

Sigraðist á ópíóíðafíkn með CBD

Davíð Hafsteinsson, atvinnumaður á hjólabrettum, háði langa baráttu við ópíóíðafíkn en náði að rjúfa vítahring fíknarinnar með aðstoð CBD-olíu, sem unnin er úr hampi. Í dag framleiðir Davíð sína eigin CBD-línu í samstarfi við frægasta hjólabrettamann sögunnar, Tony Hawk. → 28



Ég missti líka nánast allt, samskiptin við fjölskylduna, starfið mitt, vini mína.



Baráttueldurinn

Alþjóðlegur baráttudagur kvenna er á sunnudaginn. → 24



Sögulegur samningur

milli Bandaríkjanna og talibana. undirritaður um síðustu helgi. → 12



Ekki bara okkar saga

María Reyndal notaði húsmóðurverkfall móður sinnar sem innblástur. → 32

Sölu- sýning

Í dag, laugardag, frá kl. 10 til 16, efnum við til sölusýningar í verslun okkar, Nóatúni 4.

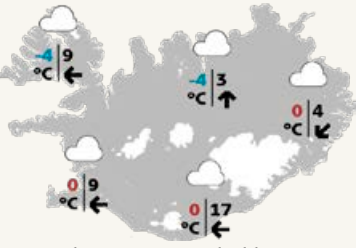
Fjöldi tilboða í tilefni dagsins. Afsláttur af öllum vörum sem eru ekki þegar á Tækifærisverði.



SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 • Sími 520 3000
www.sminor.is

Veður



Vaxandi austanátt og þykkar upp S-lands, 18-28 í dag, hvassast við S-ströndina. Snjócoma eða slydda með köflum S- og A-lands, en úrkominna í öðrum landshlutum. **SJÁ SIÐU 46**

Það sem vantar í frumvarpið

Ólafur Stephensen
framkvæmdastjóri
Félags atvinnurekenda

Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir dómsmálaráðherra hefur birt drög að frumvarpi til laga, sem heimilar innendum aðilum netverzlun með áfengi. Markmið laganna er sagt að tryggja jafnræði milli innlendrar og erlendrar verzlunar, sem er gott markmið sem Félag atvinnurekenda styður. Félagið hefur hins vegar í umsögn sinni um málið bent á ýmis atriði, sem vantar í frumvarpið og greinargerð þess, eigi að koma í veg fyrir að frumvarpið skapi nýtt ójafnræði í viðskiptum og nýjar samkeppnishömlur.

FRÉTTABLAÐIÐ

Nánar á frettabladid.is

Gleðilegan baráttudag kvenna!

Stella Samúelsdóttir
framkvæmdastýra
UN Women á Íslandi

Þann 8. mars er efst í huga þakklæti til þeirra kvenna sem börðust fyrir röttækum hugmyndum eins og að binda ríki í sáttmála til að tryggja konum og stúlkum grundvallarmannréttindi. Fyrir að fá Kvennasáttmála SP samþykktan árið 1979 og útskýra þar með fyrir valdhöfum ríkja SP hvað eigi að gera til að útrýma mismunun gegn konum og tryggja full réttindi og frelsi á jafnréttisgrundvelli við karla.

FRÉTTABLAÐIÐ

Nánar á frettabladid.is

Ragnar Bjarnason kvaddur



Útför Ragnars Bjarnasonar, hins ástsæla tónlistarmanns, var gerð í kyrrþey frá Háteigskirkju í gær. Fjöldi listamanna undir stjórn Þorgeirs Ástvaldssonar flutti tónlist. Meðal laga sem flutt voru var Barn, eitt þekktasta lag Ragnars sem hann samdi við ljóð Steins Steinarrs og Þannig týnist tíminn, lag og ljóð Bjartmars Guðlaugssonar sem var útnefnt óskagalag þjóðarinnar árið 2014 í flutningi Ragnars og Lay Low. **FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR**

Myndin skýrist hjá Eflingu

KJARAMÁL „Hlutir hafa verið að skýrast,“ segir Viðar Þorsteinsson, framkvæmdastjóri Eflingar. Að sögn Viðars funduðu fulltrúar borgarinnar og Eflingar í ymsum myndum í allan gærðag hjá Ríkissáttasemjara þar til hlé var gert á fundinum.



Viðar Þorsteinsson.

„Það á að halda fundinum áfram um helgina,“ segir Viðar. Því boði Ríkissáttasemjari til fundar í dag eða á morgun.

Ströng lota hefur verið í samningaviðræðum BSRB og ríkisins og er gert ráð fyrir að hún haldi áfram um helgina til þess að freista þess að semja áður en verkföll hefjast aðfaranótt mánudags. – gar

Eingöngu McDonalds í heimsókn til Wuhan

Kórónaveiran greindist fyrst 1. desember í Wuhan í Kína. Nokkrum dögum fyrir hafði Þórhallur Þórhallsson, uppistandari með meiru, yfirgefið borgina við annan mann. „Ég held að þetta sé ekki mér að kenna,“ segir Þórhallur.

COVID-19 Í lok nóvember á síðasta ári fóru þrjú íslenskir uppistandarar í pílagrímsför til Kína til að skemmta. Ein af borgunum sem hópurinn heimsótti var Wuhan þar sem samnefnd veira, sem nú skekur heimsbyggðina, er talin eiga upptök sín.

Einn þremmenninganna, Þórhallur Þórhallsson, segir að borgin hafi komið sér vel fyrir sjónir. „Ég verð að viðurkenna að ég hafði aldrei heyrt um þessa borg fyrir en ég kom þangað. Síðan varð þetta í raun uppáhaldsborgin mín í ferðinni,“ segir Þórhallur.

Þórhallur hefur í gegnum árin talað opinskátt um baráttu sína við kvíða og félagsfælni. Hann segir að heimsfaraldurinn, sem nú geisar, valdi ákveðinni togstreitu innra með sér. Kvíðinn stigmagnast en félagsfælnin er að sama skapi á undanhaldi, aðallega vegna þess að það er mjög auðvelt að afsaka sig frá mannamötum þessa dagana.

„Það vill þannig til að þegar ég tók fyrst eftir fréttum um þessa veiru frá Wuhan þá var ég með væga flensu. Þótt ég hafi í raun áhyggjur af öllu nema heilsunni þá fór hausinn engu að síður á flug og ég var sannfærður um að ég væri að fara að deyja,“ segir Þórhallur. Hann náði sér þó fljótt af flensunni og fylgist vel með framvindu mála í fréttum.

„Þetta virðist dreifast hraðar en klamidía á Íslandi. Ég hafðist við á vafasömum matarmörkuðum ytra. Ég borðaði þó hvorki leðurblökur né hunda þarna úti, aðallega bara McDonalds. Ég held að þetta sé ekki mér að kenna,“ segir Þórhallur.

Öllu kvíðvænlegri er þó tekjuöflun hans sem skemmtikrafts.



Þórhallur Þórhallsson er kvíðinn og félagsfælnin. **FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR**

Ég var sannfærður um að ég væri að fara að deyja.

Þórhallur Þórhallsson

„Það er verið að aflýsa viðburðum hægri vinstri og það er auðvitað högg,“ segir Þórhallur.

Hann starfar einnig sem leiðsögu- maður með erlenda ferðamenn, en

segir að enn sem komið er sé nóg að gera í því. „Þar hefur ekki orðið nein fækkun enn þá en það breytist væntanlega ef þetta dregst á langinn,“ segir hann.

Eitt af helstu verkefnum Þórhalls undanfarin misseri hefur verið að leika í kvikmyndum, en hann fer með aðalhlutverkið í nýrri íslenski gamanmynd, Mentor, sem verður frumsýnd síðar á árinu.

„Það er búið að taka hana upp þannig að þessi blessaði veirufaraldur eyðileggur hana ekki fyrir mér. Eða ég held ekki,“ segir Þórhallur. **bjornth@frettabladid.is**

STÓR HUMAR

HUMARSÚPA

OPIÐ LAUGARDAG 10-15

Fiskikóngurinn

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1 • Sími 555 2800



Nýtt Húsasmiðjulað er komið út

Skoðaðu öll tilboðin á husa.is



Litur: 7637 EXHALE Máling: LADY Pure Color

LADY málning
25%
afsláttur
af allri LADY málningu



Gefum ÍS
alla helgina í
Skútuvogi
kl. 12-15

Parket og flísar
25%
afsláttur
af öllu parketi

Parketámynd: LinenEik 8mm Vnr. 14.7430



Litaprufur
25%
afsláttur



Framkvæmdargleði í Húsasmiðjunni

26%
afsláttur



12.495 kr
~~16.665~~ kr

Verkfæravagn
NEO, 84-229, þrjá hillur á hjólum, stærð:
630x390x810 mm, hver hilla ber 120 kg.
5024490

25%
afsláttur



11.190 kr
~~14.990~~ kr

Handlaugartæki
Grohe Start, hátt 188 mm.
7910802

32%
afsláttur



16.995 kr
~~24.995~~ kr

Borvél og hersluvél 18V
Sett með 2 vélum og 2 rafhlöðum,
1.5Ah (Li-ion).
5246080

20%
afsláttur

Nilfisk

16.795 kr
~~20.995~~ kr

Háprýstidæla
Nilfisk, 110 bör, 1.4kW, 440 ltr./klst., 5 m slanga,
Click & Clean kerfi.
5254203



25%
afsláttur
af öllum
pottaplöntum

Orkidea
12 cm pottur.
11325000

1.990 kr
~~2.690~~ kr

25%
afsláttur

Stórar
pottaplöntur
19 cm potti, margar
tegundir.
11261298

3.590 kr
~~4.790~~ kr

26%
afsláttur

Ástareldur
10,5 cm pottur.
11328305

990 kr
~~1.449~~ kr

30%
afsláttur
af öllum
Friðarliljum

31%
afsláttur

Begonía
12 cm pottur.
11400027

1.799 kr
~~2.490~~ kr

27%
afsláttur



Lára Jónsdóttir
Lára verður í Blómavali í
Skútuvogi um helgina
kl. 13-17 og veitir ráðgjöf
um meðferð og umpottun
pottaplantna, vorlauka,
fræa og sáningu.

10
STK.

25%
afsláttur

Túlípanar,
10 stk.

1.490 kr
~~1.990~~ kr

OUTLET

ÚTSÖLUMARKAÐUR Í SKÚTUVOGI

OUTLET

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

TÖLUR VIKUNNAR 01.03.2020 TIL 07.03.2020

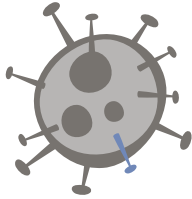


40%

atvinnulausa eru erlendir ríkisborgarar, eða um 3.800 manns.

59

eru sætin sem Netanyahu og bandamenn hans fengu í þingkosningum í Ísrael.



2

mánuðir er tíminn sem það gæti tekið kórónuveirufaraldurinn að ganga yfir.

44%

segja að kórónufaraldurinn hafi mikil áhrif á ferðalög sín til útlanda.



70 ára

er Sinfónihljómssveit Íslands og heilt hátíðartónleika á fimmtudag.



Þrjú í fréttum Daði, áhyggjur af Póllandi og Bjólfskviða

Daði Freyr Pétursson

tónlistarmaður

ásamt hljóm-sveitinni Gagnamagninu bar sigur úr þýtum í vali á framlagi Íslands í Eurovision. Samkvæmt erlendum veðbönkum í vikunni telst framlag Íslands nú það þriðja líklegasta til að vinna lokakeppnina í Hollandi í maí. Af yfirliti um veðbanka á síðunni eurovisionworld.com má sjá að lag Rúmena trónir á toppnum á undan Litháen og síðan Íslandi.



Silja Dögg Gunnarsdóttir

forseti Norður-landaráðs

heimsækir pólska þingið ásamt sendinefnd 9.-10. mars. Þjóðernis- og íhaldsflokkurinn Lög og réttur náði meirihluta í kosningum í október. Segir Silja að breytingar á dómskerfinu, afskipti affjölmildum og afstaða til hinsegin fólks séu meðal mála sem séu á skjön við hugsjónir flestra norrænna stjórnálmanna.



Svanur G. Þorkelsson

leiðsögumaður

las inn Bjólfskviðu á saxnesku á hljóðbók sem nú hefur verið gefin út af Audible hljóðbókaveitunni. Svanur segir íslensku og saxnesku eiga margt sameiginlegt þótt enginn viti nákvæmlega hvernig saxneskan hafi verið borin fram. Aðspurður um framhaldið segist Svanur spennur fyrir að lesa Íslendingasögurnar á ensku.



Veiran smitast nú innanlands

Almannavarnir hafa lýst yfir neyðarstigi vegna kórónaveirunnar sem farin er að smitast innanlands. Á borðinu er að grípa til samkomubanns. Hluta þeirra sem greinst hafa með COVID-19 frá Ischgl í Austurríki grunar að kona sem var á Ítalíu og flaug með þeim heim hafi smitað þau.

COVID-19 Fjögur tilfelli innanlandssmits af kórónaveirunni höfðu verið staðfest í gær er Fréttablaðið fór í prentun og alls voru þá 45 sýktir hér á landi.

Í ljósi þess að kórónaveiran er farin að smitast manna á milli hér innanlands var viðbúnaðarstig almannavarna hækkað í gær úr hættustigi í neyðarstig. Fram kom á upplýsingafundi almannavarna í gær að neyðarstig hafi engin áhrif á almenning en lúti að starfsemi mikilvægra stofnana og fyrirtækja.

Einnig var upplýst í gær að þau sem smitast hafa hér heima hafi öll beina tengingu við fólk sem var í skíðaferðalagi á Ítalíu og í Austurríki. Þau smituðu eru nú öll í einangrun en auk þeirra eru 326 manns í sóttkvi. Um 70 sýni voru rannsókuð í gær og frá upphafi hafa um 400 sýni verið rannsókuð.

Hópur Íslendinga sem kom frá skíðabænum Ischgl í Austurríki, og situr nú í einangrun á heimilum sínum vegna COVID-19, hefur grunsemdir um að smitið gæti hafa átt sér stað í flugvélinni á leið heim frá München. En í umræddri vél, sem lenti laugardaginn 29. febrúar, var íslensk kona sem kom úr skíðaferð í norðurhluta Ítalíu og sýndi ein-kenni veikinda. Hún hafi setið í 8. röð en þeir sem komu heim smitaðir



Frá Ischgl í Austurríki þar sem hópur Íslendinga sem nú er smitaður dvaldi til loka febrúar. MYND/GETTY



Smit í flugvélum eru mjög sjaldgæf.

Þórólfur Guðnason, sóttvarnalæknir



hafi setið í flugvélinni aftur í 21. röð. Enginn úr hópnum frá Ischgl hafi sýnt einkenni þegar komið var í flugvélina.

Hópurinn hefur ferðast saman í nærri 30 ár og er undrandi vegna stöðunnar. Haft hafi verið samband við bæði hótelin sem gist var á, Hotel Garni Martina og Hotel Nevada, sem og lögregluna og þau svör fengust að enginn væri smitaður þar.

Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir segir ólíklegt að fólk hafi smitast í flugvélinni sjálfri. „Þarna er fólk að ferðast saman í hópnum og

þetta kemur upp skömmu eftir að þau koma heim,“ segir hann. Jafnframt að samtal sé í gangi á milli yfirvalda hér og á bæði Ítalíu og í Austurríki. Mjög margir sem séu á ferðinni í Ölpunum séu smitaðir.

„Smit í flugvélum er mjög sjaldgæft og samkvæmt bæði rannsóknnum og tilmælum frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni og Sóttvarnstofnun Evrópu er smit-hætta í tveimur sætaröðum framan og aftan við viðkomandi,“ segir Þórólfur.

Mjög fá tilfelli, um 25 talsins, hafa verið tilkynnt í Austurríki. Þórólfur veltir því fyrir sér hvort litil leit sé í gangi og þá hugsanlega mikið af ógreindum tilfellum.

Um tuttugu úr íslenska skíða-hópnum frá Ischgl hafa greinst með COVID-19, sem er mjög stór hluti af heildartilfellum sem greinst hafa hér á landi.

Samkvæmt karlmanni, á eftirlaunaaldri, meðal smitaðra er enginn úr hópnum alvarlega veikur og

læknar eru í sambandi við sýkta á hverjum degi. Fólk haldi stillingu sinni en maðurinn segir ákaflega hvítleitt að vera lokaður inni í tvær vikur. Eiginkona hans geti ekki farið til vinnu og í hópnum sé staðan sú að aðskilja hafi þurft fjölskyldumeðlimi á meðan á einangrun stendur. Í hópnum séu nokkrir einstaklingar sem starfa í heilbrigðiskerfinu.

Reykjavíkurborg ákvað í gær að loka félagsmiðstöðvum og dagdvöl aldraðra, skammtímadvöl fyrir fatlaða og stoðþjónustu fyrir fatlaða fólk. Þá tilkynnti neyðarstjórn Hrafnistu um heimsóknarbann á Hrafnistuheimilum.

Fylgst verður með framvindu kórónaveirusýkingarinnar alla helgina á frettablaðið.is.

kristinnhaukur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Nánar á frettabladid.is

HÖRKUTÓL SEM ENDIST

RAM 3500

NÝTT GLÆSILEGT ÚTLIT, NÝJAR ÚTFÆRSLUR OG FJÖLMARGAR TÆKNINÝJUNGAR Í BODI.

EIGUM TIL FLESTAR GERÐIR TIL AFGREIÐSLU STRAX

BJÓÐUM UPP Á 37" OG 40" BREYTINGAR

RAM 3500 VERÐ FRÁ: 6.967.745 KR. ÁN VSK.

RAM 3500 VERÐ FRÁ: 8.640.000 KR. M/VSK.

EINGÖNGU RAM FRÁ ÍSBAND ERU MEÐ EVRÓPUÁBYRGÐ FRÁ FRAMLEIÐANDA.

ISBAND

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



ramisland.is

MEGA CAB



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

Nýr Yaris

FÁÐU FORSMEKKINN



EINSTÖK SÝNING – AÐEINS Í KAUPÚNI!



UMHVERFISVERÐLAUN A TVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Forsýning í Kaupúni í dag kl. 12-16

Nýr Yaris gerir stutt stopp í Kaupúni á sýningarferð sinni um heiminn. Sjáðu glæsilegasta Yaris sem um getur – nýja kynslóð þessa óskoraða leiðtoga í sínum flokki. Fáðu forsmekkin að því sem koma skal á www.toyota.is/yaris



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
570 5070



Þungur vetur innan og utan þingsins

Stór og umdeild mál biða afgreiðslu á vorþingi. Veturinn hefur einkennst af óvæntum atvikum eins og óveðri, snjóflóðum og kórónaveirunni.

STJÓRN MÁL Rúmar elflu starfsvikur eru nú eftir af vorþingi en í lok mánaðar þurfa öll þingmál sem fá afgreiðslu að vera komin fram. Ljóst er að mörg stór mál biða afgreiðslu þingsins og miðað við yfirlýsingar stjórnarþingmanna í fjölmiðlum er ekki einhugur um þau öll milli stjórnarflokkanna.

Staða þingmála var á dagskrá ríkisstjórnarfundar í gær. „Málin hafa verið að tínast inn í þingið; nokkur voru lögð fram í síðustu viku og það er að komast hreyfing á þetta, sem er gott,“ segir Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra.

Hanna Katrín Friðriksson, þingflokksformaður Viðreisnar, segir það vera að raungerast að það ríki ósamstaða milli stjórnarflokkanna um stór og mikilvæg mál.

„Það stefnir í mjög annasamar vikur eða áttakamiklar, nema hvort tveggja sé. Þá eru átökin ekkert endilega bara milli stjórnar og stjórnarandstöðu. Við erum að gíra okkur upp í það að annað hvort verður mjög mikið að gera eða það verða einhver mál sem fara ekki í gegn eða verður frestað,“ segir Hanna Katrín.

Fjölmiðlafrumvarp óafgreitt

Meðal þungra mála sem þegar eru til meðferðar í þinginu eru annars vegar fjölmiðlafrumvarpið og frumvarp um nýtt lána- og styrkjafyrirkomulag fyrir námsmenn. Bæði málin eru frá mennta- og menningarmálaráðherra og eru þau til meðferðar í allsherjar- og menntamálanefnd.

Formaður nefndarinnar, Páll Magnússon, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, hefur þegar lýst því viðhorfi sínu að frumvarp ráðherra um styrki til einkarekinna fjölmiðla verði ekki afgreitt nema samhliða verði tekin afstaða til stöðu RÚV á samkeppnismarkaði. Ljóst er að Páll mælir fyrir munn marga Sjálfstæðismanna en þingmenn í öðrum flokkum stjórnarreiðhlutans hafa lýst sig á algjörlega öndverðri skoðun; um aðskilin mál sé að ræða.

Þeim áhyggjum hefur verið lýst af frumvarpi ráðherra um menntasjóð, að ákvæði þess, meðal annars um vaxtaþak og val milli fastra og breytilegra vaxta, geti haft neikvæð áhrif á það markmið frumvarpsins



Ráðherrar skoða aðstæður á Dalvík í kjölfar óveðursins sem gekk yfir landið í desember. FRÉTTABLAÐID/AUÐUNN

Mikill tími fer í viðbrögð við erfiðum aðstæðum

„Það hefur óvenjumikill tími á þessum þingvetri farið í að bregðast við óvæntum atvikum sem hafa komið upp,“ segir Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra.

Auk COVID-19 nefnir Katrín bæði mikinn veðurham, óveðrið fyrir norðan í byrjun árs og snjóflóðin fyrir vestan. „Átaks-hópurinn sem settur var á fót skilaði svo frábærum tillögum og tók bæði á beinum viðbrögðum vegna veðursins en líka ýmsu sem lýtur að til dæmis afhendingaröryggi raforku, fjarskiptum, ofanflóðavörnum og öðru sem tengist snjóflóðunum,“ segir Katrín.

Meðal atburða sem ríkisstjórnin hefur þurft að takast á við á þessum þingvetri er fallettinn sem Ísland fékk hjá FATF-samtökunum vegna ónógra aðgerða til að hindra misnotkun fjármála-kerfa til peningabættis. Aðspurð segir Katrín það mál auðvitað annars eðlis en óveður, náttúru-

að námsaðstoðarkerfið geti verið sjálfbært.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er líklegt að reynt verði að afgreiða frumvarp um menntasjóð á undan fjölmiðlamálinu. Málin eru á sviðum stað í málsmæðferð nefndarinnar að því leyti að gestakomum er að mestu lokið og því stýtt í að þau verði tekin til almennrar umræðu. Fyrir liggur



Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra

hamfarir og Covid-19 faraldurinn. „Sú staða krafðist hins vegar mjög skjótra viðbragða og aðgerða sem standa enn yfir, eins og lögin sem sett voru um raunverulega eigendur. Það hefur verið tímafrekt en er líka mjög jákvætt og aðgerðir sem hefði átt að vera búð að ráðast í miklu fyrir.

Staðan í efnahagslífinu hefur líka þarfnast athygli ríkisstjórnarinnar. „Við höfum líka verið að undirbúa sérstakar aðgerðir vegna fyrirsjáanlegs slaka í efnahagslífinu og nú er ljóst að við þurfum að taka mið af nýrri breytu í þeirri vinnu, sem eru efnahagsleg áhrif COVID-19,“ segir Katrín.

að bæði málin muni þurfa að taka einhverjum breytingum til að sátt náist um að afgreiða þau úr nefnd og til annarrar umræðu í þingsal.

Búist við miklu álagi í nefndinni

Að öðru leyti má búast við því að álagið verði einna mest á umhverfis- og samgöngunefnd. Nefndin á eftir að ljúka afgreiðslu samgönguáætlunar og biður enn eftir frum-

Atburðir

- **18. október 2019** Ísland sett á gráan lista FATF-samtakanna
- **10. desember 2019** Hættustigi lýst yfir vegna óveðurs norðan- og vestanlands. Eigna- og manntjón varð vegna aftakaveðurs
- **15. janúar 2020** Snjóflóð féllu á Flateyri og í Súgandafjörð og flóðbylgja gekk yfir Suðureyri. Miklar skemmdir urðu á eignum og atvinnutækjum
- **26. janúar 2020** Óvissustigi almannavarna lýst yfir vegna landriss á Reykjanesi
- **5. febrúar 2020** Seðlabankinn lækkaði hagvaxtarspá frá síðasta ársfjórðungi úr 1,6 prósent í 0,8 prósent
- **14. febrúar 2020** Óvissustigi almannavarna lýst yfir vegna óveðurs víða um land – skólahaldi aflýst og önnur starfsemi víða í lágmarki
- **27. febrúar 2020** Óvissustigi lýst yfir vegna COVID-19

ig að hægt verði að sjá úr hverju er að spila.

Þess utan er beðið eftir frumvörpum umhverfis- og auðlindaráðherra um hálendisþjóðgarð og Þjóðgarðastofnun, auk rammaáætlunar. Samkvæmt þingmálaskrá áttu þau öll að koma inn í þingið í lok febrúar.

„Það gæti orðið töluvert um að vera í nefndinni þegar þessi mál öll eru komin fram. Það er allavega óhætt að segja að það sé ekki rúmt á því í tíma að ætla sér að klára öll þessi mál,“ segir Bergþór.

Hann segist nú búa sig undir langar setur með sínum góðu kollégum í nefndinni á næstu vikum. „Það er búð að vera þétt að gera en er rölegt í augnablikinu en svo reikna ég með miklu álagi í nefndinni í apríl og maí.“

Hanna Katrín bendir á að þótt mál umhverfisráðherra séu enn ekki komin inn í þingið hafi þingmenn stjórnarflokkanna sannarlega haft miklar og mismunandi skoðanir á þeim í fjölmiðlum.

„Svo eru mál sem búð er að mæla fyrir eins og fjölmiðlafrumvarpið. Það er mál sem er komið til nefndar og virðist vera fast þar, en fulltrúar stjórnarflokkanna eru heldur ekkert ófeimnir við að tjá sig um það og þá á mjög mismunandi vegu. Menntasjóður námsmanna virðist líka hiksta einhvers staðar í kerfinu,“ segir Hanna Katrín.

Þá komi ekki á óvart að fyrri umræðu um fjármálaáætlun hafi nú verið frestað um viku en hún átti að fara fram 24. og 25. mars.

„Það á greinilega að nýta allt svigrúmið og það kemur ekkert á óvart í ljósi stöðunnar. Það er komið vel fram í seinni hálfleik á kjörtímabilinu og mál sem ríkisstjórnin hefur verið að ýta á undan sér eru núna að komast á tíma. Allt eru þetta mál sem eru af mikilvæg fyrir samfélagið til að þau séu sett í einhvern saltþækil vegna þess að stjórnarflokkarnir geta ekki komið sér saman,“ segir Hanna Katrín.

Litlar breytingar á fylgi flokka

Sjálfstæðisflokkurinn og Samfylkingin mælast enn stærstu flokkarnir í nýrri könnun sem Zenter rannsóknir gerðu fyrir Fréttablaðið.

Litlar breytingar eru á fylgi flokkanna frá síðustu könnun, sem gerð var um miðjan janúar.

Niðurstöður könnunarinnar má sjá á frettablaðið.is.

adalheidur@frettabladid.is
sighvatur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐID

Meira á frettabladid.is

MARCH 12-22 2020

STOCKFISH FILM FESTIVAL IN REYKJAVÍK

KOMIÐ OG NJÓTIÐ ÞESS BESTA ÚR EVRÓPSKRI KVIKMYNDAGERÐ!

Góða skemmtun!

facebook.com/Evropusambandid

BÍÓ PARADÍS

Hverfisgötu 54 – 101 Reykjavík



Sendinefnd ESB á Íslandi



Danskir dagar



Danskt nautaribeye

frystivara

2.490 kr/kg

verð áður 2.999



399 kr/stk

Tulip beikon lifrakæfa og grófhökkuð lifrakæfa

Nyhed

på danske dage

verð frá **379** kr/stk



Sönderjyske brauðsalöt
Laksesalat, kylling & bacon salat, skagensalat & krabbesalat



1.399 kr/pk

Tulip Spareribs og pulled pork



verð frá **349** kr/pk

Tulip álegg
Danmarks eldste brand



699 kr/stk

Anthon Berg Sweet Moments
Fyrir gæðastundir



259 kr/stk

Guld barre 80 g
Skildpadde, pariserlinser, mint, mælk & karameller

Nyhed

på danske dage



279 kr/pk

Ekta dansk smákökur frá Nordby

Nyhed

på danske dage



319 kr/pk

Toms Pingvin lakrids
Blandaður lakkrís

HAGKAUP *Mere dansk hver dag*

Opna fyrir Youtube Kids á Íslandi

Smáforritið Youtube Kids verður brátt í boði á Íslandi, en það er ætlað þriggja til tólf ára börnum. Samskiptastjóri Google í Danmörku segir að foreldrar muni geta stýrt áhorfinu betur og komið í veg fyrir ofnotkun og það að börnin þeirra sjái truflandi efni.

TÆKNI Sérstakt Youtube smáforrit fyrir börn, Youtube Kids, verður opnað fyrir Íslandsmarkað á þriðjudaginn, 10. mars. Forritið er ætlað börnum á aldrinum þriggja til tólf ára, er ritstýrt af Youtube og ýmsir möguleikar hins hefðbundna forrits óvirkir, svo sem athugasemda-kerfið. Einnig er hægt að tímastilla notkunina.

Jesper Vangkilde, samskiptastjóri hjá Google í Danmörku sem einnig sér um Íslandsmarkað, segir að Danir hafi opnað fyrir forritið á síðasta ári og nú verði þjónustan færð út til Íslands. Forritið var upprunalega tekið í notkun árið 2015 en mikil eftirspurn hefur verið eftir slíkri þjónustu, þar sem ofnotkun barna er þekkt vandamál og aðgengi að óæskilegu efni til staðar. Samkvæmt Jesper er hið hefðbundna Youtube aðeins ætlað 13 ára og eldri.

„Það sem mestu máli skiptir er að rásirnar eru rýndar og prófaðar. Þetta er aðeins lítill hluti af heildinni, en er áreiðanlegur fyrir börn og foreldrar geta treyst því að efnið sé öruggt,“ segir Jesper. Þetta getur verið efni af ýmsum toga, tónlistarmyndbönd, teiknimyndir, kennsluefni, vögguvísur eða dýralífsmyndbönd, sem dæmi. Sumar síður á hefðbundna Youtube hafa verið gagnrýndar fyrir að sýna óæskilegt eða jafnvel truflandi efni,



Opnað var fyrir aðgang að forritinu í Danmörku í fyrra og nú verður þjónustan einnig í boði hér á landi. MYND/GETTY

þar sem reynt er að höfða til barna. Má nefna rásina Toy Freaks, sem Youtube lokaði á endanum.

Allur aðgangur Youtube Kids er stílaður inn á börn og auðvelt fyrir

þau að leita innan þess ramma sem foreldrar setja. Auglýsingar eru virkar en með skorðum, til dæmis ekki gosdrykkjaauglýsingar.

Einnig skiptir máli að sumir hlutir

eru ekki virkir í forritinu, eins og athugasemdakerfið. Í því kerfi getur hver sem er skrifað athugasemd og stundum eru þær ansi orðljótar. „Börn sem skoða athugasemdakerf-

Börn sem skoða athugasemdakerfið á hefðbundnu Youtube rásinni sjá þessar athugasemdir sem er slæmt.

Jesper Vangkilde, samskiptastjóri Google í Danmörku og á Íslandi



id á hefðbundnu Youtube rásinni sjá þessar athugasemdir, sem er slæmt og þeim líður oft illa yfir þessu,“ segir Jesper. Ekki er hægt að hlaða upp myndböndum í Youtube Kids.

