLTAF
OPIN

ÚTSALA
25%
AFSLÁTTUR

KOLDING

hægindastóll
með skemli

33%
afsláttur

Svart eða dökkgrátt
PVC leður.

Fullt verð: 119.900 kr.

Aðeins ~~89.925 kr.~~ 79.900 kr.

OSLO sófaborð

B: 98
D: 60
H: 43 cm

Hvitt sófaborð með hillu og svartri
eða eikarlitri skúffu og fótum í stíl.

Fullt verð: 27.900 kr.

ÚTSALA
20%
AFSLÁTTUR

30%
afsláttur

19.530 kr.

Aðeins ~~22.320 kr.~~

Allar YANKEE Candle
kertavörur nú með
70% AFSLÆTTI!

VARA HÆTTIR

Afgreiðslutími Rvk
Mánudaga til föstudaga kl. 11-18.30
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)
www.dorma.is

Holtagöðrum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA

Láttu drauminn rætast

VELDU GÆÐI!

Pú færð gómsætar
bollur hjá okkur
allar helgar
í febrúar.

BjörnSBakari

Sími: 561 1433

www.bjornsbakari.is

mánudaga-föstudaga
laugardaga
sunnudaga

7.30 - 17.30
8.00 - 16.00
9.00 - 16.00

Austurströnd 14 • Hringbraut 35

46

MENNING • FRÉTTABLAÐIÐ

8. FEBRÚAR 2020 LAUGARDAGUR

DAGSKRÁ

Sunnudagur

HRINGBRAUT

20.00 Mannamál (e) Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
20.30 Suðurnesja-magasín Vikurfrétta (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Um-sjón: Páll Ketilsson. Framleiðandi: Vikurfréttir ehf.
21.00 Lífið á Spáni (e) Sigmundur Ernir fer og kynnir sér Íslendinga-lífið á Costa Blanca á Spáni.

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 Hruturinn 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 Sigldar teiknimyndir
09.21 Músaús Mikka
09.45 Krakkafréttir vikunnar
10.05 Heimssýn barna
11.00 Silfrið
12.10 Menningin - samatekt
12.40 #12 stig
13.00 Söngvakeppnin 2020
14.05 Söngvakeppnin í 30 ár
15.00 Álafoss - Ull og ævintýri
15.55 Okkar maður - Ómar Ragnarsson
16.55 Joanna Lumley í Japan
17.50 Tákn málsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.25 Innlit til arkitekta
19.00 Fréttir
19.30 Veður
19.40 Íþróttir á sunnudegi
20.00 Landinn
20.30 Hljómskálinn Hljómskálinn snýr aftur, stappfullur af íslenskri tónlist. Farið er vítt og breitt yfir sviðið í tali og tónum auk þess sem tónlistarfólk úr ólíkum áttum vinnur lög sérstaklega fyrir þættina. Unnið er með ólík þemu í hverjum þætti, á borð við mat, hættulega tónlist, ímynd og peninga. Hljómskálinn er í umsjón Sigtryggs Baldurssonar.
21.05 Brot
21.55 Smámyndasmiðurinn The Miniaturist
22.50 Laugardagsfár. Besta diskó-myndin Saturday Night Fever. The Ultimate Disco Movie
00.00 Rauði dregillinn Oscars Red Carpet Live
01.00 Óskarsverðlaunahátíðin 2020 Academy Awards 2020 Bein útsending frá afhendingu Óskars-verðlaunanna í Los Angeles þar sem Hildur Guðnadóttir tónskáld er tilnefnd til verðlauna fyrir frumsamda kvikmyndatónlist. Pulur er Hulda G. Geirsdóttir.
04.00 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13.50 The Good Place
16.15 Malcolm in the Middle
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 Solsidan
18.10 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
19.05 Pabbi skoðar heiminn Skemmtilegur og einlægur ferða-þáttur þar sem fylgst er með feðgunum Sverri Friðjófssyni og Sverri Þór Sverrissyni, sem er betur þekktur sem Sveppi, ferðast hringinn í kringum hnöttinn. Á ferðalaginu kynnast áhorfendur feðgunum og enn fremur ná feðgarnir að kynnst hvor öðrum betur.
19.40 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
00.15 The Handmaid's Tale
01.05 The Capture
01.50 Blue Bloods
02.35 Queen of the South
03.20 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnarSvinshöfuð
11.00 Guðsþjónusta í Guðriðar-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífínu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Íslenska mannflofan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Rannsóknarstarf á söfnum
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A Million Little Things
13