Í Youtube Kids geta foreldrar sjálfir stillt ýmis atriði. Jesper nefnir sérstaklega í þessu samhengi áhorfstíma. „Of mikið áhorf á Youtube er algengt vandamál á meðal barna. Foreldrar geta stillt áhorfstímann á hálf tíma, til dæmis. Að þeim tíma liðnum slekkur forritið á spiluninni,“ segir Jesper. „Foreldrar geta einnig handvalið efni fyrir börnin. Svo sem íslensk myndbönd eins og Skoppu og Skritlu en einnig erlendar rásir.“

kristinnhaukur@frettabladid.is

Aðalfundur Sýnar hf.

Aðalfundur Sýnar hf. verður haldinn föstudaginn 20. mars 2020 kl. 10:00, í höfuðstöðvum félagsins að Suðurlandsbraut 8, 108 Reykjavík.

Dagskrá fundarins:

1. Skýrsla stjórnar félagsins um starfsemi þess á liðnu starfsári.
2. Ákvörðun um hvernig skuli fara með afkomu félagsins á reikningsárinu 2019.
3. Ársreikningur félagsins fyrir liðið starfsár lagður fram til staðfestingar.
4. Tillögur um breytingar á samþykktum félagsins, sem fela í sér:
 - a) Að heimila félaginu kaup á eigin hlutum, sem verður viðauki við samþykktirnar.
 - b) Að breyta ákvæðum sem vísa til einkaréttar Verðbréfaskráningar Íslands til rafrænnar skráningar verðbréfa félagsins.
 - c) Að 1/20 hluthafa geti krafist hluthafafundar.
5. Tillaga um stefnu um arðgreiðslur og/eða endurkaup eigin hluta.
6. Tillaga um starfskjarastefnu félagsins.
7. Ákvörðun um þóknun til stjórnarmanna fyrir komandi starfsár.
8. Kosning stjórnar félagsins.
9. Kosning tveggja fulltrúa í tilnefningarnefnd félagsins í samræmi við starfsreglur stjórnar og starfsreglur tilnefningarnefndar.
10. Kosning endurskoðanda félagsins.
11. Önnur mál löglega upp borin.

Aðrar upplýsingar:

Skjöl og tillögur sem lagðar verða fyrir aðalfund er að finna á vefsíðu félagsins syn.is/fjarfestatengsl. Hluthöfum stendur einnig til boða að nálgast skjölin í höfuðstöðvum félagsins að Suðurlandsbraut 8, 108 Reykjavík, virka daga milli kl. 09:00 – 16:00. Fundurinn fer fram á íslensku og verða fundargögn jafnframt á íslensku. Ekki verður unnt að greiða atkvæði með rafrænum hætti á fundinum.

Hluthafi getur látið umboðsmann sækja hluthafafundinn fyrir sína hönd. Umboðsmaður skal leggja fram skriflegt umboð á eyðublaði sem unnt er að nálgast á vef félagsins.

Dagskrá og tillögur stjórnar hafa verið birtar í Kauphöll og er unnt að nálgast á vef félagsins.

Hluthafar eiga rétt á að leggja fram mál og/eða ályktunartillögur fyrir fundinn ef gerð hefur verið skrifleg eða rafræn krafa um það eigi síðar en 10 dögum fyrir fund, þ.e. eigi síðar en kl. 10 þriðjudaginn 10. mars 2020. Hafi hluthafar krafist þess að tiltekið mál eða ályktun verði tekið fyrir verða endanleg dagskrá og tillögur uppfærðar á vef félagsins eigi síðar en þremur dögum fyrir aðalfundinn. Hægt

er að senda tillögur eða ályktanir fyrir fundinn á veffangið tilnefningarnefnd@syn.is. Hluthafar geta einnig lagt fram spurningar er varða auglýsta dagskrárlíði á aðalfundinum sjálfum.

Kveðið er á um stjórnarkjör í samþykktum félagsins. Athygli er vakin á ákvæðum samþykktu um hlutfall kynja í stjórn félagsins.

Sérstök tilnefningarnefnd hefur verið að störfum í samræmi við starfsreglur stjórnar og tilnefningarnefndar. Hluthafar og aðrir sem óska eftir tilnefningu nefndarinnar til framboðs til stjórnar að aðalfundi félagsins hafa átt þess kost að koma áhuga sínum og eftir atvikum framboði á framfæri við nefndina, en frestur til þess er nú útrunninn. Skýrsla tilnefningarnefndar var send Kauphöll með fyrra fundarboði. Með fyrirvara um að stjórn staðfesti lögmæti hlutaðeigandi framboða leggur tilnefningarnefnd til að þau Hjörleifur Pálsson, Hilmar Þór Kristinsson, Petrea Ingileif Guðmundsdóttir, Sigríður Vala Halldórsdóttir og Tanya Zharov verði kjörin til setu í aðalstjórn Sýnar hf. og Óli Rúnar Jónsson og Þyri Dröfn Konráðsdóttir verði kjörin til setu í varastjórn.

Tilnefningarnefnd mun leggja til að Kristinn Hallgrímsson hrl. verði fundarstjóri aðalfundarinnar.

Eftir sem áður er unnt að tilkynna um framboð til stjórnar skriflega minnst fimm sólarhringum fyrir aðalfund, sbr. 63. gr. a. hlutafélagalaga nr. 2/1995 eða fyrir kl. 10 sunnudaginn 15. mars 2020. Framboð skulu berast á netfangið: tilnefningarnefnd@syn.is

Endanlegar upplýsingar um framboðendur til stjórnar verða birtar eigi síðar en tveimur dögum fyrir aðalfund.

Í samræmi við starfsreglur stjórnar og starfsreglur tilnefningarnefndar gefst hluthöfum tækifæri á að kjósa tvo af þremur fulltrúum í tilnefningarnefnd. Framboðsfrestur til tilnefningarnefndar er til kl. 10 sunnudaginn 15. mars 2020 og ber að skila framboðum á netfangið: tilnefningarnefnd@syn.is

Reglur um stjórnarkjör gilda eftir því sem við getur átt um kosningu tilnefningarnefndarfulltrúanna.

Aðgöngumiðar, atkvæðaseðlar og önnur fundargögn verða afhent frá kl. 9:30 á aðalfundardegi.

Stjórn Sýnar hf.

sýn 

**RÚMFATA
LAGERINN**
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

Fáðu innblástur

**FEGRADU
HEIMILIÐ**

SPARIÐ

20-40%

AF ÖLLUM ELDHÚS- OG BORDSTOFU-
STÓLUM OG BORDUM*

*GILDIR ÚT 08. MARS

SPARIÐ

20-40%

AF ÖLLUM SÆNGUM*

*GILDIR ÚT 08. MARS

SPARIÐ

30%

AF ÖLLUM
HEILSUKODDUM*

*GILDIR ÚT 10. MARS

SPARIÐ

25%

AF ÖLLUM
SÆNGURVERASETTUM*

*GILDIR ÚT 08. MARS

SPARIÐ

40%

AF AMUNGEN
MYRKVUNAR-
GARDÍNUM*

*GILDIR ÚT 10. MARS

**LUXURY SLEEP
RÚM***

TILVALIN
FERMINGARGJÖF



Sparið
allt að
60.000

NÚ VERÐ FRÁ:

69.950

*GILDIR ÚT 10. MARS

SPARIÐ

25%

AF SAVALEN
OG SETTEN

MYRKVUNARRÚLLUGARDÍNUM*

*GILDIR ÚT 10. MARS

SETTEN

Innritun í framhaldsskóla á haustönn 2020

Forinnritun nemenda í 10. bekk mun standa yfir dagana 9. mars til 13. apríl.

Forinnritun nemenda í 10. bekk (fæddir 2004 eða síðar) hefst mánudaginn 9. mars og lýkur mánudaginn 13. apríl. Nemendur fá bréf frá Menntamálastofnun með **veflykli að innritunarvef** og leiðbeiningum sem afhent verður í grunnskólunum. Foreldrar/forráðamenn nemenda fá bréf í pósti frá Menntamálastofnun með upplýsingum um innritunina. Nemendur í 10. bekk eru eindregið hvattir til að taka þátt í forinnrituninni.

Innritun annarra en 10. bekkinga mun standa yfir 6. apríl til 31. maí. Innritun eldri nemenda (fæddir 2003 eða fyrr), sem eru ekki í framhaldsskóla sem stendur eða ætla að skipta um skóla, hefst mánudaginn 6. apríl og lýkur sunnudaginn 31. maí. Umsækjendur 17 ára og eldri nota auðkenni frá island.is eða rafræn skilríki á greiðslukorti. Ef sótt er um Íslykil á netinu er hægt að velja um að fá hann sendan á lögheimili, sem tekur 2-5 virka daga eða í netbanka, sem skilar sér samdægurs (undir „rafræn skjöl“). Rafræn persónuskilríki er hægt að sækja um hjá viðskiptabanka.

Lokainnritun nemenda í 10. bekk verður 6. maí til 10. júní. Nemendur í 10. bekk hafa frest til sækja um nám í framhaldsskóla eða breyta umsóknum úr forinnritun til miðnættis miðvikudagsins 10. júní.

Einkunnir þeirra verða sendar rafrænt frá grunnskólum til framhaldsskóla eftir skólaslit.

Fjar- og dreifnám og nám í kvöldskóla.

Innritun í fjar- og dreifnám og í kvöldskóla fer fram samkvæmt fyrirkomulagi sem einstakir framhaldsskólar auglýsa.

Nánari upplýsingar má fá í síma 514 7500 eða með því að senda póst á innritun@mms.is

Ekki hefur dregið úr ofbeldi gegn konum

Ný skýrsla UN Women leiðir í ljós að réttindi og staða kvenna hafi staðið í stað í 25 ár. Ekki hafi dregið úr ofbeldi gegn konum og milljónir stúlkna gangi ekki í skóla. Framkvæmdastýra segir niðurstöðurnar ekki koma á óvart.

JAFNRÉTTISMÁL Ekki hefur dregið úr ofbeldi gegn konum og stúlkum á síðastliðnum 25 árum, samkvæmt nýrri skýrslu UN Women um stöðu réttinda kvenna. Skýrslan var unnin eftir úttekt á áætlun Peking-sáttmálans, sem samþykktur var á kvennaráðstefnu Sameinuðu þjóðanna árið 1995, og er gefin út í tilefni af alþjóðlegum baráttudegi kvenna 8. mars.

Skýrslan gefur til kynna að markmiðum sáttmálans hafi ekki verið náð. „Við höfum vitað það lengi að ef ekki verður gripið til harðari aðgerða mun jafnrétti ekki nást fyrr en um miðja næstu öld. Við höfum ekki tíma til að biða svo lengi,“ segir Stella Samúelsdóttir, framkvæmdastýra UN Women á Íslandi

„Úttektin rennir stöðum undir það sem við höfum fundið sterkt, að framfarir á réttindum kvenna hafa verið alltof hægar og einnig stöndum við frammi fyrir því að þau réttindi sem hart hefur verið barist fyrir, eru í bráðri hættu,“ bætir Stella við.

Niðurstöðurnar sýna að 25 árum frá undirritun sáttmálans, eru 32 milljónir stúlkna ekki í skóla og að enn hafa konur minni völd en



Ekkert hefur miðað í réttindum kvenna í 25 ár. FRÉTTABLAÐID/STEFÁN

karlar. Þá eru friðarviðræður nær eingöngu leiddar af körlum, 75 prósent þingmanna á heimsvísu eru karlmenn og nær sama má segja um þá sem sinna stjórnunarstöðum.

„Fyrst og fremst þarf að breyta rótgrónum viðhorfum sem stýrast af kvenfyrirlitningu og viðhalda ríkjandi karllægum valdastrúktúr í samfélögum heimsins,“ segir Stella. UN Women hefur biðlað til stjórnvalda og einkageirans að endurvelja áætlun sáttmálans og finna lausnir í þágu kvenna og stúlkna.

„Stjórnvöld allra ríkja þurfa að setja aukna fjármuni í málaflokkinn, breyta lögum sem mismuna konum og stúlkum og tryggja þeim jöfn réttindi á öllum sviðum,“ segir Stella. „Við sem einstaklingar getum öll og verðum að breyta viðhorfum og hugarfari okkar, en skýrslan staðfestir að kynbundnir fordómar í garð kvenna eru enn ríkjandi í heiminum. Þetta verður hvert og eitt okkar að taka til greina og taka samtal við sjálf okkur,“ segir Stella. birnadrofn@frettabladid.is

Sæktu um námsstyrk

Námufélagar eiga nú kost á veglegum námsstyrkjum á framhalds- og háskólastigi fyrir skólaárið 2020-2021.

Umsóknarfrestur er til og með **30. mars**. Sæktu um á landsbankinn.is/namsstyrkir.



Systkinin Ali, Kayan, Saja og Jadin flúðu til Íslands og biða nú brottvísun.

Fylla flugvél af flóttafólki og senda til Grikklands

SAMFÉLAG „Á meðan það berast ekki svör þá göngum við út frá því að þarna eigi að fylla flugvél af börnum á flótta og senda til Grikklands,“ segir Sema Erla Serdar, stofnandi hjálpsamtakanna Solaris sem berjast fyrir hælisleitendur og flóttafólk.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins stendur til að senda í það minnsta fimm fjölskyldur sem leitað hafa hælís á Íslandi til Grikklands í næstu viku í flugvél sem leigð hefur verið til verksins. Í hópnum eru þónokkur börn.

„Reynsla okkar sem höfum unnið í þessum málaflokki er sú að þegar það eru teknar vélar á leigu til þess að fljúga með fólk úr landi þá er reynt að koma eins mörgum fyrir í þeirri vél og hægt er og þar af leiðandi kviknar sú spurning hjá mér hvort að það standi þá til að hreinlega hópa barnafjölskyldum upp í flugvél beinustu leið til helvítis,“ segir Sema.

Fréttablaðið óskaði eftir upplýsingum bæði frá Ríkislögreglustjóra og Útlendingastofnun um fjölda þeirra einstaklinga sem eiga yfir höfði sér brottvísun frá Íslandi til Grikklands ásamt upplýsingum um fjölda barna í þeim hópi.

Svör höfðu ekki borist þegar blaðið fór í prentun. Þá leitaði Fréttablaðið einnig eftir upplýsingum um afstöðu dómsmálaráðherra til málsins en svar hafði ekki borist þegar blaðið fór í prentun.

» Fréttablaðið leitaði skýringa hjá Ríkislögreglustjóra og Útlendingastofnun en engin svör bárust.

blaðið einnig eftir upplýsingum um afstöðu dómsmálaráðherra til málsins en svar hafði ekki borist þegar blaðið fór í prentun.

Um 70 milljónir manna eru á flótta í heiminum í dag og rúmur helmingur þeirra eru börn. Sema segir neyðarástand ríkja í Grikklandi og að það hafi versnað mikið eftir að Tyrkir opnuðu landamæri sín í lok febrúar.

„Við erum að sjá það að ungabörn eru að drukkna við strendur Grikklands og nýnasistar sem hreinlega hafa tekið yfir eru að taka á móti flóttafólki með líkamlegu og andlegu ofbeldi. Grísk yfirvöld ráða ekkert við þessa stöðu,“ segir Sema.

„Rauði krossinn hefur ítrekað bent dómsmálaráðherra, Útlendingastofnun og önnur yfirvöld hér á Íslandi á það að aðstæðurnar í Grikklandi séu óbodelgar fyrir börn á flótta. Þetta er ekki eitthvað sem við þurfum að gera, lögin eru skýr en það skortir hins vegar algjöran vilja til þess að sýna mannúð og samkennd fyrir börn á flótta,“ segir Sema Erla Serdar. – bjd

Fjór hjóladrifnir fyrir allar fjölskyldustærðir



SÚPER
VERÐ



Fáðu meira út úr jeppa frá Volkswagen á súperverði!

Volkswagen er með breiddina í jeppum og jepplingum sem fást allir fjór hjóladrifnir og eins og skapaðir fyrir Ísland. Þeir eru vel útbúnir með frábæra aksturseginnleika og svo er verðið alveg súper. Komdu og mátaðu einn fyrir vorið. Hlökkum til að sjá þig! Fylgstu með í sýningarsal nýrra bíla, www.hekla.is/superverd, þar sem súperverð dettur reglulega inn.

Veldu þinn uppáhalds á www.hekla.is/volkswagensalur



Touareg Offroad+

Leðuráklæði, loftpúðafjörðun, dráttarbeisli.

DÆMI UM SÚPERVERÐ!

9.850.000 kr.
Afsláttur: 940.000 kr.



Tiguan Allspace Comfortline

Dráttarbeisli, lykllaust aðgengi, fjarlægðartengdur hraðastillir.

DÆMI UM SÚPERVERÐ!

6.190.000 kr.
Afsláttur: 1.270.000 kr.



Tiguan Comfortline Offroad

Dráttarbeisli, lykllaust aðgengi, fjarlægðartengdur hraðastillir.

DÆMI UM SÚPERVERÐ!

6.590.000 kr.
Afsláttur: 1.250.000 kr.



T-Roc Style 4Motion

Fjarlægðartengdur hraðastillir, bakkmyndavél.

DÆMI UM SÚPERVERÐ!

4.290.000 kr.
Afsláttur: 700.000 kr.



Sögulegur samningur Bandaríkjanna og talibana undirritaður um síðustu helgi, í Doha höfuðborg Katar, um brottför bandarískra herja frá Afganistan næstu fjórtán mánuðina. NORDICPHOTOS/AFP

Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is



Samið við talibana um brottför frá Afganistan

Það var söguleg stund síðustu helgi á Sheraton hótelinu í Doha borg í Katar. Zalmay Khalilzad, samningamaður Bandaríkjanna, og mullah Abdul Ghani Baradar, fulltrúi talibana, undirrituðu samkomulag um brottför herja Bandaríkjanna frá Afganistan. Sumir talibanarnir í salnum hrópuðu sigri hrósandi „Allahu akbar“ eða „Guð er almáttugur“.

Eftir meira en eins árs viðræður Bandaríkjanna og talibana var loks undirritaður samningur sem ætlað er að marka endalok á lengsta stríði Bandaríkjanna. Markmiðið er að koma á friði í Afganistan, eftir meira en átján ára samfelld stríðsátök.

Það kann að hljóma undarlega að Bandaríkin hafi gert samkomulag við talibana, sem meðal annars samanstanda af Haqqani-samtökunum, sem eru ein herskáasta andspyrnufylking Afganistans og talin til hryðjuverkasamtaka af alþjóðasamfélaginu.

Engin aðild afganskra yfirvalda

Ein margra hindrana sem eftir eru er sú staðreynd að afganska ríkisstjórnin á enga aðild að friðarsamkomulaginu. Vonir standa til þess að samkomulagið leiði til viðræðna talibana við stjórnvöld í Afganistan um framtíð landsins. Þannig mætti kalla þetta undanfara friðarviðræðna í Afganistan, þar sem stjórnvöld hafa verið fjarri þessum viðræðum hingað til.

Á sama tíma, fundaði Mark T. Esper varnarmálaráðgjafi í Kabúl, tæpa tvö þúsund kílómetra frá Doha, með áhyggjufullum afgönskum forystu- og embættismönnum. Bitur sundrung ríkisstjórnarinnar í Kabúl bætir vart úr skák. Esper og Jens Stoltenberg, framkvæmdastjóri Atlantshafsbandalagsins, sendu síðan út yfirlýsingu um að staðið yrði við skuldbindingar um stuðning við afganska herinn. Esper

Ríkisstjórn Afganistan er ekki aðili að friðarsamningi sem Bandaríkin og talibanar undirrituðu í Doha í Katar um síðustu helgi. Er friður loks að komast á eftir átján ára stríð, eða er þetta einfaldlega útleið fyrir Bandaríkin?

Herkostnaður Bandaríkjanna í Afganistan er gríðarlegur

Átján ára stríð í Afganistan hefur leitt af sér gríðarlegar hörmungar fyrir óbreytta borgara sem og hermenn. Á annað hundrað þúsund eru fallnir og margir eiga um sárt að binda. Kynslóðir sem bera merki átaka til langs tíma alast upp.

En stríðið hefur líka kostað sitt í krónum talið. Rannsóknasetur um stríðskostnað, við Brown-háskóla á Rhode Island í Bandaríkjunum, áætlaði í september árið 2019 að stríðið í Afganistan hefði kostað Bandaríkin tvö þúsund milljarða Bandaríkjadali. Það eru 255 þúsund milljarðar íslenskra króna. (já: 255.306.000.000.000). Þetta er kostnaður sem almenningur getur vart gert sér í hugarlund.

Til að setja þetta í íslenskt samhengi er rekstur íslenska ríkisins á þessu ári áætlaður 920 milljarðar. Þeir fjármunir sem Bandaríkin hafa verið til stríðsrekstrar í Afganistan myndu duga til að reka íslenska ríkið næstu 278 árin.

Hvað fékkst fyrir 255 þúsund milljarða króna?

En hvað fékkst fyrir þessa gríðarlegu fjármuni í Afganistan? Dagblaðið New York Times birti 9. desember 2019 sundurliðun áætlaðs stríðskostnaðar á eftirfarandi hátt:

Alls hafa 191 þúsund milljarðar íslenskra króna farið í beinan stríðsrekstur Bandaríkjanna. Af-raksturinn verður að teljast rýr, því ríkisstjórn Afganistans hefur einungis full yfirráð yfir þriðjung landsins. Talibanar stjórna um fimm tungum landsins. Hart er tekist á um 48 prósent landsvæðis Afganistans.

Prátt fyrir að 1.277 milljarðar króna hafi farið í baráttu gegn eiturfjafframleiðslu, framleiðir Afganistan enn um 80 prósent af heróíni heimsins.

11.106 milljörðum hefur verið varið til þjálfunar her- og lögreglulíðs Afganistans, sem enn virðist ósjálfbært og getur varla staðið eitt og sér.

Um 3.064 milljarðar hafa farið í efnahagsað-



stoð. Enn lifa þó flestir Afganar í fátækt. Um 3.830 milljarðar hafa farið í aðrar uppbyggingaáætlanir. Mikið af því fé er talið tapað vegna spillingar og mislukkaðra verkefna.

63,827 milljarðar í vexti stríðslána

Það kann að koma á óvart, en Bandaríkin hafa kostað stríðið að miklu leyti með lánsfé. Til ársins 2023 er áætlað að 63,827 milljarðar króna fari í vaxtagreiðslur. Það mun taka árafjöldi að borga upp lánin.

Ótalið – og fyrir utan ofangreinda 255 þúsund milljarða íslenskra króna – hefur verið áætlað að til ársins 2059 muni samtals fara 178 þúsund milljarðar íslenskra króna til fyrrverandi hermanna sem tóku þátt í stríðinu. Það er læknis- og örorkukostnaður næstu fjóra áratugi.

» Til að setja kostnað við stríðsreksturinn í íslenskt samhengi þá myndu fjármunirnir sem Bandaríkin hafa varið í Afganistan duga til að reka íslenska ríkið næstu 278 árin.

sagði að færu talibanar gegn samningnum, myndu Bandaríkin ekki hika við að ógilda hann.

Ótti margra Afgana við hreyfingu talibana er skiljanlegur. Þeir hafa herjað á landið lengi. Þegar talibanar réðu stórum hluta landsins, á árunum 1996 til 2001, stjórnuðu þeir með strangri túlkun íslamskra laga og opinberum aftökum og harkalegum líkamlegum refsingum við jafnvel minnstu brotum. Ýmis mannréttindi íbúanna voru skert, konum var meinað að vinna og stúlkum að stunda nám. Vestræn áhrif og tækjabúnaður var bannaður.

Átök í átján ár

Bandaríkjaher hefur verið í landinu í átján ár. Ásamt með fjölbjóðlegu herliði, kom hann talibönnum frá völdum í kjölfar hryðjuverkaárásanna í New York í september 2001. Hið nýja samkomulag kveður á um tímaáætlun um endanlega brottför bandarískra hermanna frá Afganistan, þessu fátæka Mið-Asíuríki, tákni endalausra átaka og hryðjuverkastarfsemi.

Með sáttmála Bandaríkjanna og talibana lofa Bandaríkin og bandamenn þeirra í NATO að draga allan erlendan her út úr landinu innan fjórtán mánaða, ef talibanar hefja friðarviðræður við afgönsk stjórnvöld. Gert er ráð fyrir að 5.000 hermenn yfirgefi landið innan 135 daga.

Eftir sitja þá 8.600 sérsveitarmenn, leyniþjónustu- og öryggisstarfsmenn. Bandaríska varnarmálaráðuneytið og Leyniþjónusta Bandaríkjanna, segja það nauðsynlegan lágmarksfjölda til að verja höfuðborgina Kabúl fyrir árásum.



Afskorin blómabúnt

ALPABYRNIR
BRÚÐARSLÖR
1.400kr

MARÍUSÓLEY
VERONIKA
1.400kr

EUCALYPTUS
NELLIKUR
1.900kr

RÓSIR
RUSCUS
1.900kr

Vorblómamarkaður Garðheima

— ★ ★ ★ —

HELGINA 6. TIL 8. MARS

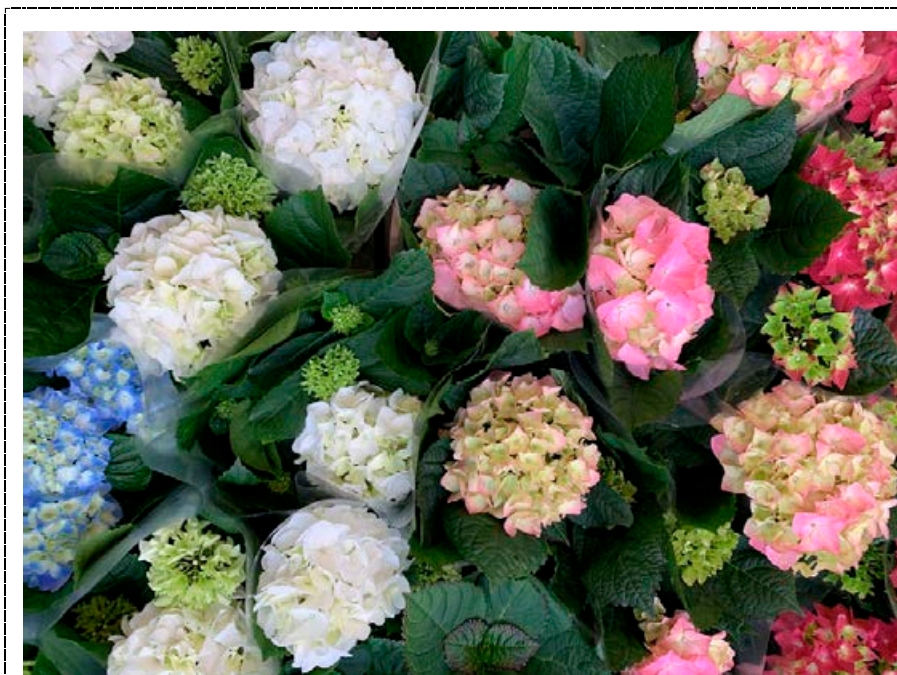
BLÓMAMARKAÐSSTEMNING Á EVRÓPSKA VÍSU.
FULL BÚÐ AF FALLEGUM BLÓMUM Á FRÁBÆRU VERÐI

— ★ ★ ★ —



Ertu í brúðkaupshugleiðingum?

VIÐ FRUMSÝNUM BRÚÐARVENDI GARÐHEIMA 2020
OG SÝNUM HUGMYNDIR AF SKREYTINGUM FYRIR STÓRA DAGINN



Blómstrandi pottaplöntur

PÁLSJURT 690kr
ÁSTARELDUR 990kr

FRÚARLYKLAR 990kr
HORTENSÍA 2.990kr

Úrval af
fallegum
vorlaukum



ALÞJÓBLEGI
KONUDAGURINN
ER 8.MARS



GARÐHEIMAR

Stekkjarkakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

Kringlan

Allskonar nýjasta nýtt

KRINGLUKAST

5.-9. MARS

20-50%

AFSLÁTTUR

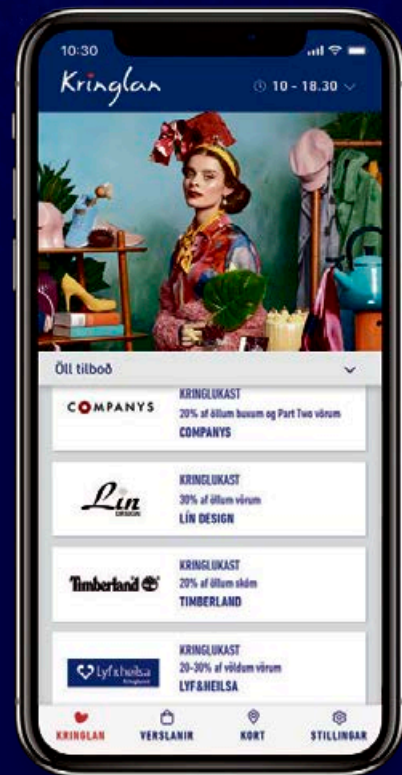
Fimmtudag til mánudags

ÖLL TILBOÐIN
ERU Í APPINU OG Á
KRINGLAN.IS



Kringlukastsblaðið er komið á vefinn
– skannaðu kóðann til að sjá tilboðin

OPIÐ: LAUGARDAG 10-18 | SUNNUDAG 13-18





KONTOR BEYJAVIK

Framhald af síðu 12 ►

Brottför þeirra Bandaríkjamanna sem eftir sitja, á næstu fjórtán mánuðunum er síðan háð því að talibánar standi við sinn hlut og taki þátt í friðarviðræðum við afgönsku ríkisstjórnina, sem Bandaríkin ætla að hafa milligöngu um.

Al-Kaída verði úthýst

Eitt meginskilyrðið fyrir brottför bandarísks herliðs frá Afganistan, er að talibánar sem stjórna umtalsverðu svæði landsins, heimili ekki alþjóðlegum hryðjuverkahópum á borð við al-Kaída að starfa á yfirráðasvæðum sínum. „Þeir munu drepa hryðjuverkamenn. Þeir munu drepa sumt mjög slæmt fólk. Þeir munu halda þeirri baráttu áfram,“ sagði Trump forseti í Washington vígreifur, nokkrum klukkustundum eftir undirritun samningsins í Doha. „Ef slæmir hlutir gerast munum við snúa aftur,“ sagði forsetinn. Trump hyggst á næstunni hitta persónulega leiðtoga talibána.

Eitt skilyrðið sem Bandaríkin sömdu um við talibána er að fimm þúsund talibánar verði leystir úr fangelsum, í stað eitt þúsund stjórnarhermanna sem eru í haldi talibána. Engar viðræður stríðandi fylkinga munu hefjast fyrir. Þessu hafa afgönsk stjórnvöld þegar hafnað.

Bandaríkjamenn eru orðnir þreyttir á stríðsþátttöku í Afganistan. Stjórn Donalds Trump Bandaríkjaforseta hefur lengi viljað yfirgefa landið, enda hefur stríðið ekki skilað sigri, þrátt fyrir gríðarlegan kostnað og mikið mannfall.

Á hápunkti stríðsins voru meira en 100.000 amerískir hermenn í Afganistan, sem og tugþúsundir í fjölbjóðaliði 40 bandalagsþjóða,



Forseti Bandaríkjanna, Donald Trump, heimsótti Bagram flugherstöðina í Afganistan á þakargjörðarhátíð 28. nóvember 2019. MYND/AFP

160

þúsund liggja í valnum eftir stríðið í Afganistan sem staðið hefur frá árinu 2001.