TRANS BÖRN

SUNNUDAG

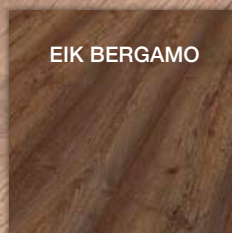
Trans börn

FYRSTI ÞÁTTUR Í OPINNI DAGSKRÁ

Ný heimildapáttaröð þar sem Sigrún Ósk Kristjánsdóttir fylgir eftir fjórum íslenskum fjölskyldum yfir tveggja ára tímabil. Allar eiga þær það sameiginlegt að innan þeirra er barn sem var úthlutað röngu kyni við fæðingu.

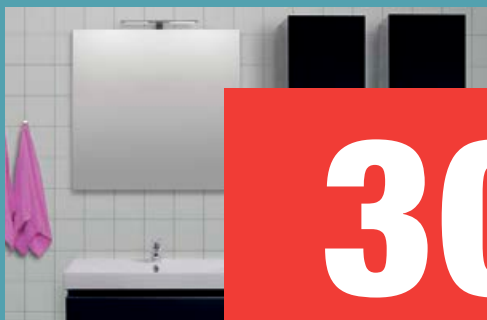
stod2.is 1817

Mikið úrval af gólfefnum á afslætti!



LAGERHREINSUN Í BAUHAUS!

Þú finnur allskyns smávöru á lagerhreinsuninni í Baðlandi.



30%

afsláttur
af Camargue Skärgärd
baðinnréttingum og sturtupíljum
Mv. almennt verð

Á VIÐ UM ALLAR VÖRUR SEM FINNA
MÁ Í VÖRULISTANUM BAÐHERBERGIÐ
OG VELLÍÐAN 2019/2020

Camargue[®]

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplýsingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

Pú gerir alltaf góð kaup í BAUHAUS.
Ýmsar vörur á frábæru verði, komdu og sjáðu allt úrvalið!



Kintston Slate 480 grill
4 brennarar + hliðarbrennari.
Skápur fyrir gaskút.

56.000,-

~~70.000,-~~



Höggbor-/skrúfvél
BSB18CBLLE LI-352X. Sérlega handhæg 18 V
höggborvél með kolalausum mótör og 13 mm
borpatrónu sem taka má af. 3 x 2,5 Ah PRO18V
Lithium-Ion rafhlöðu, 50 mín. hleðslutæki, málm-
kassa og fylgihlutasetti með 100 borum (viðar- /
málm- og steinborum) og bitum.

34.995,-

~~59.995,-~~

Lagerhreinsun



Bosch hekkklippur
550 w. 48 cm. klippilengd. Getur sagað
allt að 24 cm. breidd.

16.000,-

~~24.995,-~~

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR!

Lagerhreinsun af völdum vörum og vörum sem hætta í sölu – komdu og gerðu frábær kaup! Takmarkað magn.



TAKMARKAÐ MAGN

Magnum gólfplisar
30 x 60 cm. Svartar. Frostþolnar.
Verð á m².

Lagerhreinsun



TAKMARKAÐ MAGN

Lagerhreinsun

PALAZZO
Náttúrusteinn Bianco
Cordo
30,5 x 30,5 cm. Náttúrusteinn í
ljósgráum eða beinhvítum skugga.
Póleriserað og með sniðbrúnum.
Bianco Cordo. Verð á m².

VERÐ FRÁ
1.000.-



TAKMARKAÐ MAGN

Harðparket

Havanna harðparket,
silfruð eik
Þykkt 7 mm. Plankastærð
192 x 1.292 mm. Smellukerfið
sem bundið er einkaleyfi auðveldar
lagningu parketsins. Auðvelt
viðhald. Verð á m².

Lagerhreinsun



TAKMARKAÐ MAGN

Harðparket

Lagerhreinsun

LOGOCLIC
Aktion harðparket,
ljós eik
Þykkt 8+2 mm. Plankastærð
192 x 1.285 mm. Verð á m².

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!



LÍFIÐ

Fyrstu fimm lögin sem þykja þess verð að toppa Hatara frá því í fyrra verða lögð í dóm áhorfenda á RÚV í kvöld klukkan 19.45 og Fréttablaðið fékk fimm yfirlýsta Júrövisjónspekinga til þess að velja það lag sem þau ýmist ætla að kjósa eða telji að muni enda sem framlag Íslands í Eurovision í vor.

toti@frettabladid.is
steingerdur@frettabladid.is



Jóhannes Þór Skúlason,
Júrövisjónnördur

Sturlaður sjarmi Kid Isak

„Ég á erfitt með að gera upp á milli þriggja í þessum riðli,“ segir sá ann-álaði Júrövisjónnördur, Jóhannes Þór Skúlason. „Dimma togar í rokkarann, Brynja Mary er með mjög flott lag, sérstaklega á ensku, en það sem gerir gæfumuninn fyrir mig í þessum riðli er að Kid Isak er bara svo sturlað sjarmerandi með þetta léttu og leikandi partilag. Hann mun skína á sviðinu.“

Ég verð að jata að ef við horfum á líklega mótherja á stóra sviðinu í lokakeppninni þá er Ævintýri hugsanlega ekki nægilega sterkur frambjóðandi í hakkavélina „síma-kosning Evrópuþjóða“. Það myndi allt velta á sviðsetningu og framkomu hvort það færi upp úr riðlinum. Svona „feelgood“ lög hafa ekki endilega riðið feitustu hestunum frá úrslitakeppninni síðustu ár.“



Markús Þórhallsson,
sagnfræðingur

Fagnar endurkomu Hildar Völu

„Það er hressandi að loksins hljómar megnið af lögunum ekki eins og þau hafi verið samín sérstaklega fyrir Eurovision árið 1993. Auðvitað eru þau misskemmaðileg en þar ræður auðvitað aðeins smekkur þess sem á hlýðir. Meirihlutinn gæti þó einfaldlega verið hluti dægurtónlistar nútímans, án þess að einhvers konar kappleikur væri í gangi,“ segir Markús Þórhallsson, þáttastjórnandi á Útvarpi Sögu.

„Það er líka ánægjuefni að sjá hve margt ungt listafólk er tilbúið að leggja lag sitt við söngvakeppnina í bland við reynslubolta í faginu og ég fagna því sérstaklega að sjá og heyra í Hildi Völu aftur.“

Það er samt ekki spurning að Dimma mun fá mitt atkvæði á fyrra undanúrslitakvöldinu, þótt þetta sé hvorki besta lagið sem ég hef heyrt með þeirri stórgóðu hljómsveit né besta rokklagið sem keppt hefur um hylli Evrópubúa.

Strákarnir hafa auðvitað gríðarlega flotta sviðsframkomu, munu vekja athygli fyrir að vera töffararnir sem þeir eru og fyrir að syngja á íslensku. Ég er samt hræddur um að þeir gætu lent í vandræðum með dómnefndir og þann hóp atkvæðagreiðenda sem filar ekki þungarokk. Ég efast ekki um að þeir gætu komist upp úr riðli, án þess að vita enn alveg hver samkeppnin er, en myndu svo lenda um miðja lokakeppni. En ég er hræðilegur spámaður.“



Atiði um hvaða lag keppir fyrir Ísland í Eurovision í kjölfar Hatara hefst með látum í kvöld. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR

Fimm tímasprengjum kastað fram í kvöld

Í kvöld hefst Söngvakeppnin 2020 þar sem tíu lög berjast í tveimur þáttum um þann eftirsóttu en vandmeðfarna heiður að keppa fyrir Íslands hönd í Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva.



Margrét Erla Maack,
skemmtikraftur

Elisabet er Adele Íslands

„Besta lagið finnst mér Elta þig með Elisabetu Ormslev. Elisabet er stórkostlegur flytjandi, Adele Íslands, og lagið er dýnamískt og býður upp á skemmaðilega sviðsetningu. Ég vona að teymið nýti sér hinn sjónræna miðil og gefi okkur einhverja veislu,“ segir fjöllistakonan og sirkusdivan Margrét Erla Maack. „Þegar Elisabet keppti með lagið Á ný fannst mér atriðið ekki nógu sjónrænt ... Svo koma svo!“

Hvatningaróp Margrétar segir í raun allt sem segja þarf. Elisabet er hennar keppandi í kvöld. „Elisabet er örugg á sviði og með rosalega rödd svo ég held að í stóru keppninni gangi henni afar vel. Ég er ekkert brjálæðislega bjartsýn á að lagið skori hátt í stigum, en flutningurinn og atriðið væru landinu til sóma.“



Styrmir Örn Hansson,
plötusnúður.