» Bandaríkjaforseti hefur lengi viljað yfirgefa landið, enda hefur stríðið ekki skilað sigri, þrátt fyrir gríðarlegan kostnað og mikið mannfall.



Afgönskar öryggissveitir þjálfaðar í Kabúl. Frá árinu 2001 hafa 64.000 meðlimir þeirra verið drepnir og tugir þúsunda særðir. MYND/AFP



Vígumenn talibána í Laghman-héraði, sem er norðaustur af Kabúl, fögnuðu í vikunni innilega hinum sögulegu samningum við Bandaríkin. MYND/AFP



Málþing kjarahóps ÖBÍ

11. mars á Grand kl. 13 - 17

VIÐ LIFUM EKKI Á LOFTINU

Dagskrá

- Flokkast viðunandi framfærsla undir mannréttindi? Unnur Hrefna Jóhannsdóttir, öryrki, kennari og blaðamaður.
- Þrír af hverjum fjórum telja brýnt að bæta kjör öryrkja skv. Gallup. Dóra Ingvadóttir, formaður Gígtarfélags Íslands.
- Hafa öryrkjar setið eftir? Kolbeinn Stefánsson, félagsfræðingur.
- Að vakna í nýjum veruleika. Unnar Erlingsson, grafískur hönnuður.
- Kjör þingmanna og öryrkja: Tími komin á breytingar. Atli Þór Þorvaldsson, viðskiptafræðingur og öryrki.
- Ég kys að lifa, ekki bara lifa af. Geirdís Hanna Kristjánsdóttir, öryrki og valkyrja.
- Gjáin á milli örorku og vinnu. Drífa Snædal forseti ASÍ og Þuríður Harpa Sigurðardóttir formaður ÖBÍ.
- Pallborð.
- Lokaorð. Bergþór H. Þórðarson formaður kjarahóps ÖBÍ.

Fundarstjóri: Elva Dögg Hafberg Gunnarsdóttir, uppistandari og öryrki



Heildarsamtök fatlaðs fólks á Íslandi

Staðsetning: Grand hótél (Hvammur), Sigtún 38
Dags og tími: 11. mars 2020, kl. 13-17
Skráning og nánari upplýsingar á obi.is

ISAF, undir forystu Bandaríkjanna. Það segir sína sögu að sumir hinna afgönsku og bandarísku hermanna sem nú starfa í landinu voru vart fæddir þegar stríðið hófst 7. október árið 2001.

160 þúsund fallnir

Dagblaðið Washington Post greindi frá því í vandaðri úttekt 9. desember á síðasta ári að frá upphafi stríðsins árið 2001 til nóvember á síðasta ári liggja meira en 157.000 manns í valnum. Um 64.000 meðlimir afgönsku öryggissveitanna hafa verið drepnir og tugir þúsunda særðir. Áætlað mannfall talibána og annarra stríðshópa er um 42.000. Slysatiðni er einnig gríðarleg. Um 2.300 bandarískir hermenn hafa fallið, 3.800 bandarískir verktakar og meira en 1.100 hermenn bandamanna NATO.

Dagblaðið segir að meira en 775.000 bandarískir hermenn hafi verið sendir til Afganistan, sumir hvað eftir annað.

En þrátt fyrir allt þetta umfang hefur lítið miðað í friðarátt og uppbyggingu landsins. Enn er ofbeldi

ríkjandi. Bandaríska dagblaðið New York Times segir að sé einungis horft til síðasta ársfjórðungs 2019 hafi talibánar gert 8.204 árásir í landinu og á árinu létu Bandaríkin 7.443 sprengjur og eldflaugar falla á landið.

Afgönsk sagnfræði

Þegar kemur að herför Bandaríkjanna í Afganistan hefur verið bent á sögu landsins síðustu tvær aldirnar. Bandaríkin séu eins og önnur stórveldi sem hafa reynt landvinninga í Afganistan, ósátt og uppgefin og vilji ekki lengur bera hinn gríðarlega herkostnað. Bretar drögu sig til baka þaðan árið 1842, aftur árið 1881 og enn aftur árið 1919. Uppgefin yfirgáfu Sovétríkin áratuga-langt stríð í Afganistan árið 1989.

Og fyrir marga talibána er samningur um brottför stærsta herveldis heims frá Afganistan talinn mikill sigur. Við undirritunina í Doha hvatti Mike Pompeo, utanríkisráðherra Bandaríkjanna, talibána til að stilla sigurgleði sinni í hóf. „Ég veit að það freistar að lýsa yfir sigri,“ sagði hann. „En sigur fyrir Afgana næst einungis geti þeir lifað í friði og dafnað.“

BIOEFFECT

58%
AUKINN RAKI
EFTIR EINUNGIS
8 VIKNA NOTKUN*

*sankvæmt óháðri vísindalegri rannsókn á BIOEFFECT EGF SERUM sem varði í 8 vikur

VELDU VIRKNI Í HVERJUM DROPA

BIOEFFECT EGF Serum eru byltingarkenndir húðdropar sem draga verulega úr hrukum og auka raka húðar til muna. Droparnir innihalda virka prótínið EGF (Epidermal Growth Factor) sem er framleitt í byggplöntum í gróðurhúsi BIOEFFECT í Grindavík.

BIOEFFECT EGF Serum inniheldur aðeins sjö innihaldsefni og er án ilmefna.

BIOEFFECT – Húðvörur sem virka



FINNDU OKKUR Á FACEBOOK
[facebook.com/bioeffecticeland](https://www.facebook.com/bioeffecticeland)

COVID-19



Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Þessi vetur hefur á margan hátt verið erfiður. Stórviðri hafa haft áhrif á innviði með rafmagnsleysi og samgöngutrufunum. Slys hafa tekið mannlíf og ógnað öðrum. Ofanflóð hafa fallið. Jörð hefur skolfið og land risið nálægt byggð með vangaveltum um hvort jarðeldar muni brjótast út.

Í reynd má segja að vart hafi liðið sú vika að ekki hafi einhvers konar ógn steðjað að. Þegar svo við bætist að þetta gerist meðan sól er lægst á lofti, hafa þessir atburðir haft aukin áhrif á okkur sem hér búum.

Og svo er það veiran sem upptök sín átti í austri og færast nú hröðum skrefum yfir heimsbyggðina. Við Íslendingar höfum ekki farið varhluta af henni frekar en aðrar þjóðir og sjúkdómnum sem hún veldur og nefndur hefur verið COVID-19.

Fyrir nú utan veiruna sjálfa hafa menn rætt hvernig fjölmiðlar hér hafa fjallað um hana, hversu oft og mikið. Fréttatimar ljósvakamiðla hefjast gjarna á umfjöllun um hana og útbreiðslu hennar, og netmiðlar og prentmiðlar fjalla sömuleiðis ítarlega um hana.

Í umræðunni heyrast að fjölmiðlar hér séu uppteknari af umfjöllun um þessa óværu en miðlar í öðrum löndum. Það er þó fráleitt einhlítt. En taka verður með í þann reikning að það er eitt af þjóðareinkennum okkar að við látum okkur ekki standa á sama þegar atvik á borð við þessi verða og þeir sem lesa, hlusta eða horfa á fréttamiðla vilja vita hvernig þróuninni vindur fram. Það er ein birtingarmynd þess samhugar sem vaknar með þjóðinni.

Í þessu sambandi verður að minnast á það gríðarlega verkefni sem opinberum aðilum, svo sem sóttvarnalækni, almannavörnum og Landlækni er fengið í þessu öllu. Það er aðdáunarvert að sjá og skynja hvernig leyst er úr hverju verkefni á þeim bæ á fumlausan og faglegan hátt, af þekkingu og reynslu. Ekki kemur allt af því fyrir sjónir almenninga en það er lán hve þessir póstar eru vel mannaðir.

Heyrst hafa raddir um að ekki sé nóg að gert og það sé illa staðið að því litla sem gert er. Almenn er ekkert mannanna verk hafið yfir gagnrýni. En í þessu samhengi sérstaklega fylgja orðum ábyrgð og réttast væri að menn hefðu þessi sjónarmið fyrir sig og leyfðu þeim sem gerst þekkjá, af reynslu sinni og þekkingu, að vinna störf sín áreitistlaust. Við þessar aðstæður er það áriðandi.

Þá er að nefna hlut heilbrigðisstarfsmanna sem vinna starf sitt af samvirkunum við mjög krefjandi aðstæður. Að vera úti á bílplani í sóttvarnabúningi að taka tugi og hundruð sýna gegn um bílrúðu verður þeim öllum áreiðanlega eftirminnilegt þegar frá líður.

Enn sem komið er hefur ekki komið til þess að leggja þurfi COVID-19 sjúka inn á sjúkrahús en búast má við að þess verði vart lengi að bíða. Þar er einnig til reiðu viðbúnaður og þjálfað fólk.

Í þessum aðsteðjandi vanda er brýnt að við öll sýnum stillingu og skynsemi. Virðum fyrir mæli, leiðbeiningar og tilmæli um sóttkví og reynum ekki að fara á svig við varúðarráðstafanir sem ofangreint fagfólk hefur lagt til. Þær eru byggðar á bestu fáanlegu þekkingu og reynslu.

Þannig komumst við öll best í gegnum þær vikur sem fram undan eru.



Í þessum aðsteðjandi vanda er brýnt að við öll sýnum stillingu og skynsemi.

VP Múrari ehf

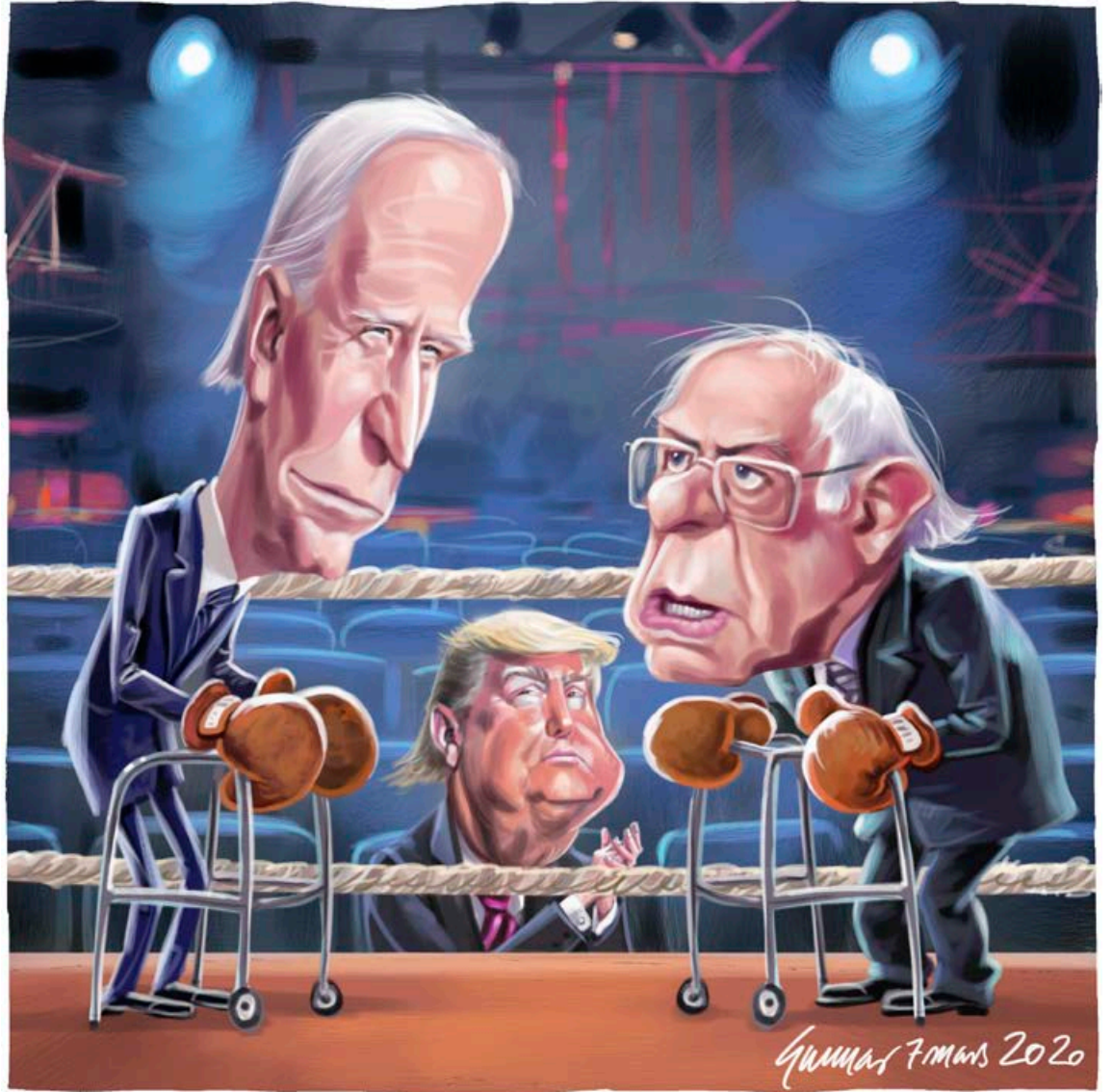
Flísalögn, múrviðgerðir og alhliða málningavinna innan og utanhús.

Parketlög og fleira.

Leitaðu verðtilboða þér að kostnaðarlausu

Sími 766-3597 – vpmurari@gmail.com

Gunnar



Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



Líf og dauði á litlum depli

Í síðasta mánuði var þess minnst að þrjátíu ár eru liðin frá því að ein frægasta ljósmynd stjörnufræðinnar var tekin. Á Valentínusardegi árið 1990 nálgadist geimfar NASA, geimferðastofnunar Bandaríkjanna, jadar sólkerfisins. Voyager 1 hafði lokið því hlutverki sínu að rannsaka Júpiter og Saturnus. Nú átti að slökkva á myndavélum farsins til að spara orku svo að Voyager 1 mætti sigla sem lengst út úr sólkerfinu. En skyndilega kváðu við mótbárur. Carl Sagan, einn vísindamannanna að baki leiðangrinum, hafði árum saman grátbeðið yfirmenn sína um að beina myndavélunum að jörðinni og smella af. Þeir létu loks undan. Á myndinni birtist jörðin okkur sem agnarsmár, fölblár depill, baðaður í veikum sólargeisla, umkringdur svartnætti viðfeðms himin-geimsins.

Stjörnufræðingurinn Carl Sagan var kunnur víða um heim fyrir að miðla uppgötvunum og aðferðum vísindanna á skiljanlegan hátt í sjónvarpi og bókum. Í einni bóka hans er að finna óð til fölbláa depilsins. „Sjáið þennan depil. Þetta er hér. Þetta er heimili okkar. Allir sem þú elskar, allir sem þú hefur nokkurn tímann kynnst, allir sem þú hefur heyrt um, hver einasta manneskja sem hefur lifað, lifði daga sína á þessum depli.“ Myndina taldi Sagan fanga léttvægi jarðarinnar í víðáttu alheimsins. „Að hugsa sér blóðið sem hershöfðingjar og keisarar úthelltu svo að þeir mættu verða, eitt andartak, frágrig og sigursælir herrar brotabrots af litlum depli.“

Mótsagnir mannsins

Í vikunni, á okkar litla depli, kynnti framkvæmdastjórn Evrópusambandsins frumvarp að reglum um að ríki Evrópusambandsins verði kolefnahlutlaus fyrir árið 2050. Aðgerðasinninn Greta Thunberg var lítt hrifin. Hún kallaði frumvarpið „uppgjöf“. „Þegar kviknar í húsi manns bíður maður ekki í nokkur ár með að slökkva eldinn,“ sagði hún á fundi umhverfisnefndar Evrópuþingsins.

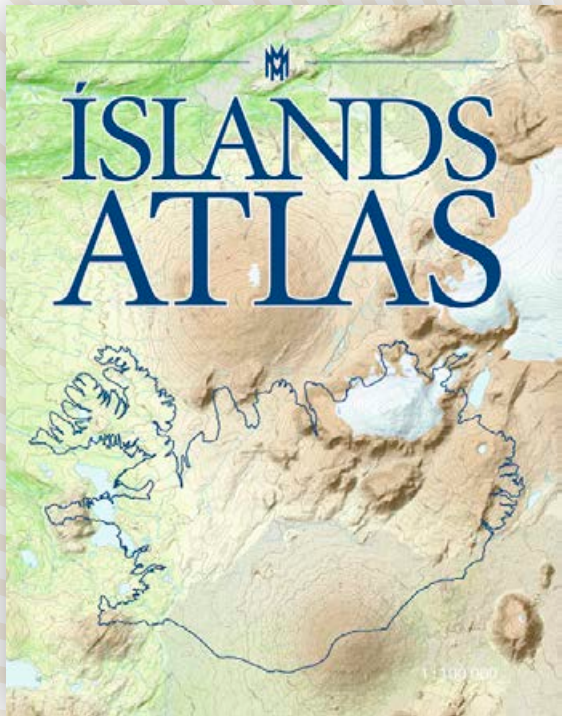
Loftslagsbreytingar eru ekki eina vain sem maðurinn stendur frammi fyrir. Kórónavírusinn sem nú geisar hefur afhjúpað samtímis það besta og það versta sem maðurinn býr yfir. Viðbrögð heimsbyggðarinnar einkennast í senn af útsjónarsemi og fáfræði, samtakamætti og sundurlyndi, náungakærleik og fordómum. En fyrst og fremst hefur baráttan við vírusinn sýnt fram á að ýmsu má breyta ansi hratt sé viljinn fyrir hendi.

Maðurinn er mótsagnakennd vera. Eins og hin þrjátíu ára gamla ljósmynd af fölbláum depli fangar svo vel er mótsögnin samofin tilvist hans. Við erum í senn einstök og nauðaómerkileg, agnarsmá og stórbrotin. Þótt maðurinn úthelli blóði svo hann megi verða „herra brotabrots af litlum depli“ stendur alheiminum á sama um þessa rykög. Að sama skapi er tilvist mannsins undraverð. Að hugsa sér þá löngu röð tilviljana sem olli því að hann varð til í víðáttu alheimsins og býsn tímans.

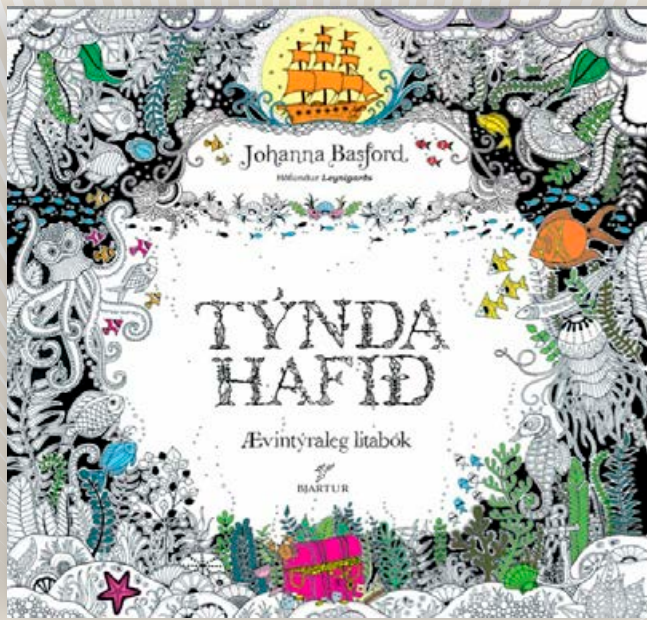
Litilvægi mannsins í alheiminum kann að fylla einhverja vonleysi. En ekki Carl Sagan. „Mér finnst það undirstrika skyldu okkar til að vera betri hvert við annað og varðveita og virða fölbláa depilinn, einu heimkynni okkar.“

Baráttan við kórónavírusinn hefur varpað ljósi á hversu hverful tilvist mannsins er í alheiminum. Hefur vakningin orðið til þess að víða er nú gripið til róttækra aðgerða til að standa vörð um mannkynið. Fólk er í sóttkví, landsvæði lokuð af, skólar standa tómir og viðburðir og mannamót eru blásin af.

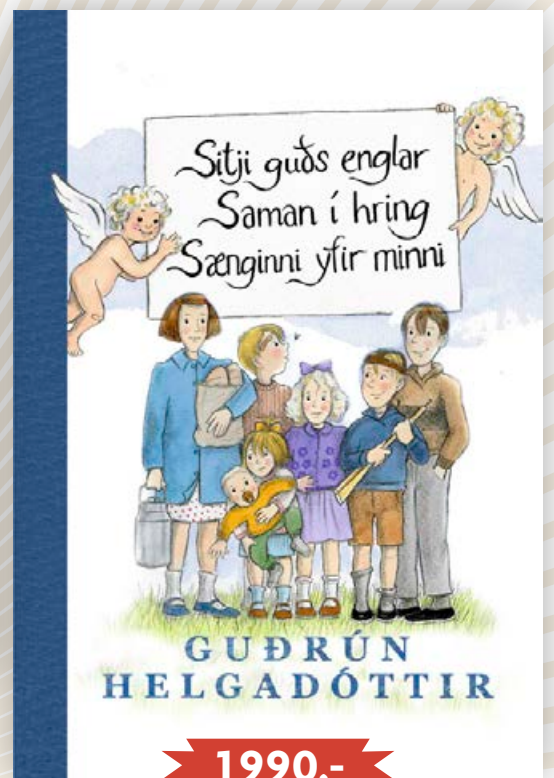
Óskandi er, þegar kórónafaraldurinn rénar, að við gleymum ekki hverju er hægt að áorka liggi mikið við. Tilvist mannsins skiptir litlu máli fyrir nokkurn annan en hann sjálfan. Við megum ekki gefast upp fyrir loftslagsvánni. Því eins og Sagan orðaði það í óði sínum til fölbláa depilsins. „Við erum ósýnileg í víðáttunni og það eru engar vísbendingar um að hjálp muni berast annars staðar frá við að bjarga okkur frá sjálfum okkur.“



9990.-



490.-



1990.-

BÓKA
MARKAÐURINN
Laugardalsvelli

27. FEBRÚAR - 15. MARS

ÓTRÚLEGT ÚRVAL • ÞÚSUNDIR TITLA

OPID KL. 10 - 21 ÖLL KVÖLD



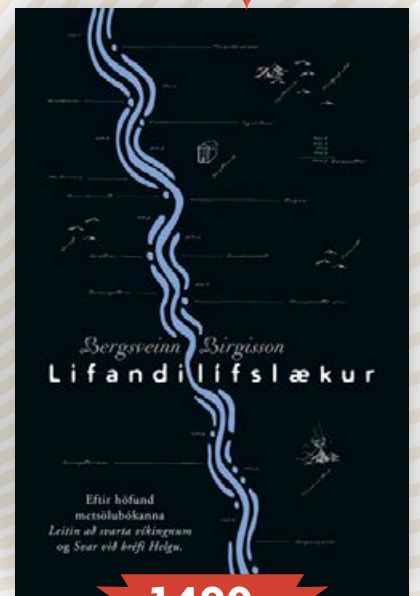
990.-



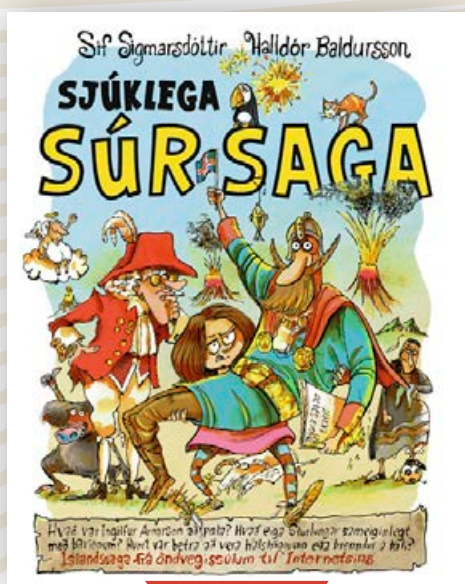
2490.-



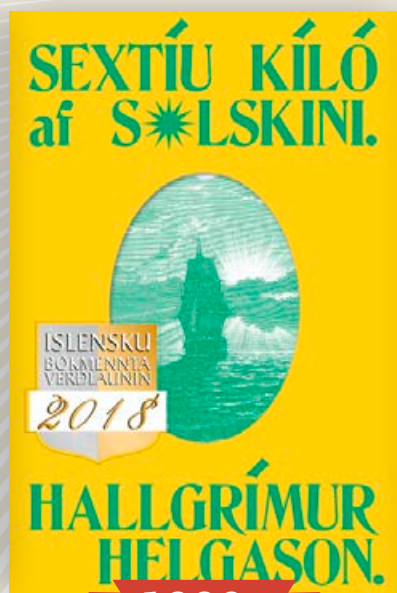
990.-



1490.-



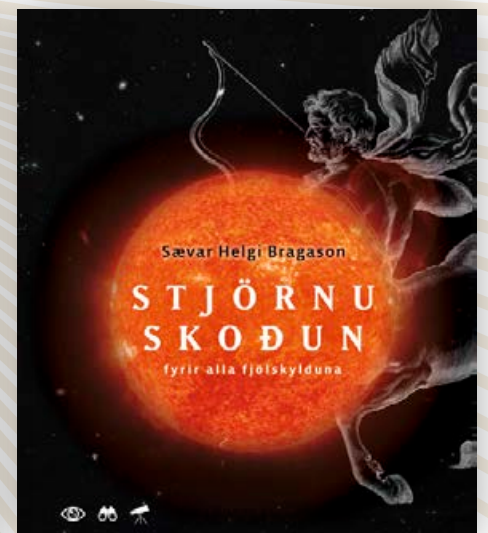
1490.-



1990.-



2490.-



990.-



SEALY PORTLAND

heilsurúm með Classic botni

TILBOÐ
20%
AFSLÁTTUR

Val um svart eða hvítt PU leður eða grátt áklæði á Classic botni.

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Talalay Latex
- 100% bómullaráklæði
- Burstaðir stálfætur
- Kantstyrkingar

SEALY PORTLAND
Stærð 160 x 200 cm
Fullt verð 184.900 kr.

SEALY PORTLAND
Stærð 180 x 200 cm
Fullt verð 199.990 kr.

Aðeins **147.920 kr.** **159.920 kr.**



NATURE'S ELEGANCE

heilsurúm með Classic botni

TILBOÐ
20%
AFSLÁTTUR

Val um svart eða hvítt PU leður eða grátt áklæði á Classic botni. Aukahlutur á mynd: Gafi

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Latex hægindalag
- 100% bómullaráklæði
- Burstaðir stálfætur
- 320 gormar pr m²



NATURE'S ELEGANCE
Stærð 120 x 200 cm
Fullt verð 135.900 kr.

NATURE'S ELEGANCE
Stærð 140 x 200 cm
Fullt verð 149.900 kr.

Aðeins **108.720 kr.** **119.920 kr.**



TVENNUTILBOÐ

SB-sæng 135 x 200 cm. 85% smáfiður og 15% hvítur andadúnn. 100% bómullarver.

Fullt verð: 12.900 kr

SB-koddi 50 x 70 cm. 70% smáfiður og 30% hvítur andadúnn. 100% bómullarver.

Fullt verð: 6.900 kr

Fullt verð samtals:

19.800 kr.



TVENNUTILBOÐ

Aðeins **12.900 kr.**

Spring Air REGENCY

heilsurúm með classic botni



TILBOÐ
30%
AFSLÁTTUR

Val um svart eða hvítt PU leður eða grátt áklæði á botni.

Stærð	Fullt verð	Tilboðsverð
160x200 cm	252.900 kr.	177.030 kr.
180x200 cm	279.900 kr.	195.930 kr.

DORMA LUX

heit dúnsæng

Dásamleg, heit dúnsæng frá Quilts of Denmark. Stærð: 140x200 cm. 800 g. 90% hreinn andadúnn. 10% smáfiður. Má þvo á 60°C en það er hitastig sem rykmaurar þola ekki - því er gott að nota sæng sem þolir þennan þvottahita ef um rykofnæmi er að ræða.



TILBOÐ
30%
AFSLÁTTUR

Fullt verð: 27.900 kr.

Aðeins **19.530 kr.**

Stillanlegt og þægilegt



TILBOÐ
15%
AFSLÁTTUR

af C&J Silver og 20% af Rest Luxury dýnum

Þráðlaus fjarstýring með 2 minnisstillingum

C&J SILVER stillanlegt rúm

C&J Silver er með sterkum stálbotni og kraftmiklum en hljóðlátum mótör.

Rúminu fylgir þráðlaus fjarstýring með tveimur minnum og ljósi.

Botn rúmsins dregst að vegg þannig að þú ert í eðlilegri fjarlægð frá náttborði og lampa.

Sérstakur takki á fjarstýringunni kemur rúminu í upphaflega stöðu.

VERÐDÆMI: 2 x 90 x 200 cm stillanlegt C&J Silver rúm með Nature's Rest Luxury heilsudýnum: **Fullt verð: 337.800 kr.**

Charlotte & Julien
Dream your world™

Aðeins **283.140 kr.**

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 11-18.30
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

OPÍÐ Á
SUNNUDÖGUM Í
DORMA SMÁRATORGI

DORMA

Láttu drauminn rætast

Dýnuveisla

Smáratorg | Holtagörðum | Akureyri | Ísafirði



Nature's **REST LUXURY**
heilsurúm með Classic botni



Val um svart eða hvítt PU leður
eða grátt áklæði á Classic botni.

FERMINGARTILBOÐ



Stærð í cm	Stök dýna fullt verð	Fullt verð með Classic botni	Feringartilboð með Classic botni
80x200 cm	37.900 kr.	65.900 kr.	52.720 kr.
90x200 cm	39.900 kr.	69.900 kr.	55.920 kr.
100x200 cm	41.900 kr.	73.900 kr.	59.120 kr.
120x200 cm	43.900 kr.	79.900 kr.	63.920 kr.
140x200 cm	49.900 kr.	89.900 kr.	71.920 kr.

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- 320 gormar á m²
- Sterkur botn
- Góðar kantstyrkingar

FERMINGAR-TILBOÐ



Val um svart eða hvítt PU leður
eða grátt áklæði á Classic botni.

Nature's **SUPREME**
heilsurúm með Classic botni



Stærð í cm	Stök dýna fullt verð	Fullt verð með Classic botni	Feringartilboð með Classic botni
90x200	59.900 kr.	89.900 kr.	67.425 kr.
100x200	64.900 kr.	96.900 kr.	72.675 kr.
120x200	73.900 kr.	109.900 kr.	82.425 kr.
140x200	79.900 kr.	119.900 kr.	89.925 kr.
160x200	89.900 kr.	134.900 kr.	101.175 kr.

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- 320 gormar á m²
- Sterkur botn
- Góðar kantstyrkingar

DORMA

Láttu drauminn rætast

FÓTBOLTI Neymar varð milljóna-mæringur áður en hann var orðinn 18 ára. Snillingáfa hans á vellinum var orðin vel þekkt og öll stærstu lið Evrópu voru á eftir honum. Hann var jú í félaginu sem Pelé lék með á sínum tíma og Robinho hafði nýlega farið frá liðinu til Real Madrid. Robinho og Neymar höfðu sama umboðsmann og var Neymar og fjölskyldunni boðið í heimsókn til Spánar til að skoða aðstæður hjá Madrídarliðinu. Hann var aðeins 14 ára og létu talsmenn Santos FIFA vita að þeim fyndist þetta eitthvað gruggugt. Madrídinger sögðu hann aðeins vera í heimsókn og ekkert meir.

Santos gat ekki boðið sömu laun og evrópskir risar en eins og venjan er, eða öllu heldur var þá, bauð Santos honum 40 prósent af framtíðarsölu. Gat þannig haldið honum í eitt eða tvö ár í viðbót. FIFA hefur síðan breytt reglunum og sett þak á þessa samninga þannig að leikmenn geta aðeins fengið eina milljón evra.