Kid Isak með poppneglu

„Ferskustu lagahöfundar landsins eru núna mættir í Evróvisjón, og án autotune. Með sænskan sexkant að vopni senda þeir í keppnina litríka poppneglu,“ segir plötusnúðurinn og heilsunuddfræðinemin Styrmir Örn Hansson og efast ekki um sigurvegara kvöldsins.

„Flytjandi lagsins, Kid Isak, hefur sykursæta ómótada útgeislun í anda hvítrússneskættaða-norska-fiðludvergsins. Lagið er aðgengilegt og grípandi og ætti að fara áfram úr undankeppninni og ná í topp 16. En með popplög þá skiptir framsetning atriðisins miklu máli, því verður spennandi að fylgjast með í kvöld.“



Freyja Steingrímsdóttir,
stjórnmálaráðgjafi

Klukkan tifar best

„Það er ekkert lag í fyrri undankeppninni sem gripur mig almennilega þótt þau séu nokkur ágæt,“ segir Freyja Steingrímsdóttir, aðstoðarmaður formanns Samfylkingarinnar. „En af þeim lögum sem eru að keppa um heigina er það sennilega Klukkan tifar sem mér finnst best. Stebbi Hilmar er auðvitað godsögn í íslensku tónlistarlífi. Hann semur íslenska textann sem er mjög 90's sem heillar mig. Lagið sjálft er ágætt. Ég held að það standi og falli því með flutningnum og stelpurnar munu þurfa að heilla mann upp úr skónum ef það á að eiga möguleika á að komast út.“

Ef flutningurinn er góður þá kemst lagið mögulega upp úr undankeppninni í Rotterdam en ég spái því þá að við myndum lenda neðarlega í aðalkeppninni.“



Ævintýri
900 9901

Flytjandi: Kid Isak
Lag: Þormóður Eiríksson, Kristinn Óli Haraldsson og Jóhannes Damian Patreksson
Texti: Þormóður Eiríksson og Kristinn Óli Haraldsson



Augustín
900 9903

Flytjandi: Brynja Mary
Lag: Brynja Mary Sverrisdóttir og Lasse Qvist
Íslenskur texti: Kristján Hreinnson
Ensukur texti: Brynja Mary Sverrisdóttir



Elta Þig
900 9902

Flytjandi: Elísabet
Lagahöfundar: Elísabet Ormslev og Zoe Ruth Erwin
Íslenskur texti: Daði Freyr
Ensukur texti: Zoe Ruth Erwin



Klukkan tífar
900 9904

Flytjandi: Ísold og Helga
Lag: Birgir Steinn Stefánsson og Ragnar Már Jónsson
Íslenskur texti: Stefán Hilmarsson
Ensukur texti: Birgir Steinn Stefánsson, Ragnar Már Jónsson og Stefán Hilmarsson



Almyrkvi
900 9905

Flytjandi: Dimma
Lag: Dimma
Texti: Ingó Geirdal

Snoop Dogg vill frelsa Bill Cosby

Rapparin Snoop Dogg sakar spjallþáttastjórnendurna Oprah Winfrey og Gayle King um að rífa niður orðspor svartra karlmanna, sem sakaðir eru um kynferðisbrot, en standa með hvítum kynferðisbrotamönnum. Hann hefur þó hlotið töluverða gagnrýni fyrir að hafa verið leikarinn og dæmda kynferðisbrotamanninn Bill Cosby.

Snoop Dogg fór hörðum orðum um Oprah og King þegar hann brást við umdeildu viðtali King á þriðjudaginn þar sem hún minntist á ásakanir um kynferðisbrot frá 2003 á hendur Kobe Bryant.

„Ertu ekki vinkona Oprah? Af hverju eruð þið að ráðast á okkur? Við erum ykkar fólk, þið eruð ekki að ráðast á Harvey Weinstein og spyrja hann heimskulegra spurninga,“ sagði rapparinn í myndbandi sem hann birti á Instagram í kjölfar viðtalsins. „Sýndu fjölskyldunni virðingu og hypjaðu þig í burtu, tík, áður en við komum að ná þér.“

Rapparinn deildi síðan nokkrum myndum sem sýndu Oprah og King með kynferðisbrotamanninum Harvey Weinstein sem er þessa dagana fyrir dómi þar sem hann þarf að svara fyrir fjölda ásakana um margvisleg kynferðisbrot.



Snoop Dogg er saltvondur og æðrast á Instagram. NORDICPHOTOS/GETTY

Þá minnst rapparinn á mál leikarans Bill Cosby en hann var sakfelldur árið 2018 fyrir nauðgun og að byrja konu ólyfjan en tugir kvenna hafa stigið fram og sakað leikarann um nauðgun. „Frelsum Bill Cosby,“ skrifaði rapparinn á einum tímamarki.

Cosby, eða sá sem sér um samfélagsmiðla hans, svaraði rapparanum á Instagram þar sem hann þakkaði honum fyrir



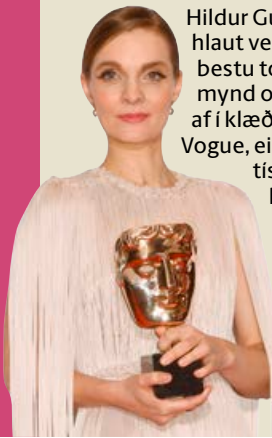
stuðninginn. „Það er svo sorglegt og mikil vonbrigði að svartar konur sem njóta velgengi séu notaðar til að rífa niður orðspor og ímynd svartra karlmanna sem njóta velgengi.“

Þrátt fyrir að margir hafi tekið undir gagnrýnina um King og Oprah þá hefur Snoop verið harðlega gagnrýndur fyrir stuðninginn við Cosby sem hefur afplánað um tvö ár af tíu ára fangelsisdómi.

fanndis@frettabladid.is

Lífið í vikunni
02.02.20-
08.02.20

SLÓ Í GEGN Á BAFTA



Hildur Guðnadóttir hlaut verðlaun fyrir bestu tónlist í kvikmynd og þótti bera af í klæðavali að mati Vogue, eins virtasta tiskutímarits heims. Góðar líkur eru taldar á að hún muni hampa Óskarsverðlauninum annað kvöld.

RAFTÓNLISTARVEISLA



Hollenski plötusnúðurinn Up-sammy spilar á Vetrarblóti í Hörpu í kvöld. Hún hefur áður spilað hér á landi á lista-hátiðinni LungA. Atli Bollason, einn aðstandenda hátiðarinnar, segist spenntur að upplifa alvöru klúbba-kvöld.

LEITAÐI MÚSÍKRÓTANNA

Valgeir Guðjónsson leitaði músíkrótanna til að „afpoppa“ sig og uppskar þá lög sem falla vel að kór-söng. Hann spár ansi skrautlegum tónleikum sem fram fara í dag í Langholtskirkju.



NÝ SNJÓBRETTAMYND

Viðir Björnsson og Rúnar Pétur Hjörleifsson hafa gefið út snjóbretta-myndina Volcano Lines. Í henni fara íslensk náttúra og snjóbretta-tilprif Rúnars Péturs með aðal-hlut-verkið.



Rómantík og Elvis á Kattakaffihúsinu

Á föstudaginn fara fram hraðstefnumót á Kattakaffihúsinu við Bergstaðastræti 10a. Það er enginn annar en sjálfur Elvis sem stjórnar viðburðinum. Gestum gefst svo færi á að leika við kettina sem búa á Kattakaffihúsinu að sögn **Gíju**, annars eiganda Kattakaffihússins.

Næsta föstudag er Valentínusardagur. Kattakaffihúsið stendur fyrir viðburði um kvöldið þar sem einstaklingar geta mætt og farið á svokölluð hraðstefnumót. Þá gefst þeim færi á að kynnast öðrum einhlepum með því að eiga stutt spjall. Það verður svo alvöru Elvis-eftirherma sem sér um að allt fari rétt fram og heldur stuðinu í þátttakendum.