Hann kom inn á í sínum fyrsta leik á þessum degi gegn Oeste í 2-1 sigri þegar hann var rétt að verða 17 ára. Hann var með ljósan hana-kamb sem nánast allir unglingar í Brasilíu hermdu eftir. Nefplásturinn góða, sem Robbie Fowler og aðrir höfðu verið með mörgum árum áður, bar Neymar stoltur. Hann skoraði 10 mörk á sínu fyrsta tímabili í deildinni og 17 á því næsta. Fjölmargir sáu að þarna var komin næsta stórstjarna og keyptu hlut í framtíðarfélagsskiptum. Hlutabréfin í Neymar voru dýr og hitti faðir hans eiganda Chelsea Roman Abramovich meðal annars fyrir um áratug. Lundúnaliðið lagði fram 35 milljóna evra tilboð í guttann sem var hafnað á staðnum. Chelsea vildi fá hann strax en það hugnaðist Santos ekki.

Neymar hélt áfram að blómstra hjá Santos og kom liðinu í úrslitaleikinn í Copa Libertadores en það var í fyrsta sinn sem liðið spilaði í þeim leikjum síðan Pelé var hjá Santos. Neymar spilaði óaðfínanlega og var valinn maður síðari leiksins og Santos hrósaði sigri. Real Madrid kom með 45 milljóna evra tilboð en var hafnað.

Þó að fjölmargir hafi verið með í ráðum til að koma guttannum til Evrópu tilheyrði hjarta Neymar ávallt Barcelona. Hann vildi fara þangað. Og 15. nóvember 2011 samdi hann við félagið í laumi. Foreldrar hans stofnuðu fyrirtækið N&N Consultoria Esportiva e Empresarial sem fékk 10 milljónir evra inn á reikning sinn daginn eftir. Barcelona setti í



Neymar byrjaði snemma að vekja athygli fyrir gæði sín innan vallar en gjálfi hans utan vallar hefur einnig vakið töluverða athygli. MYNDIR/GETTY



Dagurinn sem ferill Neymar hófst

Neymar hefur verið á vörum knattspyrnuunnenda í meira en áratug. Hann hóf atvinnumannuferil sinn á þessum degi. Síðan hefur hann sýnt snilli sína, skorað hvert glæsismarkið á fætur öðru og er dýrasti knattspyrnumaður heims eftir vistaskipti.



Eitt magnaðasta þríeyki knattspyrnusögunnar. Suarez, Neymar og Messi eða MSN eins og þeir voru yfirleitt kallaðir af sparkspekingum heimsins.

➤ Forbes segir að Brasilíumaðurinn hafi verið þriðji launahæsti íþróttamaður heims fyrir árið 2019.

ársreikning sinn á blaðsíðu 178 að félagið hefði lagt út 10 milljónir evra fyrir framtíðarleikmanni. Ekkert meir. Það átti heldur betur eftir að koma félaginu í koll.

Skattayfirvöld fóru nefnilega á stúfana nokkrum árum síðar eftir að ársmiðahafi kvartaði undan stjórnunarháttum forsetans og stjórnarinnar fyrir að auglýsa Qatar flugfélagið framan á búningunum. Þannig er ekki alveg vitað hvað Barcelona borgaði fyrir Neymar þegar hann kom frá Santos. Í skatt-rannsókninni er sagt að Barcelona hafi borgað alls 71,5 milljónir punda fyrir allan pakkann – og ekki greitt skatt af ansi mörgum milljónum sem varð til þess að Josep Maria Bartomeu, núverandi forseti Barcelona, var kærður fyrir skattalagabrot. Foreldrar Neymar eru sagðir hafa fengið 40 milljónir evra.

Fléttan til að fá sem mestan pening fyrir félagaskipti Neymar er

enn að velkjast um í kerfinu enda voru þeir margir sem sáu gróðavon í guttannum. Aðeins mánuði eftir að Neymar kom inn á gegn Oeste spáði Pelé því að guttinn gæti orðið betri en hann sjálfur. Það var því sniðugt að fjárfesta í honum á sínum tíma – jafnvel þótt Santos endaði í 12. sæti í deildinni á fyrsta tímabili Neymar.

Neymar hefur alltaf haft orð á sér fyrir að dýfa sér til sunds á vellinum. Ofleika öll brot og rúlla sér einum hring meira en hann þarf. Það hefur verið ljóður á leik hans síðan hann var gutti. Viðhorf hans hafa einnig verið á milli tannanna á fólki. Hann tók sitt fyrsta eftirminnilega fylukast árið 2010 þegar þjálfari Santos, Dorival Júnior, lét annan leikmann taka vítaspyrnu. Í kjölfarið reifst hann við fyrirlíða liðsins og þjálfara svo heiftarlega að línuvörðurinn þurfti að halda aftur af Neymar. Þjálfarinn vildi setja guttann í bann í tvær vikur án launa í kjölfarið en stjórnin stóð með gulldrengum og rak þjálfarinn. Síðan hafa fyluköstin verið fjölmörg en alltaf er honum fyrirgefið enda dylst engum að drengurinn er snillingur með boltann. benediktboas@frettabladid.is

Café

AUSTURSTRÆTI
SKÓLAVÖRÐUSTÍG
LAUGAVEGI
AKUREYRI
VESTMANNAEYJUM

Honest

Komdu í kaffi

PENNIN Eymundsson

Styðja kerfin þín fjarvinnu?

Engar truflanir á rekstri og sveigjanleiki við mismunandi aðstæður.



Við bjóðum hýsingar- og rekstrarlausnir
sem mæta kröfum nútímalegs atvinnulífs.

opinkerfi.is / samstarf@ok.is / 570 1000

Opin Kerfi



Vera Rún við verkið Brietarbrekku eftir Ólöfu Nordal. Verkið sem því miður er nú hulið snjó var gert til heiðurs kvenréttindakonunni Brieti Bjarnhéðinsdóttur með tilvisun í veggteppi sem Briet saumaði handa dóttur sinni og á það er ritað ljóð: „Stigðu ófeimin stúlka upp og stýrðu klæði, yfir geiminn yfir græði, allan heiminn skoða í næði.“ FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Björk
Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Menningar- og friðarsamtökin MFÍK eru elstu starfandi friðarsamtök á Íslandi. Samtökin voru stofnuð árið 1951 í anda Alþjóðasambands lýðræðissinnaðra kvenna sem stofnað var í París árið 1945 af konum frá 41 landi. Margar þeirra höfðu verið í fanga-búðum nasista í síðari heimsstyrjöldinni og höfðu strengt þess heit að leggja sitt af mörkum til heimsfriðar kæmust þær lifandi úr fanga-búðunum.

Vera Rún Viggósdóttir er stjórnarmaður í samtökunum og segir markmið þeirra vera að sameina konur til baráttu fyrir alheimsfriði og afvopnun, og efla samvinnu kvenna í þágu friðar, mannréttinda og menningar.

„MFÍK eru félagsamtök sem standa að fræðslufundum um ýmis málafni þar sem oft skapast umræður og rými til að eiga í samtali við áhugaverða fyrirlesara. Þetta eru mjög góðar stundir sem við eigum

Ekki enn ein útgáfan af konu- og mæðradeginum

Alþjóðlegur baráttudagur kvenna er á morgun, sunnudaginn 8. mars. Menningar- og friðarsamtökin MFÍK hafa haldið daginn hátíðlegan frá árinu 1953 og efna nú til ljóðakvölds á Loft Hosteli. Þar munu nokkrar konur lesa ljóð sín og flytja tónlist.

saman í smá pásu frá skjáunum og oftast er eldaður matur og hellt upp á kaffi og með því. Við tókum líka þátt í ýmsum viðburðum í þágu friðar, þar má nefna kertafleytingu í ágúst við Tjörnina til minningar

um fórnarlömb kjarnorkuárásanna á Hiroshima og Nagasaki og friðargönguna á Þorláksmessu. Félagar eru tæplega tvö hundruð á aldrinum 11 til 94 ára, eingöngu konur. Karlar eru þó mjög velkomnir á fundi og

við fáum stundum karlkyns fyrirlesara til okkar, síðast Magnús Þorkel Bernharðsson sem gaf okkur inn-sýn í ástandið í Miðausturlöndum. Við tókum alltaf vel á móti nýju fólki og það er hægt að fylgjast með við-

burðunum okkar á Facebook þó að maður sé ekki skráður í félagið.“

Falleg mynd – en blekking

Eins og fyrr segir hafa samtökin haldið daginn hátíðlegan með einhverjum hætti frá árinu 1953 og segist Vera Rún hafa tekið þátt í þeim uppakomum um árabíl.

„Dagurinn er ekki enn ein útgáfa af konu- eða mæðradeginum. Dagurinn er haldinn hátíðlegur um víða veröld þar sem konur sameinast í baráttunni fyrir friði og jafnrétti óháð tungumáli og menningu. Á þessum degi minnumst við baráttu formæðra okkar fyrir betri kjörum en við sameinumst líka til að styðja þær konur sem nú heyja sína baráttu og það á svo sannarlegar við um þessar mundir. Það er enn margt ógert og mörgu er ábótavant þrátt fyrir þá útöpiu sem skólábækurnar og þeir sem völdin hafa telja okkur trú um að við búum við. Að hér sé ekki stéttaskipting, að hér sé enginn her, að hér sé lifað í sátt og samlyndi við náttúruna, að hér hafi allir jöfn tækifæri til náms, að hér hafi allir aðgang að heilbrigðis-kerfinu. Þetta er falleg mynd en hún er blekking sem notalegt er að horfa á horfi maður ekki of lengi.



Alþjóðlegur bar- áttudagur kvenna

Alþjóðlegur baráttudagur kvenna var fyrst haldinn hátíðlegur árið 1911 meðal sósíalískra kvenna í Danmörku, Þýskalandi, Austurríki og Sviss.

Fleiri lönd bættust í hópinn á næstu árum, dagsetning var eitthvað á reiki fyrstu árin en alltaf í marsmánuði. Árið 1921 ákvað Alþjóðasamband kommúnista að 8. mars yrði þaðan í frá baráttudagur kvenna.

Samkvæmt Kvinnasögusafninu var dagsins sennilega fyrst minnst hér á landi árið 1932 á fundi Kvinnanefndar Kommúnistaflokks Íslands.

Í framhaldi var dagurinn haldinn hátíðlegur árlega af þeim



Hér á landi var dagsins sennilega fyrst minnst árið 1932.

samtökum og A.S.V., Alþjóðasamhjálp verkalýðsins.

Kvenfélag sósíalista tók svo upp þráðinn, en það var stofnað 30. mars 1939. Félagið tengdi saman afmælisdag sinn og 8. mars og minntist dagsins með ýmsum hætti.

Sameinuðu þjóðirnar héldu fyrst upp á daginn árið 1975 og tveimur árum síðar var tilkynnt að 8. mars væri opinberlega baráttudagur kvenna og heimsfríðar.

Á hverju ári tilkynna Sameinuðu þjóðirnar um þema ársins



Myllumerkið í ár #EachforEqual.

sem á síðasta ári var „Think Equal, Build Smart, Innovate for Change“ sem þýða mætti sem: „Hugsaðu jafnt, byggðu gáfulega og skapaðu breytingar,“ með myllumerkinu #BalanceforBetter eða jafnvægi til góðs.

Þemað í ár er „I am Generation Equality: Realizing Women's Rights,“ sem gæti útlagst sem „Ég er jafnréttiskynslóðin – sem lætur verkin tala í kvenréttindum“. Vakin er athygli á þemanu með myllumerkinu #EachforEqual. Ætlunin með þema ársins er að vekja athygli á að jafn heimur er færari heimur. Hvert og eitt okkar ber ábyrgð á hugsunum okkar og aðgerðum – allan daginn – alla daga.

Dagurinn er almennur frídagur í fjölmörgum löndum, svo sem Afganistan, Hvíta-Rússlandi, Kambódíu, Kúbu, Mongólíu, Rússlandi, Úganda og Vietnam.

Baráttueldurinn espist

Samtökin héldu lengi opna baráttufundi þennan dag þar sem fjallað var um innlend og erlend mál sem snerta jafnrétti eða friði. „Mismunandi málefni hafa verið tekin fyrir, til dæmis „gegn ofbeldi – gegn stríði“ árið 2000, „fríðaruppeldi“ árið 2008 eða „kvinnabarátta er kjarabarátta“ á síðasta ári svo dæmi séu tekin. Það er eitthvað magnað sem gerist á þessum degi, eitthvað bærst innra með manni á meðal fólks sem kemur saman að hlýða á barátturæður, tónlist og annan listgjörning. Baráttueldurinn í brjóstum okkar espist, okkur er ekki sama, við viljum lifa í rétt-



Á ÞESSUM DEGI MINNUMST
VIÐ BARÁTTU FORMÆÐRA
OKKAR FYRIR BETRI
KJÖRUM EN VIÐ SAMEIN-
UMST LÍKA TIL AÐ STYÐJA
ÞÆR KONUR SEM NÚ HEYJA
SÍNA BARÁTTU.

látara samfélagi og höfum svo gott af því að tala saman og fræða hvert annað.“

Í ár verður dagskráin með breyttu sniði því við efnum til baráttukvölds með ljóðalestri og tónlistaratriðum, þar gefst tækifæri til að koma saman, sjá ný andlit, ræða stöðuna og skipuleggja næstu skref í baráttunni. Á bókmenntakynningunni árlegu hefur oft komið upp sú hugmynd að halda viðburð tileinkaðan ljóðum. Það er svo notalegt að hlusta á ljóðalestur og það er alltaf þörf á áminningu um baráttu fyrir friði og jafnrétti. Okkur langaði til að safna saman kvenkyns ljóðskáldum og halda

upp á þennan þátt í menningunni.“

Feðraveldið ofið í líkamskerfin
Ljóðakvöldið er eins og fyrr segir á Loft Hosteli á morgun, sunnudag, klukkan 20 og munu ljóðskáld þar lesa upp úr verkum sínum auk þess sem tónlistarkonurnar Klafútis og Salóme Katrín munu troða upp og er frítt inn.

„Við viljum minna á að við þurfum að peppa hvert annað og virkja sjálfsöruggi þeirra sem hafa svo mikið að segja en koma ekki fram sökum aldagamalla áhrifa feðraveldisins sem eru ofin inn í líkamskerfin okkar,“ segir Vera Rún að lokum.

Sölu- sýning

Í dag, laugardag, efnum við til sölusýningar í verslun okkar, Nóatúni 4, frá kl. 10 til 16.

Þar gefst öllum tækifæri til að skoða gæðaheimilistækin frá **Siemens**, **Bosch** og **Gaggenau** og kynnast margvíslegum eiginleikum þeirra.

Meðal annars sérvalin Siemens heimilistæki með **Home Connect** sem stjórna má úr snjallsíma hvar sem menn eru staddir.

Og nú eru heimilistækin einnig farin að „tala“ saman innbyrðis í gegnum Home Connect. Til að mynda getur þurrkarinn fengið upplýsingar um kerfið sem þvottavélin notaði og þannig valið hárrétt þurrkunarkerfi. **Bráðsnjallt!**

Fjöldi tilboða í tilefni dagsins.

Veittur verður **afsláttur af öllum vörum** sem ekki eru nú þegar á Tækifærisverði.

Komdu og njóttu dagsins með okkur.



Skoðaðu nýja
Tækifærisbæklinginn
okkar!

**SMITH &
NORLAND**

Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

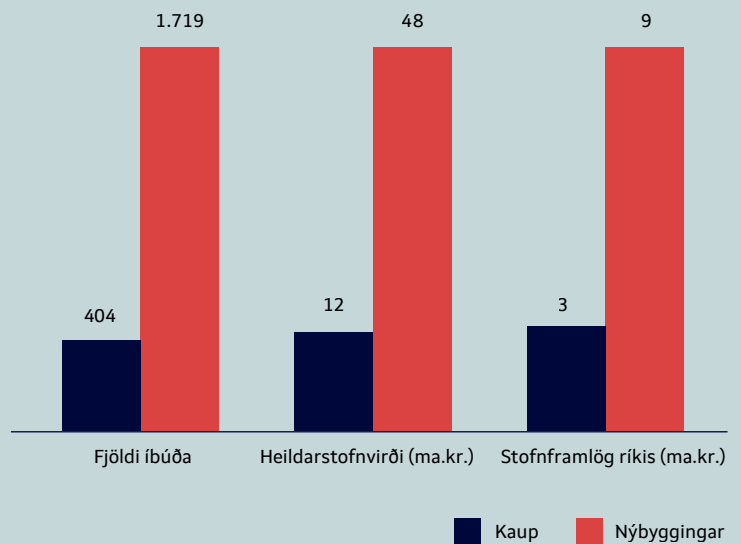
2.123 hagkvæmar leiguíbúðir

Stofnframlög stuðla að fjölgun almennra íbúða

Húsnæðis- og mannvirkjastofnun úthlutar stofnframlögum til samfélagssinnaðra leigusala til að kaupa eða byggja almennar íbúðir. Markmiðið er að fjölga hagkvæmum leiguíbúðum og bæta húsnæðisöryggi eignalítilla og tekjulágra. Húsnæðiskostnaður á að vera í samræmi við greiðslugetu og að jafnaði ekki umfram fjórðung tekna.

Almenna íbúðakerfið var sett á stofn árið 2016 og hefur nú þegar 11,7 milljörðum króna verið úthlutað til byggingar og kaupa á 2.123 íbúðum víðsvegar um landið. Heildarfjárfesting í uppbyggingu nemur um 60 milljörðum króna.

Umfang veittra stofnframlaga frá 2016



Opið er fyrir umsóknir um stofnframlög

Auglýst er eftir umsóknum fyrir árið 2020 um stofnframlög ríkisins til byggingar eða kaupa á almennum íbúðum skv. lögum nr. 52/2016 og reglugerð nr. 555/2016.

Markmið laga um almennar íbúðir er að bæta húsnæðisöryggi þeirra sem eru undir tekju- og eignamörkum við upphaf leigu. Stofnframlög eru veitt til byggingar og kaupa á almennum íbúðum.

Við mat á umsóknum er lögð sérstök áhersla á eftirfarandi þætti:

- Nýbyggingar og fjölgun leiguíbúða.
- Íbúðir á svæðum þar sem þörf er fyrir leiguíbúðir fyrir leigjendur undir tekju- og eignamörkum.

Auk þess verður lögð áhersla á:

- Hagkvæmar íbúðir hvað stærð og herbergjafjölda varðar sbr. viðmiðunarstærðir.
- Hagkvæmar aðferðir við íbúðabyggingar í því skyni að lækka byggingarkostnað.
- Íbúðir sem uppfylla þarfir íbúa á hverju svæði.
- Íbúðir sem uppfylla mismunandi þarfir ólíkra hópa.
- Að stuðla að fjölbreyttri samsetningu íbúa og félagslegri blöndun.

Viðmiðunarstærðir

Við úthlutun verður horft til þess að íbúðir séu að jafnaði ekki stærri en eftirfarandi tafla segir til um:

Fjöldi herbergja	Hámarksstærð m.v. herbergjafjölda
Einstaklingsíbúð	50 m ²
2ja herbergja íbúð	60 m ²
3ja herbergja íbúð	80 m ²
4ra herbergja íbúð	95 m ²
5 herbergja íbúð	110 m ²

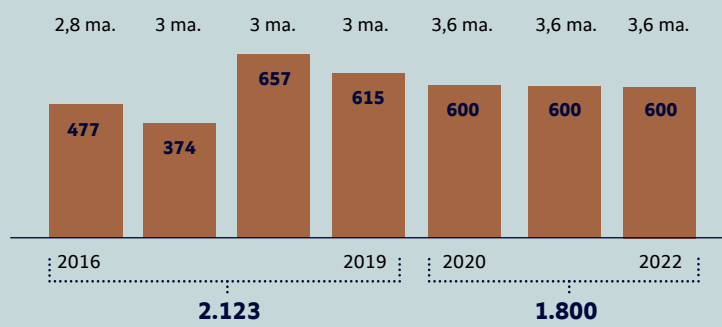
Umsóknum skal skila inn á rafrænu formi á heimasíðu Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar. Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2020. Til þess að hægt sé að meta umsókn þurfa öll gögn skv. 14. gr. reglugerðar nr. 555/2016 að skila sér innan umsóknarfrests.

Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar, www.hms.is.

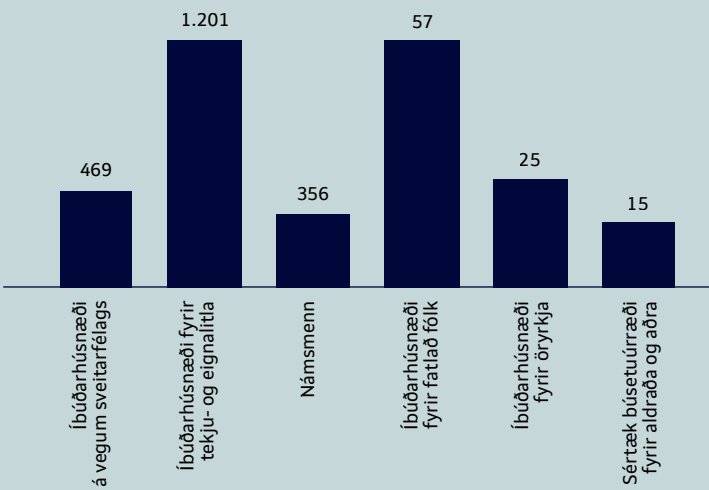
**Umsóknarfrestur:
15. apríl 2020**

Markmið um 1800 íbúðir 2020–2022

Lífskjarasamningar: 2 milljarða aukning stofnframlaga á árunum 2020–2022



Fjöldi byggðra og keypra íbúða á grundvelli veittra stofnframlaga



Sveitarfélög þar sem veitt hefur verið stofnframlag





Davíð framleiðir nú CBD eymslakrem í samstarfi við Tony Hawk, þekktasta hjólabrettakappa heims. Báðir höfðu þeir mikinn áhuga á að finna betri meiðslalausnir fyrir brettamenn en ópíóða.

Kristinn Haukur Guðnason
kristinnhaukur@frettabladid.is



Davíð er fæddur á Íslandi og ólst hér upp til ellefu ára aldurs. Hann bjó lengst af í Vesturbænum í Reykjavík með móður sinni, Ester Konráðsdóttur, sem starfaði sem hárgreiðslukona, og stjúpföðurnum, hinum bandaríska Jonathan Bow, sem lék hér körfuknattleik, meðal annars með Keflavík, Val og KR. Davíð stundaði íþróttir sjálfur af miklu kappi eins og margir drengir á hans aldri, bæði körfubolta eins og stjúpfadurinn og fótbolta.

Þann 3. september árið 2001 flutti fjölskyldan til Las Vegas í Bandaríkjunum en aðeins viku seinna voru árástirnar á Tvíburaturnana gerðar. Þetta var ekki besta tíma-setningin fyrir ungan pilt að flytja vestur um haf. „Ég var aðeins á tólf ára aldri, hræddur og í nýju landi,“ segir Davíð. „Þetta var allt svo óraunverulegt og ég man að ég vildi komast burt úr landinu.“

Á sterk verkjalyf eftir ökklabrot Í Bandaríkjunum kynntist Davíð nýju fólki og nýjum vinum, aðstæðurnar breyttust og áhugamálin líka. Hjólabrettið fór að heilla hann, en eins og margir byrjendur lenti hann í ýmsum skakkaföllum. „Þegar ég var þrettán ára ökklabrotnaði ég á hjólabretti og þurfti eftir það að hætta að æfa bæði körfubolta og fótbolta. Það var líka þá sem ég kynntist ávanabindandi lyfjum. Lífið fór í hringið niður á við.“

Á spítalanum skrifaði læknir upp á kódein fyrir Davíð. Kódein er morfínski lyf og ávanabindandi. Hér á Íslandi varar Landlæknir við of mikilli notkun á kódeini og efast um gildi þess.

Rauf vítahring fíknar með CBD

Davíð Hafsteinsson, atvinnumaður á hjólabrettum, háði langa baráttu við ópíóíðafíkn. Hann kynntist lyfjunum 13 ára gamall eftir ökklabrot en náði að rjúfa vítahring fíknar með aðstoð CBD. Nú framleiðir Davíð sína eigin CBD-línu með sjálfum Tony Hawk.



Davíð með eiginkonu sinni Mariu og syninum Leo.

„Ég var einn heima í gífsi á meðan foreldrar mínir fóru í vinnuna og tók þessi lyf í nokkrar vikur. Við vissum ekki hvað kódein var og þessar pillur gengu undir ýmsum nöfnum. Ávisunin var upp á allt að 100 töflum og ég tók þær samkvæmt

læknisráði,“ segir Davíð. „Þetta voru mjög sterk verkjalyf fyrir þennan aldur og hver tafla dugði lengi.“ Davíð og fjölskylda hans settu allt sitt traust á læknana og lyfin. Á endanum þróaði Davíð með sér fíkn í þessi morfínski lyf.



ÞEGAR ÉG VAR ÞRETTÁN ÁRA ÖKKLABROTNAÐI ÉG Á HJÓLABRETTI OG ÞURFTI EFTIR ÞAÐ AÐ HÆTTA AÐ ÆFA BÆÐI KÖRFUBOLTA OG FÓTBOLTA. ÞAÐ VAR LÍKA ÞÁ SEM ÉG KYNNTIST ÁVANABINDANDI LYFJUM.

Missti alla stjórn Meiðsli eru algeng hjá þeim sem stunda hjólabretti og Davíð hefur ekki farið varhluta af meiðslum í gegnum tíðina. „Ég var ekki mjög fær þegar ég var að byrja og beinbrotnaði oft. Aðeins nokkrum

mánuðum eftir eftir ökklabrotið í Bandaríkjunum fótbrotnaði ég í heimsókn á Íslandi,“ segir hann. Varð þetta að vitahring meiðsla og lyfjanotkunar, sem stóð yfir í rúman áratug.

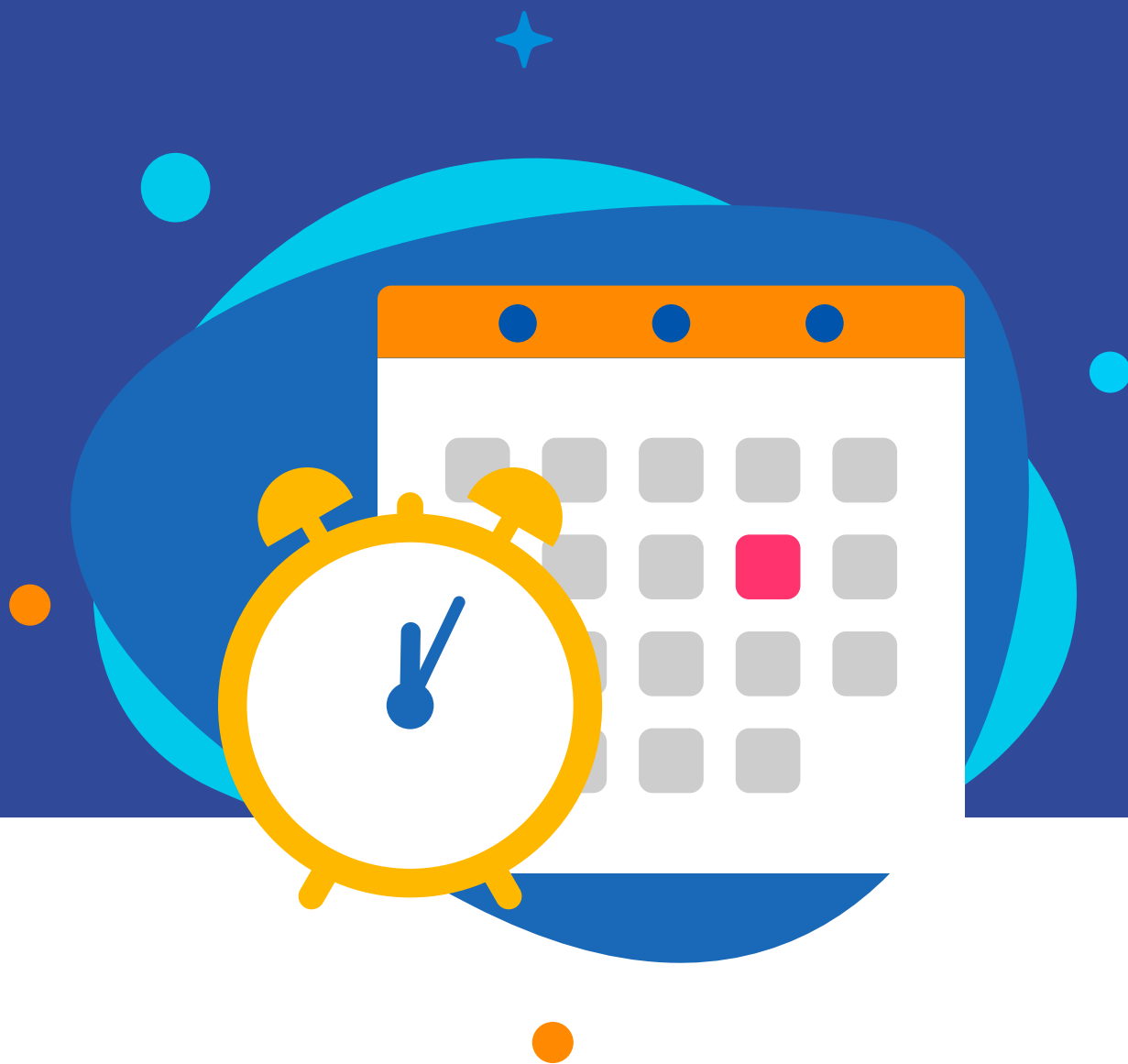
„Ég gat samt ekki hætt að iðka hjólabretti. Það er ólýsanleg tilfinning að ná að gera eitthvað sem maður hefur reynt lengi. Allt öðruvísi tilfinning en að ná árangri í körfuboltanum eða fótboltanum. Það má segja að ég hafi orðið háður hjólabrettinu líka,“ segir Davíð. „Orðið fíkn er samt kuldalegt orð. Ég myndi frekar segja að hjólabrettið hafi orðið ástríða mín. Þetta gerðist mjög snemma og það fældi mig ekki frá að fót- eða handleggsbrotna.“

Meðal alvarlegustu meiðsla sem Davíð hefur orðið fyrir var á baki þegar stór sprunga kom á hryggjarlið. Þá eru einnig ótalin öll þau minni háttar meiðsli sem hann hefur orðið fyrir. Öllum þessum meiðslum fylgir sársauki og notkun lyfja jókst uns hún fékk sjálfstætt líf.

Davíð segir að lyfjanotkunin hafi ekki haft teljandi áhrif á frammi-stöðu hans á brettinu framan af. En notkunin jókst stöðugt og fíknin sömuleiðis. Hann fór einnig að leita í áfengi og kannabis. Fór þetta að bitna harkalega á honum bæði líkamlega og í einkalífinu. „Undir lokin var ég búinn að missa alla stjórn. Lyfin hægðu á mér, gerðu mig veikburða. Ég fór að verða hræddur og óruggur á brettinu. Hræddur við að meiða mig meira,“ segir hann. „Ég missti líka nánast allt, samskiptin við fjölskylduna, starfið mitt, vini mína.“ Hann þakkar þó fyrir að hafa ekki leiðst út í afbrot og komist í kast við lögin.

Sprenging í brjóstakassanum Eftir áratug náði Davíð loks að

Framhald á síðu 30 ►



Þú afgreiðir framtalið þitt á aðeins **fimm** mínútum

Skilafrestur er til 10. mars

Á Íslandi sparar rafræna tæknibyltingin framteljendum mikinn tíma frá því sem áður var. Nú geta fjölmargir yfirfarið skattframtalið sitt á örfáum mínútum.

Framtalið þitt er tilbúið og aðgengilegt á **skattur.is** með innsendum upplýsingum frá launagreiðendum, fjármálastofnunum og fleirum. Þú skráir þig inn með rafrænum skilríkjum eða veflykli.

Aðstoð er veitt í síma 442-1414 mánudaga til fimmtudaga frá kl. 9:00 til 15:30 og á föstudögum frá kl. 9:00 til 14:00. Afgreiðslur Skattsins eru opnar á sama tíma.

Föstudaginn 13. mars verður veitt aðstoð til kl. 15:30 í síma og í afgreiðslum Skattsins á Laugavegi 166 í Reykjavík og Hafnarstræti 95 á Akureyri.

Þú einfaldlega...

...opnar framtalið

...ferð yfir allar upplýsingar

...breytir ef ástæða er til

...staðfestir



Trikkið sjálft skiptir ekki öllu máli, heldur hvernig það er gert. Lyfin sem héldu Davíð í gislingu gerðu hann óöruggan og hræddan við meiðsli. Hann gat þó ekki gefið ástríðu sína upp á bátinn.

Framhald af síðu 29 ◀

brjóta vítahringinn og hætta notkun ópíóíðanna. Og ekki aðeins það heldur hætti hann einnig að drekka áfengi og nota kannabis. Eftir það sótti hann NA-fundi, en það eru samtök sambærileg AA fyrir þá sem glíma við eiturfylfjafíkn. Lífið tók beygju til hins betra, bæði í einkalífinu og íþróttinni. Áhængendum Davíðs, sem kallar sig Iceland Iceman í hjólabrettaheiminum, á samfélagsmiðlum fjölgaði stöðugt.

En eftir rúmlega tvö ár erú kom Bakkus aftan að honum.

„Einn daginn var ég úti að skeita eins og vanalega þegar það kom eitthvað fyrir mig. Eftir um tvo klukkutíma fannst mér eitthvað springa í brjóstakassanum og ég fann fyrir svakalegum verkjum,“ segir Davíð. Var samstundis farið með hann á spítala og hann settur í rannsóknir. Kom þá í ljós að gallbláðran var þrisvar sinnum stærri en hún átti að vera. Vildu lækarnir fjarlægja hana en biðu með það um tíma.

Var Davíð settur á margs konar lyf á þessu tímabili, þar á meðal fentanýl við verkjunum. En fentanýl er ópíóíði, mun sterkari en morfín og hefur verið misnotað alvarlega. Eftir tvo daga á spítalanum hjadnaði bólgan í gallblöðrunni svo að það þurfti ekki að fjarlægja hana með skurðaðgerð. En áfram var hann á lyfjum. „Eftir fjóra eða fimm daga var mér farið að líða mjög vel að vera á fentanýlinu. En ég var að fjara út. Einn morguninn þurfti hjúkrunarfræðingurinn að hrista mig, því að hjartslátturinn var of hægur,“ segir hann. „Ég hafði ekki notað nein ávisunarlyf í meira en tvö ár og þetta hafði mikil áhrif á hjartað. Ég var kominn niður í 22 slög á mínútu. Ég var ekki óttasleginn en fjölskylda mín hélt að ég væri að deyja.“

CBD breytti öllu

Davíð sá að þetta gekk ekki lengur og bað um að fentanýl-gjöfni yrði hætt þrátt fyrir að hann væri enn sárkvalinn. Á þessum tímupunkti

CBD á Íslandi

Í velferðarnefnd Alþingis liggur fyrir þingsályktunartillaga ellefu þingmanna Pírata, Viðreisnar, Sjálfstæðisflokks, Samfylkingar, Framsóknarflokks og Flokks fólksins um að fela heilbrigðisráðherra að lögleiða CBD í almennri sölu. Staða CBD hefur verið óljós um þó nokkurt skeið. Samkvæmt lögum um ávana- og fíkniefni er öll kannabispilantan ólögleg en ríkisstofnanir hafa gefið leyfi fyrir innflutningi á CBD-vörum og hampfræjum í gegnum tíðina. Þá er hægt að kaupa krem og aðrar útvortisvörur í apótekum en óheimilt hefur verið að flytja inn vörur til að innbyrða.

Halldóra Mogensen, fyrsti flutningsmaður þingsályktunartillögunnar, segir að Lyfjastofnun hafi tekið u-beygju eftir að CBD komst í þjóðfélagsmæðuna.

Nefnir hún að stofnunin hafi beðið lögregluna að kanna ræktun á bænum Gautavík í Berufirði í nóvember síðastliðnum. En þar rækta bændurnir Pálmi Einarsson og Oddný Anna Björnsdóttir iðnaðarhamp í tilraunaskyni með leyfi frá Matvælastofnun. Lyfjastofnun hafi nú bannað allan innflutning á hampfræjum.

„CBD og iðnaðarhampur veldur engum skaða og er þar að auki mjög umhverfisvænt,“ segir Halldóra. „Það er hægt að vinna ótal afurðir, svo sem textíl, pappír, steypu og hægt er að nota hann í staðinn fyrir plast og við. Þetta vex á stuttum tíma og bindur koltvísýring. Þetta er sjálfbær ræktun sem á sér þar að auki sögu hér á landi með Hampiðjunni. Það er engin góð eða gild ástæða fyrir því að þetta sé ekki leyfilegt.“

CBD er löglegt í öllum ríkjum

Bandaríkjanna og flestum Evrópuríkjum, þó að í sumum þeirra sé efnið flokkað sem lyf og sé lyfseðilsskytt. Halldóra telur að ástæðan fyrir því að Íslendingar séu aftar á merinni séu fordómar fyrir kannabispöntunni sjálfri og notkun hennar sem vímuegja.

„Hérna þorir fólk ekki að koma fram og tala um þetta og hluti af ástæðunni gæti verið smæð samfélagsins.“ Engu að síður telur hún að viðmótið sé að breytast og tímaspursmál hvenær verði af lögleiðingu. „Fleiri og fleiri eru farnir að sjá að til dæmis CBD-olíu hjálpar og linar þjáningar fólks sem glímur við gigt, flogaveiki, taugasjúkdóma, gláku og fleira. Á þingi er ekki deilt um hvort eigi að leyfa CBD heldur hvort það eigi að vera flokkað sem lyf eða ekki.“

komu móðir hans og eiginkona með CBD-olíu, sem unnin er úr kannabispöntunni, til að lina kvalirnar. Davíð segir að þetta hafi gerbreytt öllu. „Bólga hjadnaði og liðanin batnaði svo mikið að ég gat útskrifað daginn eftir.“

Ester, móðir hans, var alls ekki ókunn CBD. Á þessum tíma starfaði hún hjá nýju fyrirtæki í Las Vegas, 1933 Industries, sem sérhæfir sig í iðnaðarhampi og CBD-vörum úr kannabis, svo sem kremum, olíum, varasalva og rafrettuvökva. En áður hafði hún starfað hjá snyrtivöru-fyrirtækjum. Vann hún sig hratt upp í sölueldinni og er í dag forseti fyrirtækisins með yfirumsjón með allri sölu og markaðssetningu.

„Þú kemst ekki í vímu af CBD en liðanin verður miklu betri,“ segir Davíð. „Þetta ruglar heldur ekki í huganum eins og THC gerir.“ Sá Davíð strax hvaða áhrif þetta gæti haft á hjólabrettamenn, sem eru sífellt að glíma við meiðsli og

eymsli. Ákvað hann því að koma á fót sinni eigin línu af CBD-eymslakremum fyrir hjólabrettamenn, Canna Hemp X. Er vörumerkið hluti af 1933 Industries samsteypunni.

Ítrekar Davíð þó að nauðsynlegt sé að til sé regluverk í kringum CBD á hverjum stað, eins og raunin er í öllum 50 ríkjum Bandaríkjanna. CBD og THC komi úr sömu plöntunni og nauðsynlegt sé að vörur séu prófaðar.

Samstarf við Tony Hawk

Hálft ári eftir að Davíð kom af spítalanum, rétt um það leyti sem Canna Hemp X línan var að fara af stað, fékk Davíð boð frá sjálfum Tony Hawk um að hittast í hádegisverði. Hawk, sem er 51 árs, er þekktasti hjólabrettakappi heims, á ótal titla að baki og sína eigin tölvuleikjalínu. Davíð og Hawk höfðu þá einungis áður talast við á samfélagsmiðlinum Instagram.

„Við ræddum um ýmislegt, þar

á meðal bata hjólabrettamanna og höfðum sömu hugmyndir um hann. Það er að til væru annars konar meðöl en ávanabindandi lyf sem lækna ávísa,“ segir Davíð. „Hann hefur sjálfur glímt við ýmis meiðsli í gegnum tíðina. Ég ræddi við hann um CBD og hann tók vel í það.“ Sex mánuðum síðar, árið 2018, hafði Hawk aftur samband og sagðist vilja hefja samstarf um CBD-línuna. Skrifuðu þeir undir samning og hjólin fóru að snúast mjög hratt.

Aðspurður um hvernig maður Tony Hawk sé segir Davíð hann fyrst og fremst vingjarnlegan, einlægan og vel meinandi. „Hann er auðvitað orðinn heimsfrægur og er líka nokkurs konar faðir hjólabrettasamfélagsins.“

Íslenska senan frábær

Davíð sjálfur er alls ekki hættur að skeita. „Mér fór að ganga betur þegar ég hætti að hugsa um þetta út frá atvinnumennsku. Þegar ég fór að gera þetta fyrir listina og ástina. Vitaskuld spila peningar inn í þetta og fólk vill kaupa auglýsingar,“ segir hann. „Það er hægt að græða mikla peninga á þessu en er að sama skapi krefjandi. Ef ég á að líkja þessu við eitthvað þá væri það fyrirsætustörf. Trikkið sjálft skiptir ekki öllu máli, heldur hvernig þú gerir það.“ Þá segir hann sýnileika á samfélagsmiðlum skipta sífellt meira máli.

Davíð hefur enn þá sterk tengsl við Ísland og heimsækir landið reglulega, síðast í haust. Einnig heldur hann sambandi við blóðföður sinn og bróður sem búa í Noregi. Á Íslandi grípur hann vitaskuld í brettið eins og annars staðar en hann segir íslensku brettasenu frábæra. „Ótrúleg, hún er ein af þeim bestu sem ég hef séð,“ segir hann og nefnir sérstaklega Róbert Ingimarsson, Steinar Fjeldsted og Gauta Þey Masson, betur þekkan sem Emmsjé Gauta. Þá sé mikið af yngri skeiturum sem séu að gera góða hluti. „Ég á Gauta mikið að þakka. Hann kenndi mér margt og kom líka til Vegas til að hitta mig.“

HEILIN

LAUGARDAGUR 7. MARS 2020

Helgin



Sykursýkin engin hindrun

Það eru ekki nema um þrjú ár síðan hin 24 ára gamla Elin Sóley Sigurbjörnsdóttir byrjaði að hlaupa og er hún þegar handhafi Íslandsmeistaratitils. Hún lifir eðlilegu lífi en segist bera virðingu fyrir sykursýkinni. ➔2

Elin Sóley Sigurbjörnsdóttir er með sykursýki af tegund 1 sem hún segir hafa kennt sér ótal margt. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

100% HREINT
KOLLAGEN
FYRIR ANDLITIÐ



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

OPIÐ HÚS Í MK

Fimmtudaginn 12. mars 2020 kl. 16.30 - 18.30



Afreksípróttasvið
Félagsgreinabraut
Opin braut
Viðskiptabraut
Raungreinabraut
Framhaldsskólabraut
Starfsbraut einhverfra

Bakstur- bakari
Framreiðsla- þjónn
Kjötiðn- kjötiðnaðarmaður
Matreiðsla- kokkur
Grunndeild matvæla- og ferðagreina

Matsveina - og matartæknanám
Meistaránám í matvælagreinum
Leiðsögunám



Menntaskólinn í Kópavogi

þekking - þroski - þróun - þátttaka

Menntaskólinn í Kópavogi, Hótel- og matvælagráskólinn
Ferðamálagráskólinn og Leiðsöguskólinn
Digranesvegi 51, Sími 594 4000
www.mk.is

Framhald af forsiðu →

Hjördís Erna
Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is



Elin hefur alla tíð búið í Kópavoginum og stundaði fótbolta á sínum yngri árum. „Ég æfði fótbolta í níu ár, eða þangað til ég var 17 ára. Ég var í menntaskóla þá, í Verzlunarskóla Íslands, og á þeim tíma var félagslífð aðeins meira spennandi. Þegar ég hætti í fótboltanum byrjaði ég í ræktinni með vinkonunum og þá var ég aðallega að lyfta og gera æfingar sjálf og svo vorum við vinkonurnar mjög duglegar að fara í spinning saman. Það er helsti íþróttabakgrunnurinn minn.“

Afdrifarik ákvörðun

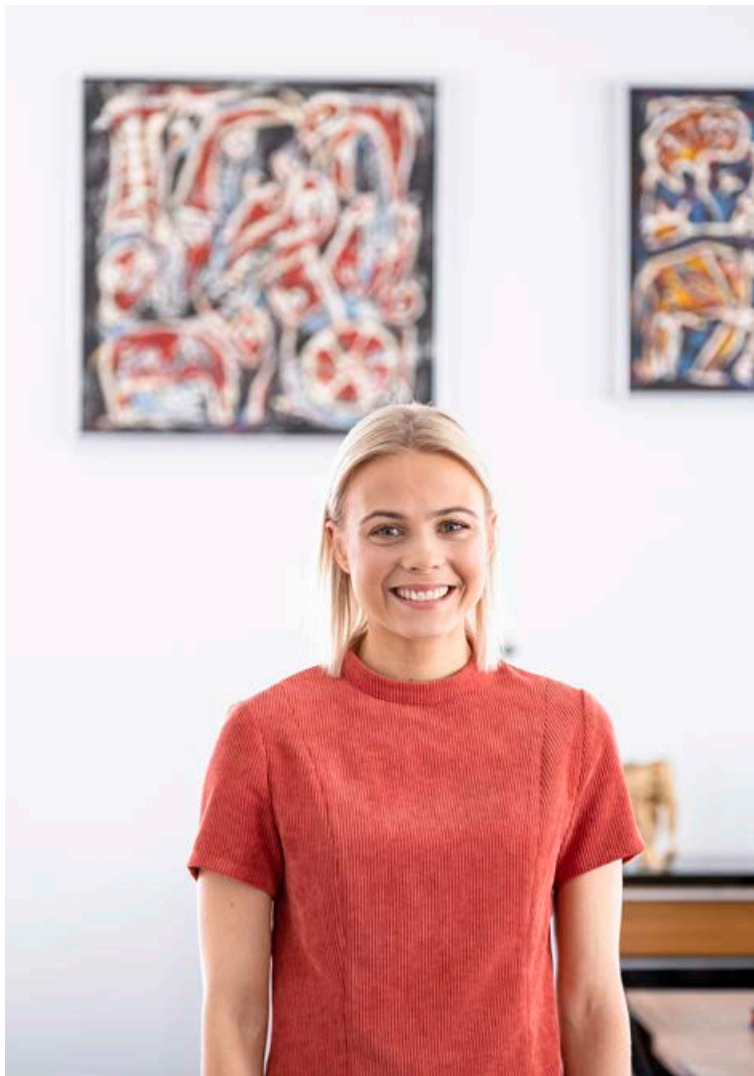
Elin segir hlaupaáhugann hafa kviknað út frá kynnum við góða vinkonu í gleðskap. „Aðdragandinn var frekar skemmtilegur þegar ég kynntist vinkonu minni, Thelmu Lind, í partíi hjá sameiginlegri vinkonu. Við vorum báðar á sama ári í Verzlunarskólanum og eigum mikið af sameiginlegum vinkonum en höfðum einhverra hluta vegna aldrei talað saman fyrr.“

Ólíkt því sem margir hafa eflaust upplifað létu þær vinkonur verða af áformunum og hafa ekki stoppað síðan. „Svo þegar aðeins var líðið á kvöldið þá vorum við búnar að ákveða að byrja að hlaupa saman og við bara létum verða af því, ótrúlegt en satt. Þannig að við tókum fyrsta hlaupið okkar saman nokkrum dögum síðar og við erum báðar enn þá að í dag. Það má segja að þetta hafi verið gott partí og við erum þakklátar vinkonu okkar.“

Hlaupin hafi þó löngum heillað. „Mér fannst hlaupin alltaf mjög spennandi en lét í rauninni aldrei verða af því fyrr en ég kynntist vinkonu minni fyrir þremur árum. Við skráðum okkur fljótlega í maraþon og höfum reyndar farið þrjú síðan þá og gerum alltaf skemmtilega ferð út frá þessu. Mér þykir rosalega vænt um þessar ferðir.“

Sami þjálfarinn frá byrjun

Þær Elin og Thelma ákváðu í upphafi að leita ráða hjá fagmanni. „Við vissum í rauninni ekkert hvað við vorum að fara út í og þess vegna leituðum við aðstoðar hjá Sigurði Péttri Sigmundssyni hlaupaþjálfara og hann er enn þá hlaupaþjálfarinn minn í dag. Hann er frábær þjálfari og ég hef verið að þjálfá með hópnum hans sem kallast einfaldlega „Hlaupaþópur Sigga P.“ sem samanstendur af mjög skemmtilegum hlaupurum á



Elin er bjartsýn og metnaðarfull, innan sem utan hlaupabrautarinnar.

öllum aldri, bæði fólki yfir sextugt og um tvitugt,“ segir Elin.

Hún segir hann hafa reynt mörgum vel. „Hann er ótrúlega fróður um hlaup og ég hef lært að ég treysti honum, hann veit alveg hvað hann er að segja og það skilar sér. Mér finnst alltaf gaman að fara á æfingar og ég mæli mikið með honum. Það er hægt að hafa samband við hann og fá sérsníðið hlaupaþrógramm með mjög góðri eftirfylgni og ég veit að margir hlauparar hafa náð ansi góðum árangri með hans aðstöðu.“

Hópurinn hans Sigga hleypur ýmist innan- eða utandyra, eftir tíma árs. „Á veturna höfum við aðstöðu í Laugardagshöll og á sumrin erum við úti og það er þá annaðhvort í Laugardalnum eða Heiðmörk sem er æðislegt, sérstaklega þegar það er gott veður. Byrjum á því svona í kringum maí.“

Virðing fyrir sykursýkinni

Elin er með sykursýki af tegund 1 og þarf því að huga að ýmsu í kringum iðkunina. „Stærsta áskorunin er kannski að samtvinna þetta tvennt en það hefur gengið ótrúlega vel. Það er svona eitthvað



Hérna er Elin í Chicago þar sem hún hljóp maraþon árið 2018.

sem ég þarf að hugsa aukalega um sem aðrir þurfa ekki að þæla í. Tæknin í dag er orðin svo ótrúlega góð að það er hægt að lifa fullkomlega eðlilegu lífi og ég myndi segja að ég lifi bara mjög eðlilegu lífi.“

Það sé þó áriðandi að fylgjast vel með. „En ég verð auðvitað að bera virðingu fyrir sykursýkinni og gefa mér tíma til að sinna henni á hverjum degi. Hún hefur alls ekki hamlandi áhrif á líf mitt og hefur í raun mótað mig að þeim einstaklingi sem ég er í dag. Ég þarf bara að vera skipulögð, sérstaklega með það hvenær ég borða og gef mér insúlínkammta. Ég hef svoltið fundið mína rútinu með, ef ég má sletta, í gegnum svona „trial and error“ ferli. Maður finnur hvað virkar og virkar ekki og gefur sér góðan tíma í það.“

Lífið með sykursýkinni hafi verið lærdómsríkt. „Þetta hefur í raun kennt mér að temja mér skipulag, skynsemi og þrautseigju sem ég tel að hjálpi manni líka bara í lífinu, hvort það sem er eitthvert markmið, skólinn eða í rauninni hvað sem er.“

Hún segir mikilvægt að fólk sé meðvitað um að sjúkdómur á borð við sykursýki þurfi ekki að standa í vegi fyrir því að draumar rætist. „Mig langar að setja gott fordæmi og sýna að það að vera með sykursýki er engin ástæða til að stoppa fólk í lífinu. Manni eru allir vegir færir og það ætti ekkert



Elin á fleygiferð ásamt vinkonu í Reykjavíkumaraþoninu í fyrra.



Elin Sóley fagnar því að hafa lokið Berlínarmaraþoninu árið 2019.

að stoppa mann í að gera það sem mann langar. En að sjálfsögðu er mikilvægt að vera alltaf með skynseminu að leiðarljósi.“

Fjölskyldan á hliðarlínunni

Elin hefur einnig hlaupið maraþon víða um heim. „Mér finnst þessi maraþon sem ég hef farið í ótrúlega skemmtileg, við höfum farið tvær vinkonur saman í þau öll og alltaf gert smá ferð út úr því, förum ekki strax heim og fáum aðeins að njóta borgarinnar. Það er líka gaman að hlaupa um borgirnar, maður fær svona öðruvísi sýn á borgina,“ segir hún.

„Fyrsta maraþonið var í München í Þýskalandi, síðan árið eftir förum við til Chicago, það var ótrúlega skemmtileg upplifun, Kaninn er náttúrulega yktur fyrir allan peninginn. Svo var það Berlín síðasta haust þannig að það hefur alltaf líðið ár á milli.“

Elin nýtur mikils stuðnings ástvina og er því afar þakklát. „Svo er ég ótrúlega heppin með stuðning frá fjölskyldunni minni en mamma, pabbi, tvíburaþóðir minn og kærasti hafa alltaf komið með út til þess að hvetja okkur og mér finnst eiginlega toppurinn í þessum maraþonum að sjá þau á hliðarlínunni og hvað þau hafa gaman af þessu. Þau segja líka alltaf eftir hvert og eitt: Jája, Elin. Hvert förum við næst?“ segir Elin hlæjandi. „Þeim finnst þetta ótrúlega gaman og þau hafa verið mér ómetanlegur stuðningur í öllu.“

Elin hefur náð undraverðum árangri á stuttum tíma en hún byrjaði ekki að keppa fyrr en í byrjun þessa árs. „Síðasta haust ákváðum við Siggi í sameiningu að einblína meira á styrk og styttri vegalengdir. Ég fór Berlínarmaraþonið síðasta haust og hafði bara verið í þessum löngu hlaupum. Siggi P. hefur séð eitthvað í mér sem varð til þess að hann skráði mig í keppni í millivegalengdum og ég prófaði fyrst að keppa í janúar síðastliðnum og það kom mér á óvart hvað það gekk ágætlega.“

Íslandsmeistari á augabragði

Ágætlega er vægt til orða tekið en óhætt er að fullyrða að Elin hafi byrjað hlaupaferilinn með glæsibrag. „Ég sem sagt vann fyrsta 800 metra hlaupið sem ég tók þátt í og lenti í þriðja sæti í 1.500 metrum. Eftir það mót fékk ég óvænt tækifæri til að keppa á Reykjavíkurlæikumum, RIG, í gegnum þjálfarann minn en það vantaði íslenskar stelpur til að keppa í 800 metrum og við vorum tvær sem fengum að keppa. Það var ótrúlega skemmtileg reynsla. Svo keppti ég á MÍ sem er Meistaramót Íslands í frjálsum íþróttum innanhúss og þar sigraði ég í 1.500 metra hlaupi kvenna og varð þar með Íslandsmeistari í þeirri grein og var önnur í 800 metrum.“

Hún segir árangurinn óvæntan og segir trú Sigga á sér hafa spilað þar mikilvægt hlutverk. „Þetta hefur verið skemmtilegt og á sama tíma komið mér á óvart. Það kom mér líka á óvart hvað millivegalengdarhlaupin eru skemmtileg og ég er ekki frá því að þetta eigi bara ágætlega við mig. Mér hefði í raun aldrei dottið í hug að keppa í styttri vegalengdum ef Siggi P. hefði ekki hvatt mig til þess.“

Elin hefur einnig náð glæsilegum árangri utan hlaupabrautarinnar. „Ég kláraði BS-nám í samvinnufræði síðasta vor og byrjaði í mastersnámi núna í haust í líf- og læknavísindum. Í mínu verkefni er ég að fást við grunnrannsóknir á slitgigt sem mér finnst ótrúlega áhugavert.“

Framtíðin er björt og markmiðin skýr. „Að halda áfram að bæta mig og jafnvel halda áfram í millivegalengdinni, mér finnst það mjög skemmtilegt. Síðan er ég skráð í hálf títill maraþon í Kaupmannahöfn.“

Elin hyggst verja helginni í að keppa og svo að njóta verðskuldadrar afslöppunar. „Ég er svo að keppa um helgina á bikarmótinu í 1.500 metrunum fyrir FM. Síðan ætlum við kærastinn minn mögulega að kíkja í bíó, það er langt síðan við förum síðast,“ segir hún, létt í bragði.

Glæsilegir skartgripir
innblásnir af íslenskri sögu

fríða

GULLSMÍÐUR & SKARTGRIPAHÖNNUÐUR

Skólavörðustíg 18 – www.fridaskart.is

Stærsta hundasýning heims er hafin

Crufts-hundasýningin, sú stærsta sinnar tegundar í heiminum, hófst í Birmingham í vikunni. Sýningin hefur verið haldin árlega síðan 1891 og í ár er von á þúsundum hunda og eigendum þeirra.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Stærsta hundasýning heims, Crufts, stendur nú yfir í borginni Birmingham á Englandi, en hún fer fram dagana 5.-8. mars. Sýningin er alþjóðleg og hefur verið haldin árlega í Bretlandi síðan árið 1891, að undanskildum stríðsárum 1914-18 og 1939-45. Í ár hafa verið settar ákveðnar takmarkanir til að vinna gegn útbreiðslu kórónavírussins, en engu að síður er gert ráð fyrir að mörg þúsund hunda og eigendur þeirra mæti á viðburðinn.

Það er breski hundarættar-klúbburinn The Kennel Club sem skipuleggur viðburðinn, en hann er elsti hundarættar-klúbbur heims. Heimsmetabók Guinness hefur staðfest að sýningin sé sú stærsta sinnar tegundar í heiminum, en þar eru um 200 hundategundir til sýnis.

A sýningunni fara margar keppnir fram samtímis, en aðalkeppnin snýst um að velja besta hundinn og samkeppnin um þann titil er hörð. Hér eru myndir frá fyrsta degi sýningarinnar.



Það er engin smá vinna að gera púðlu-hundana tilbúna fyrir sýningu. MYNDIR/GETTY

SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA



Arctic Star

Nýjar umbúðir

Arctic star sæbjúgnahylki innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjósk og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlíns

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA. Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á www.arcticstar.is

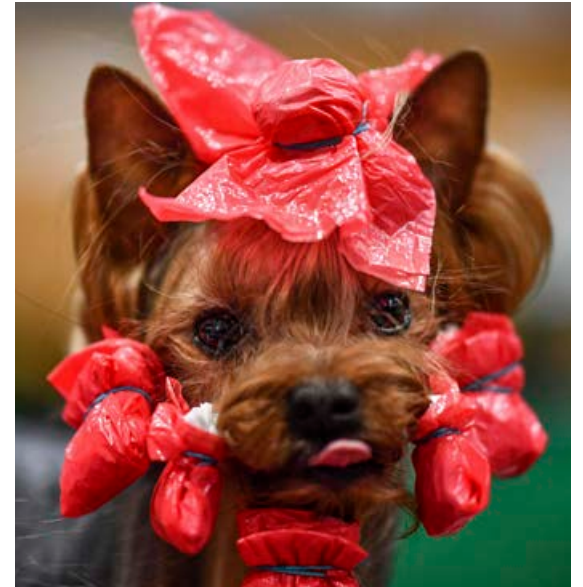
Arctic Star sæbjúgnahylki Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is

Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618



Um 200 hundategundir eru til sýnis á Crufts-sýningunni.



Fegurð kostar vinnu og eigendurnir spara ekki puntid.



Þessir Yorkshire terrier-hundur voru tilbúnir að sýna sig og biðu rólegir eftir að röðin kæmi að þeim.

Mest selda liðbætiefni á Íslandi

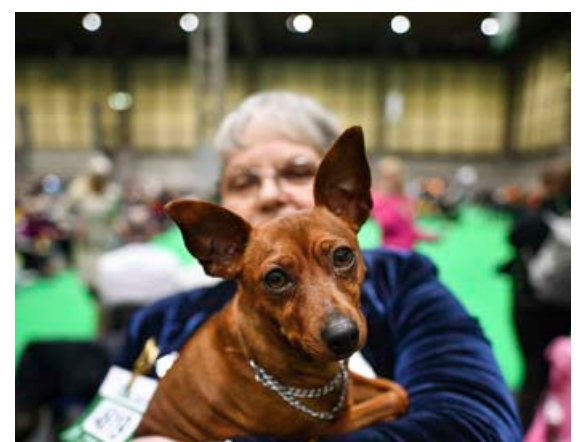
LIÐVERKIR, STIRÐLEIKI EÐA BRAK Í LIÐUM?



2-3ja mánaða skammtur í hverju glasi



Þessi Terrier-hundur lætur sér fjóra jafnskjóta ekki duga og mætti því á sýninguna á hjólabretti.



Litill Pinscher-hundur virðir fyrir sér sýninguna.

Nú hefur Curvy hafið sölu á nýjum vörumerkjum

15% KYNNINGARAFSLÁTTUR
AF NÝJU VÖRULÍNUNUM ALLA HELGINA

VERO MODA®
CURVE
ONLY CARMAKOMA
•••••

Sjáðu úrvalið í netverslun www.curvy.is eða
komdu í verslun okkar í Hreyfilshúsið við Grensásveg



CARMAKOMA pleðurjakk
Stærðir 14-26
8.492 kr
9.990 kr



VERO MODA CURVE Túnika
Stærðir 16-20
6.792 kr
7.990 kr

Curvy 

Fellsmúli 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | www.curvy.is

Herrafataverslun Guðsteins er ein elsta starfandi verslunin á Laugaveginum en hún var stofnuð árið 1918 og hefur staðið við Laugavegin frá 1929. „Ég keypti verslunina í sumar en hef verið rekstrarstjóri hér í fjögur ár,“ segir Sólveig. Hún segir að það að akstursstefnu hluta Laugavegarins hafi verið breytt þannig að ekki sé hægt að keyra niður alla götuna lengur hafi haft töluverð áhrif á sölu hjá versluninni.

Akstursstefnunni hefur verið breytt þannig að á milli Klapparstígs og Frakkastígs er keyrt upp Laugavegin í austurátt.

„Það sem hefur gerst eftir þessar breytingar er að það myndast tappi þegar bílarnir keyra upp Laugavegin og niður Frakkastíg. Bílarnir koma þarna úr þremur áttum og þeim er lagt sitt hvorum megin við Frakkastígin svo umferðarteppan sem myndast er oft mjög slæm. Fólk verður oft pirrað á teppunni og keyrir á móti umferðinni svo að traffíkin hefur ekkert batnað eins og mér var sagt,“ segir Sólveig en hún sendi tölvupóst til Skipulags- og samgönguráðs Reykjavíkurborgar í nóvember til að spyrjast fyrir um hvort breyta ætti akstursstefnunni til baka, en henni barst svar tveimur mánuðum seinna.