Ekki bara rómantík

„Okkur fannst spennandi að prófa eitthvað nýtt, það er orðið svo þreytt að hanga bara á Tinder og hittast á börum. Svo erum við að fara að vera með alls konar uppá-



Gígja Sara Björnsson og Ragnheiður Birgisdóttir stofnuðu Kattakaffihúsið árið 2018. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

komur hjá okkur, spilakvöld, þrónakvöld og alls konar sniðugt. Þetta er fyrsti svona viðburðurinn hjá okkur og því langaði okkur að gera þetta með stæl,” segir Gígja Sara Björnsson, annar eigenda Kattakaffihússins.

Hraðstefnumótin ganga þannig fyrir sig að hver umferð er 5–7 mínútur. Á borðunum verða svo skemmtilegar spurningar sem hægt er að brydda upp á ef ske kynni að fólk yrði uppiskroppa með umræðuefni.

„Elvis lætur svo þátttakendur vita

þegar næsta umferð hefst. Það verða að sjálfsgöðu klósett- og snarlþásur og þá er bakkelsið okkar og drykkir í boði. Þegar kvöldinu lýkur láta þátttakendur okkur vita hvaða fólk það væri til í að hitta aftur. Ef báða aðila langar að halda kynnumum áfram, þá látum við þá fá upplýsingar um hvort annað,” segir Gígja.

Hún segir að planið sé ekki endilega bara að skapa einhverja rómantík.

„Þetta þarf ekkert endilega að vera rómantísk stund, þetta getur verið skemmtilegt og létt spjall

sem leiðir til þess að maður eignast vin eða bara spjall við áhugaverða manneskju.“

Kisukóngurinn Elvis

„Af því hann er rosalega skemmtilegur og rómantískur. Okkur fannst tilvalið að hafa eitthvað smá fyndið í gangi. En það er skemmtileg staðreynd að Elvis var kallaður „The Cat King“, eða Kisukóngurinn, í Kína. Er ekki tilvalið að sjálfur Kisukóngurinn og ástarfíkillinn Elvis sjái um svona kvöld?“ spyr Gígja, spösk í bragði.

ER EKKI TILVALIÐ AÐ SJÁLFUR KISUKÓNG-URINN OG ÁSTARFÍKILLINN ELVIS SJÁI UM SVONA KVÖLD?

Gígja er handviss um að nærvera kattanna hafi góð áhrif á stemninguna á föstudaginn.

„Kettir eru þekktir fyrir að róa fólk og ef þú hefur ekkert að segja þá er tilvalið að skoða kött eða fylgjast með kisunum. Það myndi róa mig mikið ef ég væri með kisu í fanginu á deiti,” segir Gígja.

Felix og Logi

Það hafa alls fimmtíu kettir fengið nýtt heimili fyrir tilstilli Kattakaffihússins, en gestir geta ætteleitt kettina sem búa þar.

„Það eru rosa margar skemmtilegar sögur en mér þykir alltaf mjög vænt um eina. Felix og Logi eru tveir högnar sem komu inn á Kattakaffihúsið á svipuðum tíma. Logi var algjör kettlingur og kelirófa en Felix smá fylupúki og skritinn. Eftir smá tíma urðu þeir ótrúlega góðir vinir, en það er sjaldgæft að sjá. Það voru aðrar kisu hérna á þeim tíma en þeir einhvern veginn urðu bara mjög góðir vinir. Konan sem ætlaði að taka Loga endaði á því að taka Felix líka þar sem hún vildi ekki slíta þá í sundur. Ég er eiginlega viss um að Felix hefði verið lengi að fá heimili þar sem hann var svo mikill fylupúki, en mér fannst svo sætt hvað þeir urðu nánir og að hún sýndi því skilning,” segir Gígja.

Fjórði hefst klukkan 19.00 næsta föstudag og hægt er að skrá sig á kattakaffihusid.is. steingerdur@frettabladid.is

TILBOÐ Á OPEL ATVINNUBÍLUM FRAMLENGT TIL 29. FEBRÚAR

Frábær vinnukraftur!



COMBO CARGO

Listaverð 2.990.000 kr.

Tilboðsverð án vsk. **2.145.000** kr.



VIVARO VAN

Listaverð 3.890.000 kr.

Tilboðsverð án vsk. **2.870.000** kr.