Svarið sem Sólveig fékk var að ekki stæði til að breyta aftur akstursstefnu á Laugaveginum. Þar stóð: „Núverandi fyrirkomulag með akstur upp hluta Laugavegs hefur gefist vel til þess að liðka fyrir flæði umferðar. Það hefur líka verið jákvætt fyrir þá íbúa sem þar búa, en áður fyrr fór öll umferð niður Laugavegin og beygði svo niður Vatnsstíginn. Það skapaði mikla umferð um þessa litlu hliðargötu og mengun fyrir þá íbúa. Núverandi fyrirkomulagi er einmitt ætlað að dreifa umferðinni betur þannig að þessi álagssvæði myndist ekki og bílaumferðin gengur hægt en jafnframt skilvirkar fyrir sig.“

Sólveig segist engan þekkja sem finnst þetta gott fyrirkomulag. „Ég fæ mörg símtöl á dag frá fólki sem spyr hvort ekki eigi að fara að breyta þessu aftur.“

Elstu kunnarnir mínir sem eru tryggir viðskiptavinir treysta sér varla til að koma í búðina. Oft



Sólveig Grétarsdóttir er ósátt við breytta akstursstefnu á Laugavegi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Borgin þarf að hlusta á verslunareigendur

Sólveig Grétarsdóttir, eigandi Herrafataverslunar Guðsteins á Laugavegi, segist ósátt við breytta akstursstefnu á hluta götunnar, sem hafi haft slæm áhrif á viðskiptin. Íslendingar hafi dregið úr heimsóknnum á Laugavegin.

láta þeir skutla sér en fólkið sem skutlar þeim ratar ekki þessa leið. Þetta veldur bara ringulreið og ruglingi og íbúar í kring kvarta yfir þessu.“

Íslendingar koma sjaldnar á Laugaveg

Sólveig segir að verslunin lifi ekki eingöngu á ferðamönnum en Íslendingarnir hafa dregið töluvert

úr heimsóknnum á Laugavegin. „Ég sé alveg fyrir mér hvernig þetta verður ef Laugavegurinn verður göngugata allt árið, verslun mun færast af Laugaveginum. Við búum

„Ég fæ mörg símtöl á dag frá fólki sem spyr hvort ekki eigi að breyta þessu aftur. Elstu kunnarnir mínir, sem eru tryggir viðskiptavinir, treysta sér varla til að koma í búðina til mín.“

á Íslandi og það er ekki hægt að hafa lengstu göngugötu í Evrópu með íslenskt veðurfar. Mér finnst frábært að loka götunni í góðu veðri á sumrin og þegar eitthvað er um að vera. En í sex stiga frosti, snjókomu og slyddu þá á hún bara að vera opin. Þá eru engir gangandi vegfarendur á ferli, þó að þetta sé merkt göngugata.“

Eftir að verkfallið hófst hjá Eflingu hefur neðri hluti Laugavegarins verið opinn fyrir umferð og Sólveig segir að verslunareigendur þar hafi fagnað því vegna þess að þeir eru aftur farnir að sjá Íslendinga í búðunum á virkum dögum. „Íbúarnir hér í kring sem vildu áður göngugötu eru margir farnir að hugsa sig um aftur, því að umferðin er farin að þjappast inn í hverfið þeirra. Fólk er farið að keyra Njálsgötuna, Grettisgötuna og fleiri hliðargötur til að komast leiðar sinnar. Ég hefði haldið að það væri skynsamlegra að þrengja bara Laugavegin þannig að hann væri þröng umhverfis-græn gata en hægt að keyra niður hana. Svo er hægt að keyra upp og niður Hverfisgötuna líka. Flæðið þarf að vera þar en ekki inni í íbúðahverfunum.“

Sólveig segir að henni finnst umræðan um Laugaveg þurfa að vera jákvæð því þetta er aðalverslunargatan í miðbæ Reykjavíkur. „Neikvæð umræða skapar neikvæða ímynd. En borgin þarf að hlusta á verslunareigendur við Laugaveg. Þetta eru ekki bara veitingastaðir og krakkar að leika sér á göngugötunni. Þetta er verslunargata.“

Undirskrift hefur gríðarleg áhrif

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is



Hin íranska Yasaman er leikkona og líflegur karakter. Þann 8. mars í fyrra, á alþjóðlegum baráttudegi kvenna, framdi hún gjörning í lest þar sem hún gaf konum blóm í tilefni dagsins og hvatti þær sem vildu til að taka af sér höfuðslæðuna. Yasaman talaði um framtíðarvonir sínar þegar allar konur hefðu frelsi til að velja hverju þær klæðast og þær gætu allar gengið saman „ég án höfuðslæðu og þú með höfuðslæðu“.

Viðburðurinn náðist á myndband og fór á flug á internetinu í mars í fyrra. Fyrir þetta fékk Yasaman 16 ára fangelsisdóm. Hún var pyntuð og haldið í einangrun dögum saman og þvinguð til að játa á sig glæp. Nýlega var dómurinn stytur í rúm níu ár. Á vefsíðu Amnesty er hægt að lesa um mál Yasaman og skrifa undir ákall um að láta hana lausa. Þar segir að ekki megi viðgangast að írönsk stjórnvöld ræni hana bestu árum lífs hennar vegna þess eins að hún telur að komur eigi að hafa frelsi til að velja hverju þær klæðast.

Ætla að fræða almenning

„Við ætlum að hafa gjörning í



Drifa Atladóttir verður í Kringlunni á morgun ásamt félögum úr ungliðahreyfingu Amnesty. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Kringlunni til að vekja athygli á þessu máli. Við dreifum blómum, fræðum almenning um Yasaman og biðjum fólk að skrifa undir ákall hjá okkur þar sem við erum að reyna að þrýsta á stjórnvöld að leysa hana úr fangelsi,“ segir Drifa Atladóttir, meðlimur ungliðahreyfingar Amnesty, en hún verður ásamt fleiri meðlimum í Kringlunni á morgun á milli klukkan 14 og 16.

„Ég er bæði í Háskólafélagi Amnesty og ungliðahreyfingunni og við höldum reglulega viðburði til að vekja athygli á ýmsum mál-efnum sem Amnesty er að berjast fyrir,“ segir Drifa.

„Mál Yasaman er ekki bara tekið fyrir í þessum gjörningi í Kringlunni heldur er það hluti af stærri alþjóðlegri herferð sem heitir Þitt nafn bjargar lífi. Þar er barist fyrir máli Yasaman og fleira fólks. Við höfum oft séð jákvæðar framfarir í kjölfarið á því að Amnesty tekur fyrir svona mál. Þér finnst kannski að undirskrift þín skipti ekki máli, en við höfum séð að þegar allur heimurinn er að taka þátt í þessu þá hefur það gríðarleg áhrif.“

Drifa segir að fólk taki yfirleitt vel í undirskriftasafnanir hjá ungliðahreyfingunni og Háskólafélaginu. „Sérstaklega í málum eins og þessum sem er bara fríðsæll gjörningur. Þá er fólk mjög til í að koma og kíkjá á okkur og sjá hvað er í gangi.“

Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

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

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

job

70
ÞJÓÐLEIKHÚSIÐ

Björt og spennandi framtíð

Taktu þátt í að leiða Þjóðleikhúsið á skapandi tímamótum

Þjóðleikhúsið stendur á skapandi tímamótum. Leikhúsið ætlar að snerta og hreyfa við fjölmörgum leikhúsgestum með framúrskarandi leiksýningum sem líða seint úr minni. Þjóðleikhúsið er sameign þjóðarinnar og á að vera opið og aðgengilegt en um leið beitt og með ríkt erindi.

Framkvæmdastjóri

Framkvæmdastjóri stýrir daglegum rekstri leikhússins við hlíð leikhússtjóra. Hann fer fyrir rekstrarsviði leikhússins en undir það heyra sviðs- og tæknideildir; fjármál og rekstur; samskipta-, markaðs- og upplýsingamál, og skipulags- og öryggismál. **Nánar um starfið, hæfnis- og menntunarkröfur á Starfatorg.is og á leikhusid.is**

Forstöðumaður samskipta, markaðsmála og upplifunar

Forstöðumaðurinn mótar og framfylgir samskiptastefnu leikhússins. Hann stýrir samtali leikhússins við samfélagið, fer fyrir markaðs- og sölumálum, og hefur yfirmsjón með upplifun og þjónustu. **Nánar um starfið, hæfnis- og menntunarkröfur á Starfatorg.is og á leikhusid.is**

Þjónustu- og upplifunarstjóri

Þjóðleikhúsið hyggst stórbæta þjónustu og upplifun leikhúsgesta allt frá því komið er í leikhúsið og þar til leiksýningu er lokið. Þjónustu- og upplifunarstjóri stýrir allri þjónustu og upplifun gesta í og í kringum leikhúsið. Hann mun leiða bættu veitingaþjónustu. **Nánar um starfið, hæfnis- og menntunarkröfur á Starfatorg.is og á leikhusid.is**

Þjóðleikhúsið hvetur fólk af öllum kynjum til að sækja um störfin.

Nánari upplýsingar um leikhúsið og nýtt skipulag á leikhusid.is

Umsóknarfrestur er til og með 18. mars

Þjóðleikhúsið • Hverfisgata 19 • 101 Reykjavík • s. 551 1200 • leikhusid.is

Vilt þú vera hluti af lausninni?

Verkumsjón vélbúnaðar og veitna

Við leitum að liðsaka í teymið okkar sem sér um rekstur varmastöðva, gufuveitu og kaldvatnsveitna á virkjanasvæðum.

Ef þú ert vélfræðingur eða með sveinspróf í málmíðnum, ert lipur í samskiptum og hefur ánægju af verkstjórn viljum við heyra frá þér. Helstu verkefni eru að stýra verkum iðnmenntaðs starfsfólks og verktaka, taka faglegar ákvarðanir og styðja við störf deildarstjóra vélbúnaðar og veitna.

Þar sem konur eru í miklum minnihluta starfsfólks hjá virkjunum ON hvetjum við þær sérstaklega til að sækja um.*

* Á grundvelli 1. mgr. 18. gr. laga um jafna stöðu og jafnan rétt kvenna og karla nr. 10/2008.

Orka náttúrunnar framleiðir og selur rafmagn til allra landsmanna, auk þess að framleiða heitt vatn fyrir höfuðborgarsvæðið. Við rekur virkjanir á Hellisheiði, Nesjavöllum og við Andaklísá.

Við erum leiðandi í umhverfisvænum orkuskiptum á Íslandi og nýsköpun í nýtingu auðlindastrauma. Við höfum sett okkur metnaðarfull loftslagsmarkmið og viljum nýta auðlindir af ábyrgð og nærgætni til að bæta lífsgæði í nútíð og framtíð.

Hjá okkur ríkir jákvæður starfsandi sem einkennist af sterkri liðsheim, uppbyggilegum skoðanaskiptum og virðingu í samskiptum. Við bjóðum upp á fyrsta flokks aðbúnað og fjölskylduvænan vinnutíma.

Umsóknarfrestur er til 19. mars 2020

Allar nánari upplýsingar má finna á: starf.on.is

JAFNRÉTTISRÁÐ

JAFNALINGVOTTJAN
2018 - 2021

Jafnannáttúrekt
ÞVC
2018

ORKA NÁTTÚRUNNAR

Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík • Sími 591 2700 • www.on.is • on@on.is • [@orkanatturunnar](https://www.instagram.com/orkanatturunnar)

on
ORKA NÁTTÚRUNNAR

HANDKNATTLEIKAMBAND ÍSLANDS (HSÍ) ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA MÓTASTJÓRA TIL STARFA

Starfið felur í umsjón með mótahaldi HSÍ, aðstoð við fræðslumál og önnur tilfallandi störfum.

Starfssvið

- Umsjón með mótahaldi HSÍ
- Samskipti við hreyfinguna
- Félagaskipti og leikheimildir
- Samskipti við nefndir
- Almenn skrifstofustörf sem og annað sem til fellur

Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla úr starfi innan Handknattleikshreyfingarinnar er kostur
- Góðir skipulagshæfileikar og hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði sem og góða hæfni í að vinna með öðrum í teymi
- Góð tölvukunnátta
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Handknattleikssamband Íslands er eitt stærsta sérsamband innan ÍSÍ og eru starfsmenn á skrifstofu þess nú sex.

Umsóknir og ferilskrá óskast send á framkvæmdastjóra HSÍ Róbert Geir Gíslason, robert@hsi.is fyrir 23. mars nk. Framkvæmdastjóri HSÍ veitir einnig frekari upplýsingar sé þess óskað.



LAUS STÖRF HJÁ HAFNARFJARÐARBÆ

Fjölskyldu- og barnamálasvið

- Starfsmenn í liðveislu
- Sumarstarf á heimili fatlaðs fólks - Smárahvammur
- 80% starf á heimili fatlaðs fólks - Smárahvammur

Grunnskólar

- Skólastjóri - Engidalsskóli

Hafnarfjarðarhöfn

- Vélstjóri / hafnarvörður

Leikskólar

- Leikskólakennari - Bjarkalundur
- Proskapjálfi - Víðivellir

Mennta- og lýðheilsusvið

- Umsjónarkennari í fjölgreinadeild - Menntasetrið við Lækinn

Vinnuskóli Hafnarfjarðar

- Flokkstjórar - sumarstarf
- Sumarstörf fyrir ungmenni fædd 2002 og eldri

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



Framkvæmdastjóri Vörustjórnunarsviðs Supply Chain Lead

We offer an exciting workplace in an international environment where we strive for continuous improvement to meet our customers' needs. We acknowledge and respect our customers' diversity and want our employees to reflect that diversity.

As Supply Chain Lead you will be part of the Steering Committee and participate in implementing the business strategy for Supply Chain. You will lead a team of managers in Manufacturing, Warehouse, Distribution and QESH - for both Reykjavík and Akureyri sites with approx. 90 employees. You will be responsible for Supply Chain KPIs and continuous improvement.

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

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

For a more detailed job description, visit our career site <https://is.ccep.jobs>. Applications should include both CV and cover letter in English and be made through our career site **before March 16th 2020**. All enquiries will be treated as confidential.

Við bjóðum spennandi vinnustað í alþjóðlegu umhverfi þar sem við erum í sífelldum breytingum og umbótavinnu til að mæta þörfum viðskiptavina okkar. Viðskiptavinahópurinn er fjölbreyttur og við viljum að starfsmenn okkar endurspegli þá fjölbreytni.

Sem framkvæmdastjóri vörustjórnunarsviðs munt þú tilheyra framkvæmdastjórn og taka þátt í mótun og innleiðingu stefnu fyrirtækisins. Þú munt leiða teymi stjórnenda á Íslandi sem bera ábyrgð á framleiðslu í Reykjavík, Víking Brugghúsi á Akureyri, vöruhúsi, dreifingu, innkaupum, tækjaleigu, öryggis- og gæðadeild þar sem samtals um 90 starfsmenn starfa. Verður þú ábyrgur eða ábyrgur fyrir árangursmælikvörðum og stöðugum úrbótum.

Þú munt jafnframt taka þátt í miðlægum verkefnum Coca-Cola European Partners fyrir hönd vörustjórnunarsviðs á Íslandi og tilheyra hópi framkvæmdastjóra vörustjórnunarsviða CCEP í Norður-Evrópu.

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

Ítarlegri starfslýsingu má finna á ráðningarvef okkar <https://is.ccep.jobs>. Umsóknir skulu innihalda bæði ferilskrá og kynningarbréf á ensku og fara í gegnum ofangreindan ráðningarvef **fyrir 16. mars 2020**. Farið verður með allar fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

For further information, please contact / Nánari upplýsingar veita:

Sonja M. Scott HR Business Partner sonja@ccep.is

Júlia Rós Atladóttir - Associate Director Supply Chain Iceland - julia@ccep.is

Coca-Cola
EUROPEAN PARTNERS

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



JAFNLAUNAVOTTUN
2018 - 2021

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Leikskólinn Bæjarból

- Deildarstjóri

Fjölskyldusvið

- Sumarstörf og framtíðarstörf - Stuðningur við ungan mann heima og við ýmsa afþreyingu

Samveitur Garðabæjar

- Pípulagningarmaður eða véltæknimenntaður aðili

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



Við leitum að snillingum í samskiptum

Vegna aukinna umsvifa þurfa Momentum og Gjaldheimtan að bæta við sig öflugum einstaklingum

INNHEIMTU- FULLTRÚAR

Innheimtufulltrúar þurfa að vera jákvæðir og ákveðnir en um leið þjónustulundaðir. Mikilvægt er að þeir hafi ríkan vilja til að aðstoða viðskiptavinum okkar við að leysa úr málum sem sum hver geta verið erfið úrlausnar. Gerð er krafa um góða almenna menntun en einkum verður horft til starfsreynslu umsækjanda. Æskilegt er að viðkomandi hafi reynslu af Navision og Excel.

Momentum og Gjaldheimtan bjóða upp á lífleg en um leið krefjandi störf í ört vaxandi umhverfi. Starfsfólk okkar er jákvætt, öflugt og reynslumikið og leitum við að nýju fólki til að bætast í okkar góða hóp.

Umsækjendur sendi ferilskrá á starfsumsokn@momentum.is eigi síðar en mánudaginn 16. mars n.k.

Bent er á upplýsingar um félögin á www.momentum.is og www.gjaldheimtan.is



GJALDHEIMTAN
löginnheimta



MOMENTUM
innheimtubjónusta

Laugavegur 182, 105 Reykjavík

Borgarritari



Reykjavíkurborg auglýsir laust til umsóknar starf borgarritara Reykjavíkurborgar. Borgarritari er æðsti embættismaður Reykjavíkurborgar að borgarstjóra undanskildum og fer með forystu- og samhæfingarhlutverk í stjórnsýslu og þjónustu Reykjavíkurborgar. Borgarritari er einn af staðgenglum borgarstjóra og tilheyrir yfirstjórn Reykjavíkurborgar. Ráðið er í starf borgarritara af borgarráði til fimm ára.

Ábyrgðarsvið:

- Forysta um að Reykjavíkurborg sé í fararbroddi í þróun og þjónustu, stjórnsýslu og rekstri á landsvísu og standist samanburð við framsæknar borgir í alþjóðlegum samanburði
- Ábyrgð á að stefnumörkun borgarráðs og borgarstjórnar sé fylgt eftir með upplýsingamiðlun og stoðþjónustu við fagsvið borgarinnar
- Eftirlit með að framkvæmd sé í samræmi við markaða stefnu og fjárhagsheimildir
- Ábyrgð á því að stuðla að lýðræðislegum stjórnunarháttum með því að auka gegnsæi og styrkja upplýsingaflæði milli stjórnenda, sviða og stofnana borgarinnar, íbúa og annarra samráðsaðila
- Yfirumsjón með miðlægrri stjórnsýslu og stoðþjónustu á vegum Reykjavíkurborgar
- Fer fyrir samningateymi Reykjavíkurborgar í samskiptum við ríkið
- Tengiliður Reykjavíkurborgar við byggðasamlög og B-hluta félög
- Tengiliður Reykjavíkurborgar við atvinnulífið í Reykjavíkurborg og á landsvísu
- Leiðir stór og flókin verkefni sem kalla á samhæfingu og samræmingu innan stjórnkerfis Reykjavíkurborgar og utan þess
- Undir borgarritara heyrir skrifstofa borgarstjóra og borgarritara og mannréttinda- og lýðræðisskrifstofa

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Framhaldsmenntun á háskólastigi sem nýtist í starfi
- Leiðtogahæfileikar, farsæl reynsla af stjórnun ásamt reynslu af því að leiða breytingar
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu, stefnumótunarvinnu og áætlunargerð
- Þekking og reynsla af rekstri og mannaforráðum.
- Þekking og reynsla af samningagerð og undirbúningi samninga
- Lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Framsýni, metnaður, frumkvæði og skipulagshæfileikar
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku. Kunnátta í öðrum tungumálum er kostur

Hjá Reykjavíkurborg starfa á hverjum tíma um 9.000 starfsmenn sem sinna fjölbreyttri þjónustu á mörgum sviðum fyrir íbúa og gesti Reykjavíkurborgar.

Reykjavíkurborg er einn vinnustaður í öllum sínum fjölbreytileika. Samkvæmt mannauðsstefnu Reykjavíkurborgar og þeirri framtíðarsýn sem þar birtist þá einkennist starfsemi Reykjavíkurborgar af fagmennsku og framsækni. Með því að taka öra tækniþróun upp á okkar arma erum við lífandi og skemmtilegur vinnustaður með sterkt aðdráttarafl fyrir hæfileikaríkt og metnaðarfullt fólk á öllum aldri sem vinnur í þágu borgarbúa.

Í kjölfar aukinnar áherslu á þverfaglegt samstarf og styttri boðleiðir upplifir starfsfólk borgina sem einn vinnustað sem einkennist af fjölbreytni, sterkri menningu, sveigjanleika og samheldni.

Sjá nánar á: www.reykjavik.is

Umsókn óskast útfyllt á www.intellecta.is og henni þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf. Skipuð verður 3ja manna hæfnisnefnd sem mun vinna úr öllum umsóknum í samráði við Intellecta. Öllum umsóknum verður svarað að ráðningu lokinni.

Umsjón með ráðningu hefur Intellecta. Framlengdur umsóknarrestur er til og með 16. mars 2020. Nánari upplýsingar um starfið veita Ari Eyberg (ari@intellecta.is), Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Lóa Birna Birgisdóttir sviðsstjóri mannauðs- og starfsumhverfissviðs Reykjavíkurborgar (loa.birna.birgisdottir@reykjavik.is).

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir



Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri, Læknir

Heilbrigðisstofnun Norðurlands (HSN) auglýsir lausa stöðu læknis í 80 til 100% starfshlutfalli við Heilsugæsluna á Akureyri. Einnig kemur til greina að ráða til skemmri tíma eða lækni í verkstöðu.

Læknar sem starfa hjá HSN eru með aðalstarfstöð á heilsugæslustöð og sinna móttöku sjúklunga og heilsuvernd ásamt því að sinna vaktþjónustu í héraði skv. vaktaskema hverju sinni. Störfin fela í sér þverfaglega samvinnu innan sem og út fyrir stöðina.

Næsti yfirmaður er yfirlæknir á starfstöð.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Almennar lækningar og heilsuvernd
- Vaktþjónusta
- Kennsla starfsfólks og nema
- Þróun og teymisvinna

Hæfnikröfur

- Íslenskt lækningaleyfi
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvæðni
- Faglegur metnaður í starfi og árangursmiðuð viðhorf
- Áreiðanleiki, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Reynsla og hæfileiki til að vinna í teymi
- Ökuleyfi

Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Læknafélag Íslands hafa gert. Tekið er á móti rafrænum umsóknum á heimasíðu stofnunarinnar www.hsn.is (laus störf) eða á síðunni <http://www.starfatorg.is/> Umsókn skal fylgja náms- og starfsferilsskrá. Jafnframt skal leggja fram staðfestar upplýsingar um læknismenntun, læknisstörf og vísinda- og rannsóknarstörf ásamt staðfestu afriti af opinberu starfsleyfi. Mat á hæfni umsækjenda byggist á innsendum gögnum, meðmælum og viðtölum við umsækjendur. Gögn sem ekki er hægt að senda rafrænt skulu berast í tvíriti til mannaútsstjóra HSN, Sauðárhæðum, 550 Sauðárkróki.

Tóbaksnotkun og notkun á rafsígarettum er ekki heimil á vinnutíma innan HSN. Gildi HSN eru - fagmennska, samvinna og virðing.

Starfshlutfall er 80 - 100%

Umsóknarfrestur er til og með 30.03.2020

Nánari upplýsingar veitir

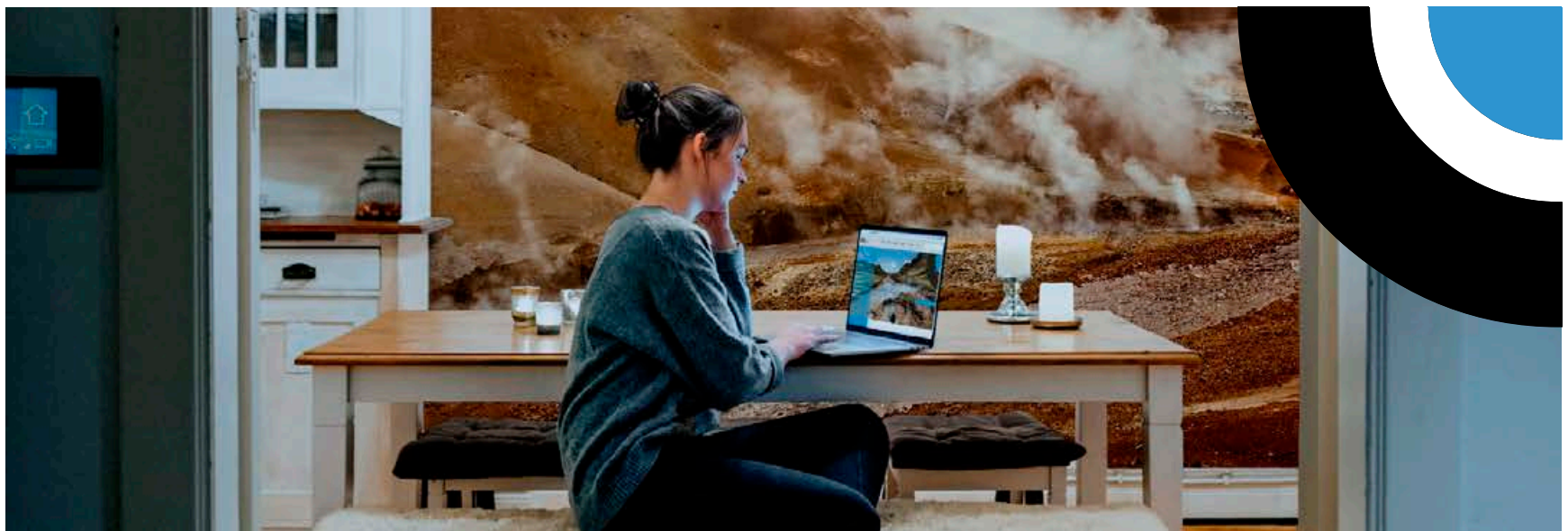
Jón Torfi Halldórsson - jon.torfi.halldorsson@hsn.is - 432 4610
Örn Ragnarsson - orn.ragnarsson@hsn.is - 432 4200

VIÐ LEITUM AÐ
GÓÐU FÓLKI

Kubbur óskar eftir
meiraprófsbílstjórum og
verkafólki til starfa við
sorphirðu í Hafnarfirði.

Umsóknir sendist á kubbur@kubbur.is
Nánari upplýsingar í síma 456-4166

Kubbur ehf. er endurvinnslufyrirtæki með
starfssemi á Ísafirði, í Vestmannaeyjum,
Hafnarfirði, Bolungarvík og Ölfusi.



Finnst þér gaman að redða málunum?

Þjónusta Aðbúnaðar

Hjá Orkuveitu Reykjavíkur hefur teymi Aðbúnaðar það hlutverk að stuðla að starfsánægju og góðum aðbúnaði starfsfólks OR samstæðunnar. Teymið ber ábyrgð á fasteignaumsýslu, húsvörslu, ræstingu, umsjón með lóðum og lendum, tæknipjónustu, matstofu og bílamálum.

Við leitum að lausnamiðaðri manneskju með mikla þjónustulund til að vera í lykilhutverki í þjónustu varðandi fasteignir og bílamál. Þú þarft að búa yfir góðri samskiptafærni, frumkvæði og sjálfstæði í starfi. Almenn tölvukunnátta og skipulagsfærni er nauðsynleg. Iðnmenntun og/eða reynsla af sambærilegu starfi er kostur.

Sótt er um á ráðningarvef OR, starf.or.is, þar sem nánari upplýsingar er að finna.

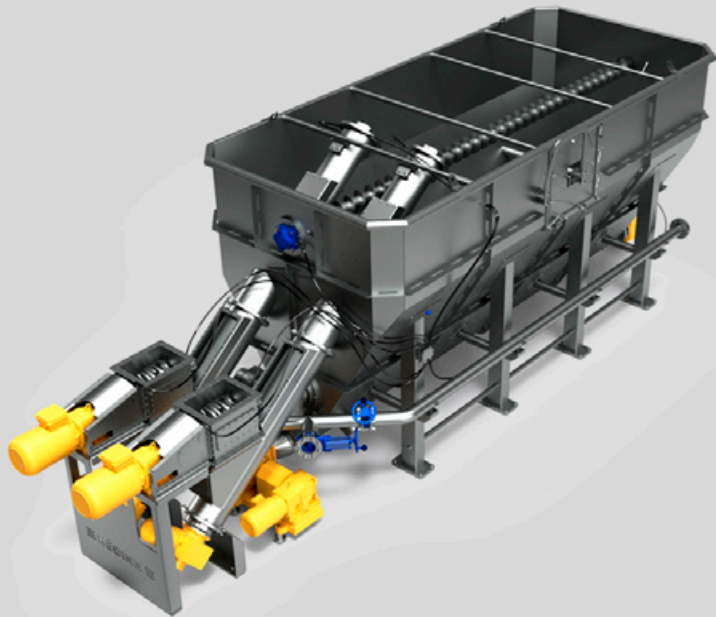
Umsóknarfrestur er til og með 22. mars 2020.
Við hvetjum öll kyn til að sækja um starfið.

OR er fjölbreyttur og lifandi vinnustaður fólks með mikla þekkingu. Fyrirtækið leitast við að vera í fremstu röð hvað snertir öryggi, jafnrétti, vinnuumhverfi og möguleika til að samræma vinnu og einkalíf.



≡ HÉÐINN ≡

Héðinn hf. er fyrirtæki með nærri 100 ára sögu af þjónustu við sjávarútveg og iðnað. Hjá Héðni starfa um 100 manns við fjölbreytt störf frá hönnun að fullbúinni vöru. Á framleiðsludeildum Héðins eru verkefni fjölbreytt að mestu við nýsmíði úr svörtu og ryðfríu stáli. Héðinn leitast við að vera samkeppnishæfir á öllum sviðum, starfsaðstaða og aðbúnaður er með besta móti, framleiðsludeildir eru vel tækjum búnað og er leitast við að fylgja framþróun í tækjakosti eins og unnt er til að auðvelda störf, auka gæði og framleiðni.



Málmiðnaðarmaður

Hefur þú áhuga á að gera hugmyndir að veruleika ?

Starfssvið:

- Smíði úr ryðfríu og/eða svörtu stáli.
- Uppsetningar á búnaði.
- Samsetningar á vélbúnaði.

Hæfniskröfur:

- Lönnmenntun og/eða haldbær reynsla úr faginu.
- Íslenskukunnátta.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt og í hóp.
- Hæfni til að smíða sjálfstætt eftir teikningum.
- Metnaður fyrir faglegum vinnubrögðum.

Við hvetjum fólk af öllum aldri og báðum kynjum til að sækja um.

Umsóknir og fyrirspurnir óskast sendar á jont@hedinn.is



VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

HUGBÚNAÐARSÉRFRÆÐINGUR

Isavia ANS óskar eftir að ráða reyndan og öflugan forritara til starfa við C/C++ hugbúnaðarþróun. Um er að ræða starf við þróun á fluggagnavinnslukerfi flugstjórnarmiðstöðvarinnar í Reykjavík. Í boði er áhugavert og krefjandi starf sem reynir á sjálfstæði og frumkvæði.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Arnar Þórarinsson, deildarstjóri ATM kerfa, arnar.thorarinsson@isavia.is

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af C/C++ þróun er skilyrði
- Reynsla af Unix/Linux stýrikerfum er æskileg
- Frumkvæði, kraftur, öguð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Þjónustulund, jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum

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



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

Starfið tilheyrir Isavia ANS ehf. sem er dótturfyrirtæki Isavia og annast flugleiðsögupjónustu á Íslandi.

STARFSSTÖÐ:
REYKJAVÍK

UMSÓKNARFRESTUR:
22. MARS

UMSÓKNIR:
ISAVIA.IS/ATVINNA



ISAVIA



Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið



TJÖRNIN
FRÍSTUNDAMIÐSTÖÐ
VESTURBÆR • MIÐBORG • HLÍÐAR



Fjármálastjóri - Frístundamiðstöðin Tjörnin

Frístundamiðstöðin Tjörnin

Laus er til umsóknar staða fjármálastjóra frístundamiðstöðvarinnar Tjarnarinnar

Frístundamiðstöðin Tjörnin er staðsett í Frostaskjól 2 í Reykjavík og þar vinna um 200 starfsmenn með fjölbreyttan bakgrunn. Frístundamiðstöðin Tjörnin stendur fyrir viðamiklu frístundastarfi fyrir börn og unglinga á aldrinum 6 - 16 ára í Vesturbæ, Miðborg og Hlíðum.

Frístundamiðstöðin Tjörnin starfrækir sjö frístundaheimili fyrir börn á aldrinum 6-9 ára og fimm félagsmiðstöðvar fyrir unglinga á aldrinum 10-16 ára og eina sértæka félagsmiðstöð fyrir börn með fötlun.

Frístundamiðstöðin Tjörnin leggur mikla áherslu á vellíðan mannaúts og ber titilinn „Stofnun ársins 2019“ borg og bær, stór stofnun. Fjármálastjóri hefur umsjón með fjármálum og rekstri frístundamiðstöðvarinnar og starfsstaða hennar. Starfið felur í sér eftirlit með daglegum rekstri frístundamiðstöðvar og starfsstaða hennar, gerir fjárhagsáætlanir, annast uppgjör, hefur umsjón með mannvirkjum og sér til þess að reksturinn sé innan fjárheimilda. Fjármálastjóri veitir stjórnendum og starfsmönnum frístundamiðstöðvarinnar ráðgjöf, eftirlit og upplýsingar er varðar rekstur, launa- og kjaramál. Fjármálastjóri er hluti af stjórnendateymi frístundamiðstöðvarinnar og skrifstofu frístundamála og tekur þátt í stefnumótun starfseminnar.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ber ábyrgð á stoðeild frístundamiðstöðvarinnar.
- Fjárhagsáætlunargerð.
- Áætlanagerð, tekjur, laun og annar kostnaður.
- Gjaldskrá, uppgjör, tekjuskil.
- Reikningagerð og samþykkt reikninga.
- Samþykkt reikninga í fjármálakerfinu Agresso.
- Umsjón og eftirlit með mannvirkjum og búnaði.
- Umsjón með reikningagerð, upplýsingagjöf og skráningu í upplýsingakerfinu Vala frístund.
- Umsjón og eftirlit með bókhalds- og launakerfum.

Hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði viðskipta eða rekstrar.
- Meistarapróf í viðskiptum og rekstri eða önnur viðbótarmenntun sem nýtist í starfi eða mikil starfs- og stjórnunarreynsla á viðkomandi sérsviði.
- Reynsla af stjórnun, fjármálum og rekstri.
- Góð tölvukunnátta, excel, word, bókhalds- og launakerfum.
- Reynsla af bókhalds- og launakerfum.
- Reynsla af opinberri stjórnarsýslu æskileg.
- Hæfni í greiningu og framsetningu tölulegra upplýsinga.
- Hæfni í samskiptum á íslensku og ensku.
- Skipulögð, fagleg og nákvæm vinnubrögð.
- Frumkvæði í starfi.

Umsókn fylgi greinargerð, yfirlit yfir nám og fyrri störf.

Umsóknarfrestur ert til og með 18. mars 2020 ráðið verður í stöðuna frá og með 15. maí 2020.

Hreint sakavottorð í samræmi við lög sem og reglur Reykjavíkurborgar.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðrún Kaldal í síma 411-5700 og tölvupósti gudrun.kaldal@rvkfri.is

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



SECURITY GUARDS SHIFT SUPERVISOR

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Security Guards Shift Supervisor lausa til umsóknar.

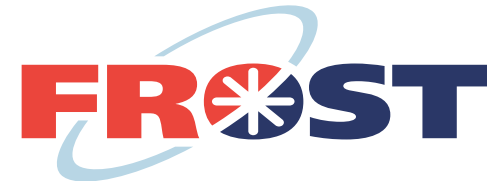
Umsóknarfrestur er til og með 13. mars 2020.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins:

<https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/>

Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Security Guards Shift Supervisor. The closing date for this position is **March 13, 2020**. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page: <https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/> Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)



Kælismiðjan Frost ehf. óskar eftir að ráða tækni- og verkfræðing til starfa.

- Æskilegt er að viðkomandi sé véltækni- og verkfræðingur af orkusviði.
- Hafi góða færni í notkun Autodesk Inventor og Autocad.
- Hafi góða færni í mannlegum samskiptum.
- Hafi góða færni í ensku.
- Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Kælismiðjan Frost ehf. er með höfuðstöðvar á Akureyri og starfsstöð í Garðabæ, hjá fyrirtækinu starfa u.þ.b. 60 starfsmenn.

Frost fæst aðallega við hönnun og uppsetningu á frysti og kælikerfum til iðnaðarnota, bæði land og skipakerfa, auk þess að sinna viðhaldi slíkra kerfa. Íslensk og erlend sjávarútvegsfyrirtæki eru mikilvægustu viðskiptavinir Frosts.

Undanfarin ár hefur yfir helmingur af veltu fyrirtækisins verið vegna verkefna erlendis.

Áhugasamir vinsamlega sendið ferilskrá og aðrar upplýsingar á gunnar@frost.is

Tækni- og verkfræðingar

VSB Verkfræðistofa leitar að reyndum tækni- eða verkfræðingi til framtíðarstarfa á framkvæmdasviði.

Hefur þú áhuga á að starfa við fjölbreytt og krefjandi verkefni við:

- Fasteignaviðhald
- Framkvæmdaráðgjöf
- Byggingarstjórn
- Framkvæmdaefirlit

Á framkvæmdasviði VSB starfar öflugt teymi bygginga-, tækni- og verkfræðinga. Það er stefna framkvæmdasviðs að nýta sér tækni til þess að stytta sér sporin og nýta starfsmenn rafræn eftirlitsverkfæri, BIM og dróna í sínu starfi. Frekari upplýsingar gefur fagstjóri framkvæmdasviðs, Gísli Ó. Valdimarsson gisli@vsb.is

Umsókn um starfið með upplýsingum um menntun, hæfni og starfsreynslu óskast skilað á ofangreint netfang eigi síðar en 23. mars nk. Starfsreynsla við mannvirkjagerð er æskileg. Fyllsta trúnaðar verður gætt.

VSB Verkfræðistofa er fjölbreytt verkfræðistofa á sviði mannvirkjagerðar og framkvæmda. VSB veitir viðskiptavinum ráðgjöf með lausnum sem einkennast af hagkvæmni, fagmennsku og áreiðanleika. Á stofnunni starfa 33 manns.



Bæjarhrauni 20
220 Hafnarfjörður
www.vsb.is



www.uw.is



Fagstjóri meistaranáms

Háskóla- og Vestfjarða leitar að kraftmiklum einstaklingi í krefjandi starf fagstjóra á sviði haf- og strandsvæðastjórnunar. Við Háskólasetrið er kennd alþjóðleg, þverfagleg námsleið á meistarastigi í haf- og strandsvæðastjórnun (Coastal and Marine Management) í samstarfi við Háskólann á Akureyri, með um 20-25 innritaða nemendur á ári. Námsleiðin hóf göngu sína 2008, en 2019 bættist við sambærileg námsleið í sjávarbyggðafræði. Háskólasetrið er vaxandi stofnun og verður núverandi fagstjóri áfram starfandi hjá Háskólasetrinu við rannsóknir.

Fagstjóri vinnur í litlu en framsæknu háskóla- og rannsóknarumhverfi á Ísafirði og hefur rík tækifæri til að sýna frumkvæði með það að markmiði að skapa framúrskarandi náms- og vinnuumhverfi fyrir alþjóðlegan nemendahóp. Fagstjóri skipuleggur kennslu, viðheldur tengslum við samstarfsaðila námsins og forleiðbeinir nemendum í meistaraprófsritgerðum. Starfið krefst mikillar skipulagshæfni, faglegra vinnubragða og vilja til að veita frábæra þjónustu. Fagstjóri þarf að fylgjast vel með lokaritgerðarvinnu nemenda í nánú samvinnu við leiðbeinendur og þarf til þess að hafa góða faglega yfirsýn sem og þekkingu á helstu rannsóknaraðferðum í umhverfis- og auðlindastjórnun. Æskilegt er að fagstjóri hafi reynslu af að leiðbeina nemendum á meistarastigi. Til greina kemur að fagstjórinn taki að sér einhverja kennslu.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Þverfræðileg menntun og/eða rannsóknarreynsla á viðeigandi sviði
- Meistarapróf eða doktorspróf
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfni
- Frumkvæði og sveigjanleiki í starfi
- Reynsla af rannsóknarvinnu og leiðbeiningu lokaritgerða æskileg
- Góð enskukunnátta í ræðu og riti. Kunnátta í íslensku er mjög æskileg

Nýr fagstjóri ætti að geta hafið störf á haustmisseri 2020. Upplýsingar veitir Peter Weiss, forstöðumaður, í síma 450 3045 eða weiss@uw.is

Umsóknir með ritaskrá og skrá yfir kennslureynslu og önnur akademísk störf, ef við á, sendist á Háskólasetur Vestfjarða og í tölvupósti á weiss@uw.is.

Umsóknarfrestur er til og með 27.03.2020.



Skoðunarmaður á rafmagnssviði

Hlutfall: Fullt starf. **Tegund:** Sérfræðingur
BSI á Íslandi vill ráða agaðan og metnaðarfullan einstakling í starf skoðunarmanns á rafmagnssviði.

Sjá nánar á Job

job

Finnum draumastarfið saman

EIGNAMIDLUN

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

STAPASEL 11, 175 m²
109 REYKJAVÍK, 67.500.000 kr.

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9098
hilmar@eignamidlun.is



OPID HÚS Laugardaginn 7. mars kl. 14:00-14:30

Töluvert endurnýjað tengihús, (parhús) á grónum stað við Stapasel í Reykjavík. Húsið er skráð 175,4 fm og er bílskúr þar af 21 fm. Nýtt eldhús, nýtt baðherbergi á efri hæð og margt yfirfarið. Húsið er staðsett á fallegum stað í botnlangagötu.

job

Finnum draumastarfið saman



Erum við
að leita **að þér?**



Svæðisstjóri - Suðurland

EFLA leitar að öflugum aðila til að leiða starfsemi EFLU á Suðurlandi. Höfuðstöðvar EFLU á Suðurlandi eru á Selfossi, en einnig er starfsstöð á Hellu.

STARFSSVIÐ SVÆÐISSTJÓRA:

- Leiðir svæðisteymi EFLU á Suðurlandi, sem þar ber ábyrgð á daglegri starfsemi og rekstri.
- Meðal mikilvægra viðfangsefna eru markaðsmál, mannauðsmál, rekstur og þróun.
- Leiðir stefnumótun og framþróun svæðisins og er þátttakandi í stefnumótum og þróun EFLU í heild.
- Tryggir samræmingu og samstarf svæðisins innan EFLU.
- Er þátttakandi í framkvæmdastjórnarteymi EFLU

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Leiðtogahæfileikar og mikil færni í mannlegum samskiptum.
- Menntun sem nýtist í starfi, framhaldsnám á háskólastigi, t.d. í verkfræði eða öðrum tæknigreinum er æskilegt.
- Reynsla og árangur í leiðandi hlutverkum, stjórnun og rekstri.
- Stefnumótandi og árangursmiðuð hugsun.
- Hæfileikar til að skapa sterka liðsheild.

Öll starfsemi EFLU byggir á teymishugsun þar sem samvinna, þátttaka og samábyrgð í sterki liðsheild eru grundvallaratriði. Í stjórnendateymi EFLU eru fleiri karlar en konur og hvetjum við því konur sérstaklega til að sækja um.

Umsókn, með upplýsingum um menntun og starfsreynslu, skal berast rafrænt í gegnum heimasíðu EFLU, www.efla.is/laus-storf, fyrir 17.mars 2020. Farið er með allar umsóknir sem trúnaðarmál. Nánari upplýsingar veitir Sigríður Elín Guðlaugsdóttir sviðsstjóri Mannauðs (seg@efla.is).

EFLA vill fá til liðs við sig kraftmikið, jákvætt og metnaðarfullt starfsfólk sem skarar fram úr á sínu sviði. Við vinnum fjölbreytt verkefni í teyminum þvert á svið og svæði. Við bjóðum upp á afbragðs starfsumhverfi, sveigjanlegan vinnutíma og góðan starfsanda.

✉ starf@efla.is

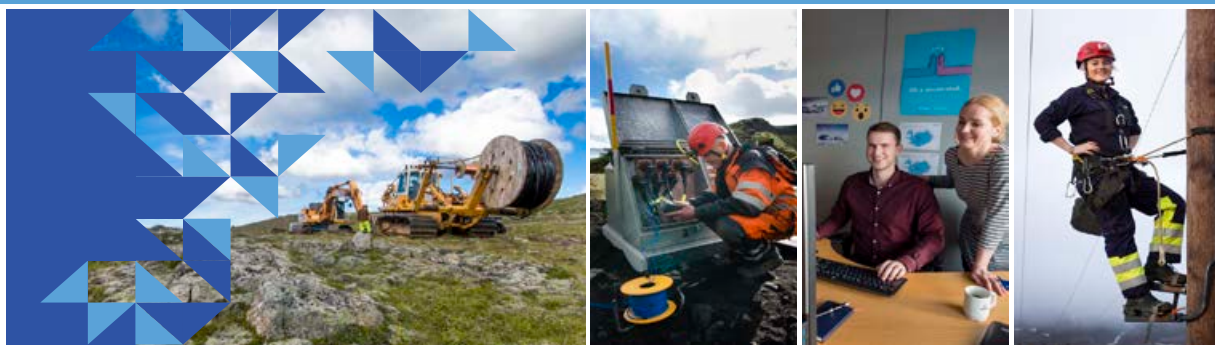
🌐 efla.is/laus-storf



Við erum alltaf með
bókara á skrá

hagvangur.is

 **HAGVANGUR**



Hönnun og áætlanagerð í Stykkishólmi

RARIK ohf. auglýsir laust til umsóknar starf tæknimanns við hönnun, áætlanagerð ofl. á starfsstöð fyrirtækisins í Stykkishólmi. Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst. Hér er um fjölbreytt starf að ræða við dreifikerfi fyrirtækisins. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Helstu verkefni

- Áætlanagerð.
- Hönnun dreifikerfa.
- Verkbeiðnaútgáfa.
- Verkundirbúningur.
- Samskipti við viðskiptavini.

Menntunar- og hæfniskröfur

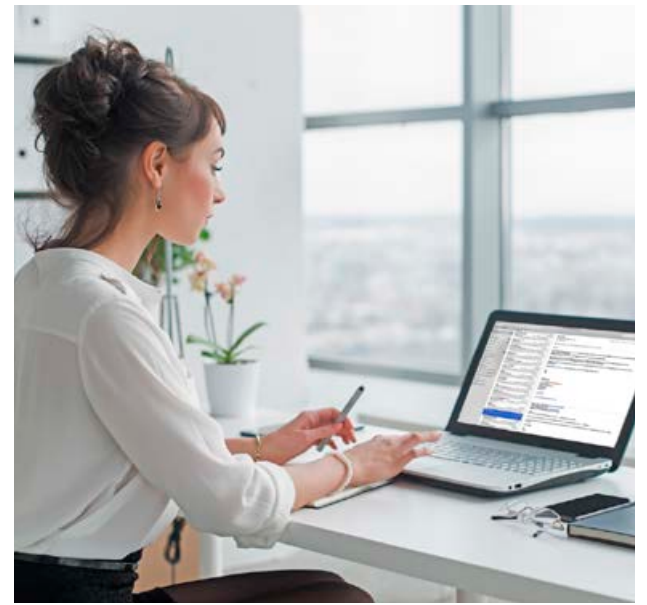
- Rafmagnstæknifræði, rafmagnsiðnifræði.
- Þekking og reynsla af háspennukerfum er kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þekking á AutoCad æskileg.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Drifkraftur og geta til að vinna sjálfstætt.

Nánari upplýsingar veita Björn Sverrisson, deildarstjóri rekstrarsviðs á Vesturlandi og starfsmannastjóri RARIK í síma 528 9000. Umsóknarfrestur er til 23. mars 2020 og skal skila umsóknum með ferilskrá á www.rarik.is/atvinna.

RARIK ohf. er rekið sem opinbert hlutafélag í eigu ríkisins. Hlutverk RARIK er að dreifa raforku auk þess að afla, dreifa og annast sölu á heitu vatni. Starfsmenn RARIK eru um 200, aðalskrifstofa er í Reykjavík og um 20 starfsstöðvar eru dreifðar vítt og breitt um landið.



RARIK ohf • Dvergshöfða 2 • 110 Reykjavík • Sími 528 9000 • www.rarik.is



Við ráðum

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

Stjórnendaleit

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

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

Almennar ráðningar á markaði

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

Sveigjanleg nálgun

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

Matstæki

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

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

Ráðgjöf við starfslok

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

ráðum
ráðningarstofa

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



Erum við
að leita **að þér?**



Viltu vera partur af frábæru teymi og taka þátt í starfi öflugs og samheldins hóps starfsmanna Fjarðabyggðar?

Spennandi störf í þjónustu- og framkvæmdamiðstöð Fjarðabyggðar

Fjarðabyggð leitar að drifandi og metnaðarfullum einstaklingum til starfa í þjónustu- og framkvæmdamiðstöð sveitarfélagsins. Þjónustu- og framkvæmdamiðstöð gegnir lykilhlutverki í þjónustu sveitarfélagsins til íbúa og viðskiptavina. Starfsemi hennar er afar fjölbreytt og snýr m.a. að verklegum framkvæmdum í sveitarfélaginu, umhirðu og ásjúnd bæjarkjarnanna auk fjölbreyttra verkefna við hafnir Fjarðabyggðarhafna. Fjarðabyggð leggur ríka áherslu á að nýta styrkleika kvenna jafnt sem karla og því hvetjum við alla sem hafa áhuga á að byggja upp frábært samfélag að sækja um á ráðningavef sveitarfélagsins starf.fjardabyggd.is

Um er að ræða fjögur störf; tækjamaður, almennan starfsmann í þjónustu- og framkvæmdamiðstöð, hafnarvörð og garðyrkjufraeðingur.

Tækjamaður

Í starfinu felst ábyrgð á tækjum og vélum þjónustu- og framkvæmdamiðstöðvar. Viðkomandi kemur til með að sinna viðhaldi tækja í samráði við yfirmann ásamt því að þjónusta bæjarfélagið og íbúa þess með jákvæðni að leiðarljósi.

Meðal helstu verkefna eru:

- Stjórnun vinnuvéla og daglegt viðhald tækja, vinnuvéla og bíla í samráði við yfirmann
- Almenn verkamannavinna
- Frumkvæði að lausn verkefna á því sviði sem undir hann heyrir og hann starfar að
- Þríf í starfsstöð og ábyrgð á að umhverfi sé snyrtilegt og vel um gengið
- Þjónusta við viðskiptavinum hafnarinnar og aðstoð við ýmis störf á hafnarsvæðum Fjarðabyggðarhafna

Helstu hæfniskröfur:

- Meirapróf og vinnuvélaréttindi
- Framhaldsskólapróf
- Reynsla af stjórnun
- Rík þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum

Almennur starfsmaður í þjónustu- og framkvæmdamiðstöð

Í starfinu felst að vinna verk sem tengjast helstu framkvæmdum þjónustu- og framkvæmdamiðstöðvar Fjarðabyggðar s.s. gatnagerð, lagnavinnu, fegrun umhverfis, þjónusta við aðrar stofnanir bæjarins og fleira. Viðkomandi kemur til með að sinna viðhaldi tækja í samráði við yfirmann ásamt því að þjónusta bæjarfélagið og íbúa þess með jákvæðni að leiðarljósi.

Meðal helstu verkefna eru:

- Almenn verkamannavinna og aðstoð við aðra starfsmenn sveitarfélagsins
- Þríf í starfsstöð og ábyrgð á að umhverfi sé snyrtilegt og vel um gengið
- Frumkvæði að lausn verkefna á því sviði sem undir hann heyrir og hann starfar að
- Þjónusta við viðskiptavinum Fjarðabyggðarhafna
- Aðstoð við ýmis störf á hafnarsvæðum Fjarðabyggðarhafna

Helstu hæfniskröfur:

- Reynsla af sambærilegum störfum
- Bílpróf
- Rík þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum

Hafnarvörður

Í starfinu felst þjónusta við viðskiptavinum þjónustu- og framkvæmdamiðstöðvar. Sinnir ýmsum störfum og verkefnum þjónustu- og framkvæmdamiðstöðvar ásamt því að þjónusta aðrar stofnanir bæjarins skv. fyrirmælum yfirmanns með jákvæðni að leiðarljósi

Meðal helstu verkefna eru:

- Þjónusta við viðskiptavinum hafna s.s. binda og losa skip við komur og brottfarir, afgangslausn vatns, og rafmagns, sorphirða frá skipum, vigtun o.fl.
- Viðhald, hreinsun og snyrting hafnarbakka og annarra hafnarmannvirka auk snjó- og hálkueyðingar af hafnarbökkum, bryggjuköntum, pollum og bílvog
- Eftirlit og umsjón með skipakomum, vöruflutningum og öðru því sem um höfnina fer, skráning þeirra og afla í aflaskráningarkerfi Fiskistofu, aðgangsstýring að hafnarsvæðinu og útgáfa aðgangskorta í samráði við yfirmann
- Stjórn á umferð skipa um höfnina og ákvörðun um legustað þeirra, færsla innan hafnar.
- Almenn verkamannavinna eftir þörfum og ákvörðun yfirmanns

Helstu hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Hafnargæslumannaréttindi í hafnarvernd og vigraréttindi (æskilegt)
- Bílpróf
- Góð kunnátta í íslensku og ensku æskileg
- Rík þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum

Garðyrkjufraeðingur

Í starfinu felst skipulagning og framkvæmd umhverfismála og verkefnastjórnun vegna framkvæmda sveitarfélagsins sem falla undir málaflokkinn.

Meðal helstu verkefna eru:

- Framkvæmd umhverfismála í samráði við garðyrkjustjóra og umsjón með verkefnum sem tengjast fegrun bæjarins
- Umsjón með verkefnum tengdum uppbyggingu ferðamannastaða
- Verkstjórn flokkstjóra í vinnuskóla og aðstoða við þjálfun þeirra
- Klippingar og grisjun á trjám og runnum, plöntun á trjám, runnum, sumarblómum og haustlaukum

Helstu hæfniskröfur:

- Menntun í garðyrkju ásamt reynslu og þekkingu á starfinu
- Bílpróf
- Sjálfstæði í vinnubrögðum, frumkvæði og skipulagshæfni
- Rík þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Hæfni til að miðla upplýsingum í töluðu og rituðu máli

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum sveitarfélagsins við viðkomandi stéttarfélag. Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um stöðuna. Allar nánari upplýsingar um störfin ásamt starfslýsingum má finna á heimasíðu Fjarðabyggðar www.fjardabyggd.is.



Fjarðabyggð er það sveitarfélag sem austast liggur á landinu og það fjölmennasta af sveitarfélögum Austurlands, með um 5.000 íbúa. Í sveitarfélaginu er hátt þjónustustig, framúrskarandi skólar ásamt öflugum menningar-, afþreyingar-, og íþróttastarfi. Náttúran er stórbrotin bæði til að njóta og til útivistar. Þú ert á góðum stað í Fjarðabyggð.



ERT ÞÚ TÖLFRÆÐINGUR SEM HEFUR ÁHUGA Á AÐ VINNA Í RANNSÓKN Á HEIMSVÍSU?

Auglýst er eftir tölfræðingi/líftölfræðingi til starfa við vísindarannsóknina **Blóðskimun til bjargar – þjóðaráttak gegn mergæxlum**. Markmið hennar er að rannsaka árangur skimunar fyrir forstigi mergæxli. Rannsóknin er ein stærsta rannsókn sem framkvæmd hefur verið með yfir 80 þúsund þátttakendur og býður upp á gríðarlegan fjölda spennandi úrlausnarefna, sem unnin verða í samstarfi við rannsóknarteymið og fjölda annarra sérfræðinga, tölfræðinga og doktorsnema. Verkefnið er unnið í samstarfi við Háskóla Íslands, Landspítala, Krabbameinsfélag Íslands, Binding Site í Bretlandi, Memorial Sloan Kettering krabbameinsmiðstöðina í New York og International Myeloma Foundation. Skimað er fyrir forstigi mergæxli með blóðprufu og þeim einstaklingum sem greinast með forstigi mergæxli fylgt eftir í klínískri rannsókn.

TÖLFRÆÐINGUR / LÍFTÖLFRÆÐINGUR

Helstu menntunar- og hæfniskröfur:

- BS-próf í tölfræði, stærðfræði eða sambærilegur raungreinagrunnur
- Reynsla af úrvinnslu stærri rannsóknarverkefna á sviðum heilbrigðisvísinda er kostur
- Reynsla af því að vinna í teymi er æskileg
- Sjálfstæð, skipulögð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Framúrskarandi samskiptahæfni, nákvæmni, útsjónarsemi og jákvæðni

Helstu verkefni:

- Umsjón með tölfræðilegri úrvinnslu gagna rannsóknarinnar
- Tölfræðivinnu við fjölda doktorsverkefna

Hægt er að sækja um og fá allar nánari upplýsingar á heimasíðu HÍ: http://www.hi.is/laus_storf

Umsóknarfrestur er til og með 13. mars 2020



HÁSKÓLI ÍSLANDS
HEILBRIGÐISVÍSINDASVIÐ



Aðalskipulag Hörgársveitar 2012 - 2024 – auglýsing breytingartillögu

Sveitarstjórn Hörgársveitar auglýsir hér með tillögu að breytingu á aðalskipulagi Hörgársveitar 2012-2024 samkvæmt 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Fyrirhuguð skipulagsbreyting nær til eftirfarandi þátta:

- Breyting á skilmálum efnistöku í Hörgá.
- Leiðrétting er varðar skilgreiningu efnistökusvæðis við Hlaðir (E13)
- Íbúaspá aðalskipulags uppfærð.
- Þrjú skógræktarsvæði færð inn á skipulag.
- Fráveitulög Lónsbakkahverfis færð inn á skipulag.
- Breytt lega reiðleiðar meðfram nýjum Hörgárdalsvegi og Hlíðarvegi.

Skipulagsbreytingin nær til framkvæmda sem tilgreindar eru í lögum um mat á umhverfisáhrifum nr. 106/2000 og fylgir umhverfisskýrsla skipulagstillögunni.

Skipulagstillagan ásamt umhverfisskýrslu mun liggja frammi á sveitarstjórn Hörgársveitar milli 4. mars og 15. apríl 2020 og verður einnig á heimasíðu sveitarfélagsins horgarsveit.is.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við skipulagstillöguna til miðvikudagsins 15. apríl 2020. Athugasemdir skulu vera skriflegar og skulu berast í tölvupósti á netfangið sbe@sbe.is eða í bréfpósti stílað á Skipulags- og byggingarfulltrúa Eyjafjarðar, Skólalátröð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri.

Skipulags- og byggingarfulltrúi

ÚTBOÐ

REGLUBUNDIÐ EFTIRLIT OG VIÐHALD LOFTRÆSIKERFA 2020-2022.

Garðabær óskar eftir tilboðum í verkið: Reglubundið eftirlit og viðhald loftræsikerfa 2020-2022. Verkið felst í reglubundnu viðhaldi loftræsikerfa í mannvirkjum Garðabæjar sem og viðhaldsþjónustu við sömu mannvirki. Samningslok eru að sumri 2022.

Helstu magntölur eru:

- Loftmagn í öllum loftræsikerfum, ~170.000 L/s.
- Ristar, ventlar og dreifarar, ~2.200 stk.
- Varmaendurvinnslur í samstæðum, 37 stk.
- Loftsiúkassar, 93 stk.
- Hitafletir, 96 stk.
- Samstæðu-, þak- og vegg- blásarar, 198 stk.
- Mannvirki/mannvirkjahlutar í þjónustu, 24 stk.

Tilboðið skal gert á grundvelli útboðsgagna frá Strendingi verkfræðiþjónustu dags. í mars 2020. Útboðsgögnin verða einungis aðgengileg á rafrænu formi á vef Garðabæjar, gardabaer.is, frá þriðjudeginum 10. mars 2020.

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Strendings ehf., Fjarðargötu 13-15, 3.h., 220 Hafnarfjörður, þriðjudaginn 2. apríl 2020, kl. 14.00 að viðstöddum þeim bjóðendum er þess óska.

Umhverfis- og tæknisvið Garðabæjar



Heilbrigðisstofnun Norðurlands Akureyri, Læknir

Heilbrigðisstofnun Norðurlands (HSN) auglýsir lausa stöðu læknis í 80 til 100% starfshlutfalli við Heilsugæsluna á Akureyri. Einnig kemur til greina að ráða til skemmri tíma eða lækni í verktöku.

Læknar sem starfa hjá HSN eru með aðalstarfstöð á heilsugæslustöð og sinna móttöku sjúklinga og heilsuvernd ásamt því að sinna vaktþjónustu í héraði skv. vaktaskema hverju sinni. Störfin fela í sér þverfaglega samvinnu innan sem og út fyrir stöðina.

Næsti yfirmaður er yfirlæknir á starfstöð.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Almennar lækningar og heilsuvernd
- Vaktþjónusta
- Kennsla starfsfólks og nema
- Þróun og teymisvinna

Hæfniskröfur

- Íslenskt lækningaleyfi
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvæðni
- Faglegur metnaður í starfi og árangursmiðuð viðhorf
- Áreiðanleiki, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Reynsla og hæfileiki til að vinna í teymi
- Ökuleyfi

Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Læknafélag Íslands hafa gert. Tekið er á móti rafrænum umsóknum á heimasíðu stofnunarinnar www.hsn.is (laus störf) eða á síðunni <http://www.starfatorg.is/> Umsókn skal fylgja náms- og starfsferilsskrá. Jafnframt skal leggja fram staðfestar upplýsingar um læknismenntun, læknisstörf og vísinda- og rannsóknarstörf ásamt staðfestu afriti af opinberu starfsleyfi. Mat á hæfni umsækjenda byggist á innsendum gögnum, meðmælum og viðtölum við umsækjendur. Gögn sem ekki er hægt að senda rafrænt skulu berast í tvíriti til mannauðsstjóra HSN, Sauðárhæðum, 550 Sauðárkróki.

Tóbaksnotkun og notkun á rafsígarettum er ekki heimil á vinnutíma innan HSN. Gildi HSN eru - fagmennska, samvinna og virðing.

Starfshlutfall er 80 - 100%

Umsóknarfrestur er til og með 30.03.2020

Nánari upplýsingar veitir

Jón Torfi Halldórsson - jon.torfi.halldorsson@hsn.is - 432 4610
Örn Ragnarsson - orn.ragnarsson@hsn.is - 432 4200

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

• Leiksskólinn Sunnuborg – gluggaviðgerðir, útboð nr. 14772.

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



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.ríkiskaup.is

RÍKISKAUP



ÚTBOÐ

Sveitarfélagið Árborg óskar eftir tilboðum í verkið:
„Malbiksyfirlagnir 2020 U-2003023“.

Verklok eru 1. ágúst 2020.