VIVARO COMBI - 9 manna

Listaverð 4.990.000 kr.

Tilboðsverð án vsk. **3.742.000** kr.



THE FUTURE IS EVERYONE'S

benni.is

Reykjavík
Krókhálsi 9
590 2000

Reykjanesbæ
Njarðarbraut 9
420 3330

Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16
Verið velkomin í reynsluakstur

Opel á Íslandi

Bilabúð Benni

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðaf Bjarnason guðaf@frettabladid.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Hjördis Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson, hlynur@frettabladid.is, Sigfús Örn Einarsson sigfus@frettabladid.is, Örn Geirsson orn.geirsson@frettabladid.is FÓLK/SÉRBLÓÐ 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 SÉRBLÓÐ EFNÍ: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is RADAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrónnar Helgason hronnar@frettabladid.is, Viðar Ingi Pétursson vidar@frettabladid.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Guðrún Inga Grétarsdóttir guðrunga@frettabladid.is



BYKO

Öll innimálning

20%

afsláttur

vegg- og loftamálning

4L

Verð á lítra 1.048

Frábært verð! Gerðu verðsamanburði

Verð á lítra 1.539

Frábært verð! Gerðu verðsamanburði

Tilboðsverð

Innimálning

Kópal 4L hvít Gljástig 4

6.156

86631840

Almennt verð: 7.695

Tilboðsverð

Interiør 10

Lyktarlítill vatnspynnaleg akrýl innimálning. Þekur vel og gefur slitsterkt yfirborð sem auðvelt er að þrifa. Notast á flest alla fleti innandyrna t.d. spónaplötur, gips, múr og steinsteypu.

9.436

80602709

Almennt verð: 11.795

9L

Vanntynnbar

SE HVIT

9L



Vistvænt

Þú finnur góð málningarráð á byko.is



Svanurinn er opinbert umhverfismerki Norðurlandanna og var stofnað af norrænu 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.

GROHE

Tilboðsverð

Minta

Eldhústæki með hárrí sveiflu og útdraganlegum barka, krómað.

31.996

15332321

Almennt verð: 39.995

20%

GROHE

Tilboðsverð

Minta

Eldhústæki með hárrí sveiflu, krómað.

24.496

15332917

Almennt verð: 29.995

18%

GROHE

Tilboðsverð

Handlaugartæki

Start Edge, krómað með smellitappa

8.747

15323580

Almennt verð: 12.495

30%

Tilboðsverð

Desperados eik

Harðparket 1285x192mm, 12mm Hörkustuðull 33/AC5

3.221 kr/m²

0113635

Almennt verð: 4.295 kr/m²

25%

Mystyle

Krono Original High Quality

THE BLUE ANGEL ENVIRONMENTAL LABEL UNIT

Tilboðsverð

Wolfsback

Harðparket 1285x192mm, 8mm. Hörkustuðull: AC4/23

2.192 kr/m²

0113656

Almennt verð: 2.894 kr/m²

24%

Krono Original High Quality

THE BLUE ANGEL ENVIRONMENTAL LABEL UNIT

Tilboðsverð

Renaissance eik

Harðparket, 242x2000mm, 12mm, AC5 og CL33.

3.293 kr/m²

0113650

Almennt verð: 4.895 kr/m²

32%

Krono Original High Quality

Innréttingar

25%

afsláttur

JKE NORDIC KITCHEN DESIGN

Viðskiptavinir athugið, BYKO á Suðurnesjum er lokað í dag, laugardag, vegna vörutalningar.



Nýtt blað á byko.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl.

19%

Tilboðsverð

Áltrappa
2 þrep.

3.500

50170182

Almennt verð: 4.315



28%

Tilboðsverð

Járnhillur
150x75x30cm, 4 hillur, hvítar.

3.000

38910116

Almennt verð: 4.195



RYOBI

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél
Sett. R18DD5, tvær rafhlöður.

35.000

7133004297

Almennt verð: 44.995



22%

24%

Tilboðsverð

Háprýstidæla
Aquatark 150bör.

60.000

74810250

Almennt verð: 78.745



Tilboðsverð

Multisög
PMF 220 CE.

15.000

74862194

Almennt verð: 21.995



32%

50%

Tilboðsverð

Sláttuvél
GC-PM 46/3 S 2,0kW.

35.000

748300653

Almennt verð: 69.995



40%

Tilboðsverð

Geislahitari
600W hangandi.

6.000

50615006

Almennt verð: 9.995



Tilboðsverð

Kolagrill

NK22-LEG 57cm. Grillgrindin er opnanleg á tveimur stöðum, svo hægt er að bæta kolum eða viðarspæni á eldinn.

27.000

506600093

Almennt verð: 38.995



31%

50%

Tilboðsverð

Viðarkol

10kg. Marienburg hágæða náttúruleg viðarkol..

2.000

50650131

Almennt verð: 3.995



52%

Tilboðsverð

Gasgrill

MONARCH 390. Ryðfrítt eldunar-kerfi. Grillgrindur úr pottjárni.

60.000

50657509

Almennt verð: 123.995



Kílóvött
8,8

Brennarar
3+2

Ánægðustu viðskiptavinirnir þriðja árið í röð!*

*Skv. könnun Íslensku ánægjuvogarinnar 2017, 2018 og 2019 á ánægju viðskiptavina á byggingavörumarkaði.

Takk aftur!



BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land

BAKÞANKAR

Margrétar
Kristmannsdóttur



Að vera miðaldra

Það hefur fleiri kosti en færri að vera miðaldra, en helsti kosturinn er að maður nennir engu kjaftæði lengur. Maður hefur lært af reynslunni að allt of mikill tími í gegnum tíðina fór í að tipla á tánum í kringum menn og mál-efni – tími sem maður dauðsér eftir. Eina huggunin er að þessi tími stækkaði reynslubankann – en mikið fjárátt gat verið leiðinlegt meðan á því stóð. Í dag er maður mun oftari í þeirri stöðu að velja í hvað tímanum er varið og miðaldra manneskja á einnig að hafa öðlast það þor að segja einfaldlega nei takk og láta ekki hvað sem er yfir sig ganga! Vinkonur mínar hafa kallað það ... þið afsakið orðbragðið ... að vera kominn í „fuck you“ stöðu. Ekki síðri kostur við að ná miðjum aldri er að maður viðurkennir óhikað að maður hafi ekki lengur skoðun á öllu og engu. Ég nenni einfaldlega ekki að setja mig inn í mörg málefni og þykjast síðan hafa eitthvað merkilegt fram að færa. Vera þessi þreytandi týpa á kaffi-stofunni sem endalaust þarf að láta ljós sitt skína. Hálandisþjóðgarður og raforkudreifing eru góð dæmi um málefni sem ég ætla ekki að kynna mér ítarlega, en treysti á að gott fólk geri það og breyti rétt fyrir mig og komandi kynslóðir. Þegar aldurinn færir yfir neitar maður að umgangast neikvætt fólk sem dregur úr manni lífslöngunina. Miðaldra manneskja velur sína slagi – vandar valið og drekkur gott rauðvín!

FYRIR SVANGA
FERÐALANGA

Kvikk
ON THE GO

FRELSAÐU
ANDANN



SMINT®
SYKURLAUST



Nýtt
JUVELBLOMMA
sængurverasett
1.790,-



Nýtt HEDDAMARÍA
púðaver 995,-



Nýtt SKOGSSTARR
sængurverasett 2.490,-



INFORMERA kubbakerti
995,-/3 í setti



DVALA teygjula
B90×L200cm 1.190,-



Nýtt
TRATTVIVA
rúmteppi
B150×L250cm
1.990,-



Nýtt
HILDIGARD
motta
5.990,-



Nýtt
SOMMARMALVA
sængurverasett
2.690,-



Nýtt
PUDERVIVA
sængurverasett
6.990,-



Nýtt
SMARRA
kassi
með loki 1.490,-



DUNÄNG
teppi 5.490,-



Nýtt
PRAKTBRÄCKA
púði 3.990,-



Nýtt
ROTTFJÖRIL
púðaver
695,-



Nýtt
TJILLEVIPS
karfa
1.990,-



Nýtt KOPPARRANKA
sængurverasett 2.690,-



SNÖFRID
púðaver
1.490,-



VEITINGASTAÐURINN
Aðeins í febrúar
Lambaskanki og meðlæti
1.095,-
Hakkabúff og meðlæti
995,-



Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingasíði opið 9:00-20:30 - IKEA.is