Verkið felur í sér malbiksyfirlagnir í Árborg. Fræsa skal samskeyti þar sem nýtt malbik kemur að eldra malbiki. Hækka skal niðurfallsristar, brunnlok og spindilhús eftir því sem við á. Eftir að gert hefur verið við stakar malbikskemmdir skal leggja malbiksyfirlag á göturnar. Miðað er við að hjólfarafylla og fylla í smærri malbikskemmdir s.s. steinlos og minniháttar sig í einni yfirlögn. Límbra skal á allt eldra malbik sem lagt verður yfir.

Helstu magntölur eru:

- Fræsing	130 m
- Malbik, útlögn og líming	9339 m ²
- Malbik, efni	1000 tonn

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með mánudeginum 9. mars 2020. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Bárð skrifstofu Eflu á Suðurlandi í síma 412 6908, eða með tölvupósti í netfangið bardur.arnason@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 kl. 11.00 fimmtudaginn 26. mars 2020 og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Mannvirkja og umhverfissvið Árborgar



Hönnun og áætlanagerð í Stykkishólmi

RARIK ohf. auglýsir laust til umsóknar starf tæknimanns við hönnun, áætlanagerð ofl. á starfsstöð fyrirtækisins í Stykkishólmi. Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst. Hér er um fjölbreytt starf að ræða við dreifikerfi fyrirtækisins. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Helstu verkefni

- Áætlanagerð.
- Hönnun dreifikerfa.
- Verkefnaútgáfa.
- Verkundirbúningur.
- Samskipti við viðskiptavini.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Rafmagnstæknifræði, rafmagnsiðnifræði.
- Þekking og reynsla af háspennukerfum er kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þekking á AutoCad æskileg.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Drifkraftur og geta til að vinna sjálfstætt.

Nánari upplýsingar veita Björn Sverrisson, deildarstjóri rekstrarsviðs á Vesturlandi og starfsmannastjóri RARIK í síma 528 9000. Umsóknarfrestur er til 23. mars 2020 og skal skila umsóknum með ferilskrá á www.rarik.is/atvinna.

RARIK ohf. er rekið sem opinbert hlutafélag í eigu ríkisins. Hlutverk RARIK er að dreifa raforku auk þess að afla, dreifa og annast sölu á heitu vatni. Starfsmenn RARIK eru um 200, aðalskrifstofa er í Reykjavík og um 20 starfsstöðvar eru dreifðar vítt og breitt um landið.



RARIK ohf • Dvergshöfða 2 • 110 Reykjavík • Sími 528 9000 • www.rarik.is

ÁLFHÓLSVEGUR 73

200 Kópavogi



Tilbúið til afhendingar

SÖLUSÝNING
mánudaginn 9. mars
kl. 17:00 - 17:30

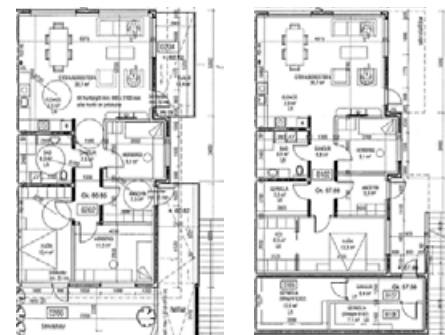


Nánari upplýsingar veitir:
Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is sími: 899 1178

BÓKAÐU
SKOÐUN UM
HELGINA

Efri hæð

Jarðhæð



Í byggingu 108 - 120 fm íbúðir í nýju fjórbylshúsi

- Rúmgóðar og vel skipulagðar 3ja - 4ra herbergja íbúðir
- Eftirsóttur staður við Álfhólsveg með góðu útsýni
- Íbúðirnar skilast fullbúnar án aðal gólfefna
- Sér inngangur í allar íbúðir

Verð frá: 67,9 millj.

MIKLABORG

569 7000 • Lágmúla 4 • miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Styrkur til rannsókna í sálfræði

Auglýst er eftir umsóknum um styrki úr Minningar- og Vísindasjóði Arnórs Björnssonar.

Tilgangur sjóðsins er að styrkja rannsóknir í klínískri sálfræði á Íslandi, einkum rannsóknir á þróun sálrænnar meðferðar og athuganir á árangri hennar. Vorið 2020 verða veittir einn eða fleiri styrkir samtals að fjárhæð 1 milljón króna. Umsóknir sendist stjórn sjóðsins Sálfræðistöðinni Suðurlandsbraut 54, 108 Reykjavík, eigi síðar en 5. apríl 2020.

Umsóknareyðublað má nálgast á heimasíðu Sálfræðingafélags Íslands <http://www.sal.is>

f.h. stjórnar Minninga- og Vísindasjóðs Arnórs Björnssonar
Álfheiður Steinþórsdóttir og Gunnar Hrafn Birgisson



GRÆNLANDSSJÓÐUR

Grænlandssjóður auglýsir eftir styrkum-
sóknum í sjóðinn.
Nánari upplýsingar er að finna á vef stjórn-
arráðsins, www.mrn.is/gronlandsfonden

Umsóknarfrestur er til og með 6. apríl 2020.

6. mars 2020, Stjórn Grænlandssjóðs

LANDSNET

ÚTBOÐ

Korpulína 1 og Rauðavatnslína 1

132 kV jarðstrengir Jarðvinna og lagning Útboðsgögn KO1-01

Landsnet óskar eftir tilboðum í jarð-
vinnu og lagningu 132 kV jarðstrengja.

- **Korpulína 1:** 6,7 km jarðstrengur milli tengivirkis á Geithálsi og tengivirkis við Korputorg.
- **Rauðavatnslína 1:** 2,4 km jarðstrengur milli tengivirkis á Geithálsi og tengivirkis A12 við Suðurlandsveg (auk 11 kV jarðstrengja Veitna á hluta leiðarinnar).

Opnun tilboða verður mánudaginn 6. apríl 2020, kl. 14.00 hjá Landsneti, Gylfafiöt 9, 112 Reykjavík.

Nánari upplýsingar má finna í útboðsgögnum sem birt eru á utbod.landsnet.is.

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

Útboð – Fullnaðarfrágangur

Landsbankinn óskar eftir tilboðum í fullnaðarfrágang að utan sem innan á byggingu Landsbankans á lóðinni Austurbakka 2 í Reykjavík. Uppsteypa byggingarinnar stendur yfir.

Um er að ræða fimm hæða byggingu og kjallara á tveimur hæðum. Húsið er skrifstofu- og þjónustubygging en verslunar- og þjónusturými er á jarðhæð og í hluta kjallara. Stærð byggingarinnar er um 16.500 m² auk tæknirýma og bílakjallara.

Helstu verkþættir eru:

Frágangur utanhúss:

- » Pakfrágangur
- » Uppsetning steinklæðningar með upphengikerfi
- » Álguggakerfi
- » Lóðarfrágangur

Frágangur innanhúss:

- » Innveggir
- » Glerkerfisveggir
- » Niðurtekin loft
- » Málun
- » Gólfefni
- » Innréttingar, innihurðir o.fl.

Lagnir og tæknikerfi:

- » Loftræsikerfi
- » Hreinlætislagnir
- » Hita- og kælikerfi
- » Snjóbræðslulagnir
- » Vatnsúðakerfi

Raf- og stýrikerfi:

- » Lýsing
- » Hússtjórnarkerfi
- » Brunaviðvörðunarkerfi
- » Fjarskiptakerfi
- » Rafstöð: 900kV

Vakin er sérstök athygli á því að verkkaupi ætlað að fá alþjóðlega umhverfsvottun samkvæmt BREEAM á nýbygginguna (BREEAM International New Construction 2016 SD233 2.0 BREEAM) en slíkt vottunarferli tekur til allrar framkvæmdarinnar, þ.m.t. umhverfis- og öryggisstjórnunar allra verktaka á framkvæmdatíma.

Beiðni um útboðsgögn skal senda í tölvu-
pósti, merktum „Austurbakki 2, fullnaðar-
frágangur“ til VSB verkfræðistofu á
netfangið vsb@vsb.is. Útboðsgögn verða
aðgengileg þar til bærum aðilum á útboðsvef
verkefnisins frá þriðjudeginum 10. mars.

Tilboðum skal skilað, í lokuðu umslagi
merkt „Landsbankinn, Útboð –
Fullnaðarfrágangur“, til skrifstofu
VSB verkfræðistofu við Hafnartorg,
Kalkofnsvegi 2, 101 Reykjavík.
Þau verða opnuð á sama stað,
þriðjudaginn 5. maí 2020, kl 11.00.

Verklok eru 4. apríl 2022.

Landsbankinn • landsbankinn.is • 410 4000



ÚTBOÐ

ESKIÁS - STÓRÁS, GATNAGERÐ OG LAGNIR

Garðabær, Veitur ohf, HS Veitur, Gagnaveita
Reykjavíkur ehf. og Míla ehf. óska eftir tilboðum
í verkið: Eskiás - Stórás, gatnagerð og lagnir.

Um er að ræða uppbyggingu á nýju íbúðahverfi
í Garðabæ. Verkið felst í jarðvegsskiptum fyrir
götum, bílastæðum, stígum og stéttum. Verktaki
skal einnig annast alla vinnu við lagnir
veitufyrirtækja á svæðinu.

Helstu magntölur eru:

Gröftur	10.000 m3
Fylling	4.000 m3
Malbik	250 m2
Skurðsnið – gröftur	11.000 m3
Skurðsnið – fylling (sandur)	2.000 m3
Skurðsnið – fylling (burðarhæft)	2.000 m3
Losun á klöpp	5.000 m3
Fráveitulagnir - Ø150-Ø500	1.400 m
Kaldavatnslagnir - Ø110 og Ø180	400 m
Hitaveitulagnir – einangruð stálrör	1.200 m
Jarðstrengir og jarðvír	4.300 m
Ljósastólpar	36 stk.
Lagnir fjarskiptafyrirtækja	3.600 m

Verkinu skal vera að fullu lokið eigi síðar en
1. september 2020.

Útboðsgögn má nálgast á vef Garðabæjar,
gardabaer.is, frá og með þriðjudeginum 10. mars.

Tilboð verða opnuð hjá Mannvit hf., Urðarharvi 6,
203 Kópavogi, þriðjudaginn 24. mars 2020,
kl. 10:00 að viðstöddum þeim bjóðendum er
þess óska.



LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

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



Árni Helgason
Löggiltur Fasteignasali

arni@domusnova.is

Sími: 663 4290

DOMUSNOVA
Fasteignasala

Einstök hönnun í hjarta Reykjavíkur

NÝJAR ÍBÚÐIR KOMNAR Í SÖLU



102 HLÍÐARENDI.IS

Glæsilegar og mjög vel staðsettar íbúðir í byggingu við Arnarhlíð 2 í nýju póstnúmeri, 102, við rætur Öskjuhlíðar. Íbúðunum fylgir stæði í bílajakallara ásamt þaksvölum með stórbrotnu útsýni. Aðgengi er að lokuðum og mjög skjólgóðurm garði. Íbúðirnar eru 2-4 herbergja, á bilinu 74 – 237 fermetrar.

- Innréttingar frá JKE Danmörku
- Boðið er upp á þrjár gerðir innréttinga
- Innanhússhönnun M/STUDIO Reykjavík
- Steinborðplötur
- Bílskúrar fylgja ákveðnum íbúðum
- Tvö baðherbergi
- Þaksvölir/þakgarðar með einstöku útsýni
- Lofthæð 280 cm
- Gólfíðir VELFAC-gluggar
- Miele-tæki
- Free@home
- Lokaður og skjólgóður garður
- Bílastæði í bílajakallara
- Rafmagn í gluggatjöldum
- Myndavélarðyrasími sem tengist við snjallsíma
- Áklætt og einangrað að utan
- Aukin hljóðvist
- Rafmagnshönnun og innfelld lýsing hússins hönnuð af Lúmex
- Allar íbúðir með LED-lýsingu
- Rafbílaheimtaug í bílajakallara
- Arkitektar hússins, ALARK arkitektar



OPIÐ HÚS

laugard. 7. mars
kl. 13:00-14:00
og sunnud. 8. mars
kl. 13:00-14:00

Nánari upplýsingar
má finna á
102hlidarendi.is

LIND
FASTEIGNASALA

Hlíðasmári 6. Sími: 510 7900.
www.fastlind.is · www.nyjaribudir.is



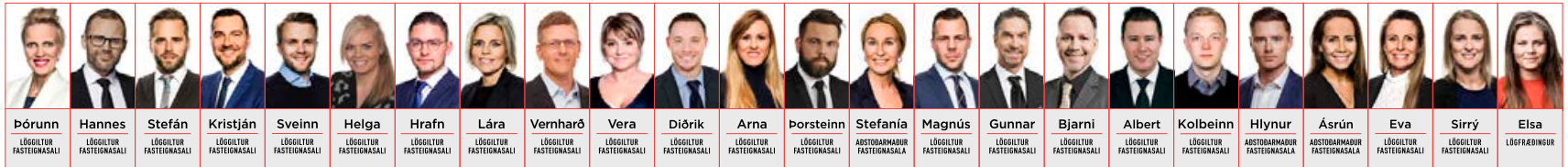
Kristján
Þórir Hauksson
Lögg. fasteignasali
696 1122
kristjan@fastlind.is



Hannes
Steindórsson
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is



Stefán Jarl
Lögg. fasteignasali
892 9966
stefan@fastlind.is



OPIÐ HÚS › 7. mars 14:30 – 15:00

Lindasmári 73
201 KÓPAVOGUR

STÆRD: 238 fm RÁÐHÚS HERB: 6

Mikið endurnýjað endaraðhús á tveimur hæðum við Lindasmára. Tvö baðherbergi bæði endurnýjuð, efri hæðin byggð árið 2019. Fjögur rúmgóð svefnherbergi, mjög auðvelt að bæta við fimmta svefnherberginu.

Heyrumst
Hannes › 699 5008 **96.900.000**₰
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › sunnudaginn 8. mars 13:00 – 14:00

Hraunbær 103, íbúðir f. 60+ 110 REYKJAVÍK

STÆRD: 55,2-131,5 fm FJÖLBÝLI HERB: 2-3

LIND fasteignasala kynnir nýjar og glæsilegar íbúðir fyrir 60 ára og eldri við Hraunbæ 103 í Reykjavík. Um er að ræða 9 hæða hús með þremur stigagöngum (A, B og C). Stæði í bílageymslu fylgir flestum íbúðum. Íbúðirnar eru tveggja til þriggja herbergja og skilast fullbúnar án gólfena en votrymi verða flisalögð. Íbúðirnar eru vel skipulagðar og með aukinni lofthæð. Geymslur eru rúmgóðar. Myndyrasími í öllum íbúðum. Húsið stendur hátt svo það er einkar glæsilegt útsýni úr flestum íbúðum. Húsið er viðhaldsliðið, eingangrað að utan og álklaett að stærstum hluta, ál-tré gluggar. Timburverandir eru á sérafnotasvæði íbúða á jarðhæð. Félagsmiðstöð á vegum Reykjavíkurborgar er í göngufæri eða í Hraunbæ 105. Stutt í alla helstu þjónustu, afþreyingu og falleg útivistarsvæði. Afhending íbúða er áætluð í október 2020.

Heyrumst
Lára › 899 3335 **Verð frá 42.5 M**₰
Löggiltur fasteignasali

Bókið skoðun í síma 699-5008

Hörgslundur 9
210 GARÐABÆR

STÆRD: 344 fm EINBÝLI HERB: 8

Fallegt og vel staðsett einbýlishús í rólegu og grónu hverfi, göngufæri við flesta þjónustu. Á neðri hæð er tveggja herbergja aukaíbúð með sérinngangi.

Heyrumst
Hannes › 699 5008 **106.000.000**₰
Löggiltur fasteignasali

Bjarkardalur 4-6
260 REYKJANESBÆR

STÆRD: 108,4-130,3 fm FJÖRBÝLI HERB: 3

LIND fasteignasala kynnir í einkasölu nýjar og glæsilegar fullbúnar þriggja herbergja íbúðir með bílskúr í fjórbylihusi. Íbúðirnar eru einstaklega vandaðar og skilast með gólfefnum á öllum rýmum, fallegum innréttingum, ísskáp, uppþvottavél og smekklegrí lýsingu frá Lumex. Íbúðirnar eru með bílskúr, sérinngangi og sér þvottahúsi. Tvö baðherbergi, annað inn af hjónaherbergi, aukin lofthæð og þá er útgengt út á 40 fm svalir. Á neðri hæðum er innanngengt úr bílskúr og þá fylgir eigninni 113 fm sérafnotareitur á baklóð hússins.

Húsið er einstaklega vel staðsett, steinsnar frá hinum nýja heildstæða Stapaskóla og einungis 20 mínútum frá höfuðborgarsvæðinu. Íbúðirnar eru tilbúnar til afhendingar samhlíða kaupsamningi

Verð frá 44.900.000₰

Heyrumst
Þorsteinn Yngvason
Löggiltur fasteignasali
Hdl
› 696 0226
› thorsteinn@fastlind.is

Heyrumst
Helga Pálsdóttir
Löggiltur fasteignasali
› 822 2123
› helga@fastlind.is

OPIÐ HÚS › sunnudaginn 8. mars 13:00 – 14:00

Bjarkardalur 4-6
260 REYKJANESBÆR

STÆRD: 108,4-130,3 fm FJÖRBÝLI HERB: 3

LIND fasteignasala kynnir í einkasölu nýjar og glæsilegar fullbúnar þriggja herbergja íbúðir með bílskúr í fjórbylihusi. Íbúðirnar eru einstaklega vandaðar og skilast með gólfefnum á öllum rýmum, fallegum innréttingum, ísskáp, uppþvottavél og smekklegrí lýsingu frá Lumex. Íbúðirnar eru með bílskúr, sérinngangi og sér þvottahúsi. Tvö baðherbergi, annað inn af hjónaherbergi, aukin lofthæð og þá er útgengt út á 40 fm svalir. Á neðri hæðum er innanngengt úr bílskúr og þá fylgir eigninni 113 fm sérafnotareitur á baklóð hússins.

Húsið er einstaklega vel staðsett, steinsnar frá hinum nýja heildstæða Stapaskóla og einungis 20 mínútum frá höfuðborgarsvæðinu. Íbúðirnar eru tilbúnar til afhendingar samhlíða kaupsamningi

Verð frá 44.900.000₰

Heyrumst
Þorsteinn Yngvason
Löggiltur fasteignasali
Hdl
› 696 0226
› thorsteinn@fastlind.is

Heyrumst
Helga Pálsdóttir
Löggiltur fasteignasali
› 822 2123
› helga@fastlind.is

BÆJARLIND 5

201 KÓPAVOGUR

Öllum íbúðum fylgja innbyggð tæki í eldhúsi: ísskápur, uppþvottavél, spanhelluborð, ofn og örbylgjuofn. Svalir afhendast með svalalokun. Tilbúnar til afhendingar strax.

Opið hús

lau. og sun. 7-8. mars
milli kl. 14.30-15



2-4 herbergja

Verð frá 43,9 millj.

ÁLALIND 4-8

201 KÓPAVOGUR

Opið hús

sunnudaginn 8. mars milli kl. 14.30-15

Stærðir 127-144 m² Verð 66,5-68,5 millj.

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



LIND

FASTEIGNASALA

Hlíðasmári 6. Sími: 510 7900.
www.fastlind.is · www.nyjaribudir.is

Nánari upplýsingar veita



Hannes Steindórsson
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is



Kristján Þórir Hauksson
Lögg. fasteignasali
696 1122
kristjan@fastlind.is



Hrafn Valdísarson
Lögg. fasteignasali
775 4988
hrafn@fastlind.is



Stefán Jarl
Lögg. fasteignasali
892 9966
stefan@fastlind.is


EIGNAMIÐLUN

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

GRUNDARLAND 2, 280 m²
108 REYKJAVÍK
ÓSKAÐ EFTIR TILBOÐUM
Kjartan Hallgeirsson
 Löggiltur fasteignasali
 Sími 824 9093
 kjartan@eignamidlun.is

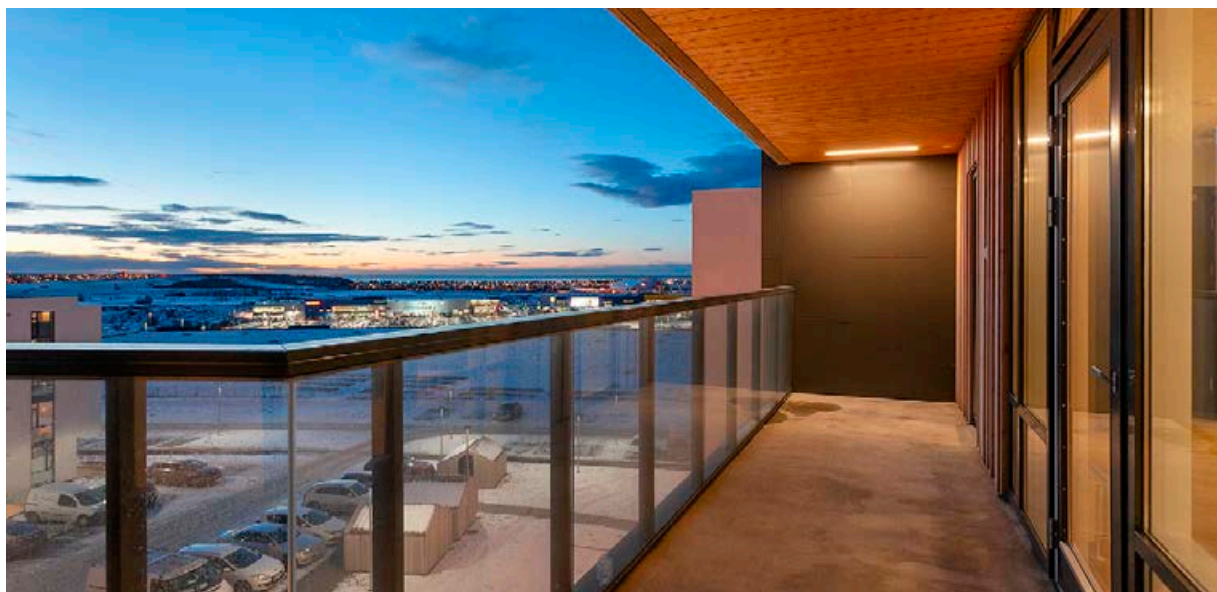
OPÍÐ HÚS Sunnudaginn 8. mars kl. 14:00-14:30

Eignamiðlun ehf. kynnir fallegt og mikið endurnýjað ca. 280 fm einbýlishús á einni hæð við Grundarland í Fossvogi. Húsið er vel staðsett í Fossvoginum og hefur verið endurnýjað á síðustu árum m.a. verið settur gólfhiti í öll gólf og skipt um gólfefni. Eldhúsið er allt endurnýjað, innrétting og tæki. Baðherbergi og gestasnyrting endurnýjuð. Falleg hornlód með sólpöllum og hitalögnum í gönguleiðum. Stór bílskúr. Auðvelt að fjölga svefnherbergjum.


STAKFELL
 FASTEIGNASALA | 1984

535-1000
 BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK

 FÉLAG
 FASTEIGNASALA
 Þorlákur Ómar Einarsson
 LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

OPÍÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. MARS FRÁ KLUKKAN 12:00-12:30

HOLTSVEGUR 10 - 210 GARÐABÆR

100,7 fm. íbúð á 5. hæð (efsta). Stórar suður/vestur svalir. Mjög gott útsýni er úr íbúðinni og stórar svalir upb 25 fm. Íbúðin er mjög vel innréttuð. Hluti innréttinga er hannaður af innanhúshönnuðunum Berglindi Berndsen og Heldu Sigurbjarnardóttur og eru þær sérsmíðaðar frá Formus.

VERÐ
57.9M
NÁNARI UPPLÝSINGAR:
Jón G. Sandholt jr.
 777-2288 - jong@stakfell.is

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI


Vantar þig starfsfólk?


HAGVANGUR
 hagvangur.is

 Erum við að
 leita **að þér?**

VERDMAT.IS
 FASTEIGNAMIÐLUN OG RÁÐGJÖF

EIGNALIND
 FASTEIGNASALA
 s. 616 8880 • sos@eignalind.is

Nýtt ár, ný íbúð?
Frítt verðmat

 Pantaðu verðmat á verdmat.is
 og við gefum þér frítt söluverðmat á þína eign.

Sigurður Oddur Sigurðsson
 Löggiltur fasteignasali
 Sími 616 8880

Heiða Guðmundsdóttir
 hdl. löggiltur fasteignasali
 Sími 779 1929

GIMLI
 FASTEIGNASALA

Halla
 Lögg. fast.
 659 4044

Ólafur
 Sölu- og
 markaðsstjóri
 690 0811

Ellert
 Sölustjóri
 661 1121

Sigþór
 Lögg. fast.
 899 9787

Hafrún
 Lögg. fast.
 848 1489

Bárður
 Sölustjóri
 896 5221

Elín Urður
 Lögg. fast.
 690 2602

Elín Rósa
 Lögg. fast.
 773 7126

Lilja
 Sölufultrúi
 820 6511

Kristján
 Sölufultrúi
 691 4252

Grensásvegur 13 - 108 Reykjavík - Sími 570 4800 - gimli.is - gimli@gimli.is

Traust og fagleg þjónusta
Þarftu að selja? Hafðu samband



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090 | WWW.EIGNAMIDLUN.IS

SÝNUM DAGLEGA, BÓKID
SKOÐUN HJÁ SÖLUMÖNNUM

FREKARI UPPLÝSINGAR

Herdís Valb. Hölladóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrar.hagfr./löggiltur
fasteignasali. Sími 663 2508Unnar Kjartansson
Nemi til löggildingar
fasteignasala. Sími 867 0968Hrafnhildur B. Baldursdóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 1110Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 661 6021Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur
fasteignasali. Sími 895 9120Ármann Þór Gunnarsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 847 7000EFSTALEITI
103 REYKJAVIK

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

LOKAÁFANGI Í SÖLU

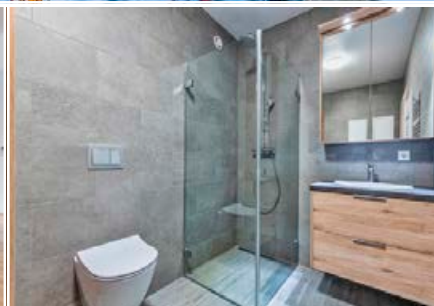
- Rut Kára innanhússarkitekt sér um efnis- og litaval á innréttingum og flisum.
- Fyrstu íbúðir til afhendingar voruð 2020. Fjölbreytt úrval íbúða, verð frá 28,9 millj.

KYNNING Á NÝJUM ÍBÚÐUM
SUNNUDAGINN 8. MARS KL. 13-14
Í SÝNINGARAÐSTÖÐU AÐ EFSTALEITI 27FJÖLBREYTT ÚRVAL ÍBÚÐA,
VERÐ FRÁ 28,9 MILLJ.

NÝTT Í SÖLU – LOKAÁFANGI

FALLEGT ÚTSÝNI

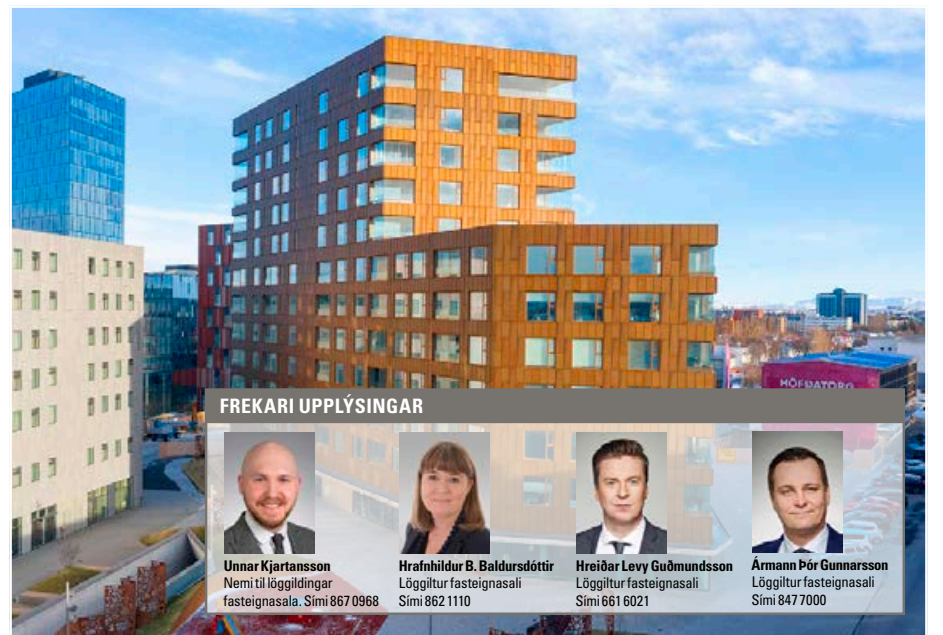
FREKARI UPPLÝSINGAR

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignas., lögg.
leigumíðlari. Sími 824 9098Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096GERPLUSTRÆTI 21-23
270 MOSFELLSBÆR

VERÐ FRÁ 40,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 7. MARS KL. 13-14

- Fullbúnaðar íbúðir, án megin gólfefna
- Innréttingar frá GKS
- Innbyggður ísskápur og uppþvottavél
- 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



FREKARI UPPLÝSINGAR

Unnar Kjartansson
Nemi til löggildingar
fasteignasala. Sími 867 0968Hrafnhildur B. Baldursdóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 1110Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 661 6021Ármann Þór Gunnarsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 847 7000BRÍETARTÚN 9-11
105 REYKJAVIK

VERÐ FRÁ 46,9 MILLJ.

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. MARS KL. 14.30-15.00

- Glæsilegar nýttiskulegar 2ja til 4ra herbergja íbúðir í hjarta Reykjavíkur.
- Innri hönnun íbúðanna skapar hlýtt og notalegt umhverfi.
- Íbúðirnar eru bjartar með stórum gluggum, ljósum veggjum og gólfhita. Flestar íbúðir með svalalokun.

ÖRFÁAR ÍBÚÐIR EFTIR!!

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.



Nánari upplýsingar veita:



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
jko@miklaborg.is



Jörunn 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 Þiering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8252
thorhallurb@miklaborg.is

MIKLABORG

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

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



Yfir 100 íbúðir seldar

201.is
SUNNUMÁRI
Kynnið ykkur
úrval íbúða á
201.is

Sunnsmári 25
60 ára plús
lúxusíbúðir

Sunnsmári 19-21

Sunnsmári 23

Sunnsmári - 201 Kópavogur

OPIÐ HÚS

Laugardaginn 7. mars
og sunnudaginn 8. mars
frá kl. 13:00-13:30

Tökum á móti gestum
við Sunnsmára 19

Nýr áfangi kominn í sölu

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



Sunnsmári 19-21



Sunnsmári 23



Sunnsmári 25

60+
LÚXUS
ÍBÚÐIR

Nánari upplýsingar veita:



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



Þórhallur Þiering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8252
thorhallurb@miklaborg.is



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



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

Sýnum alla
daga vikunnar

Hafið samband
við sölumenn

MIKLABORG

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

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

Tækifæri í atvinnuhúsnæði

Borg Atvinnuhúsnæði, spennandi verkefni á skrá:

- Atvinnuhúsnæði til leigu og sölu í 101 Reykjavík
- Garðabær, lóð og atvinnuhúsnæði í Molduhrauni
- Atvinnu- og þjónustuhúsnæði í Grafarvogi í ýmsum stærðum

Hafðu samband, saman finnum við lausn sem hentar þér og þinni starfsemi. Fyrirspurnir á: vidskipti@fastborg.is

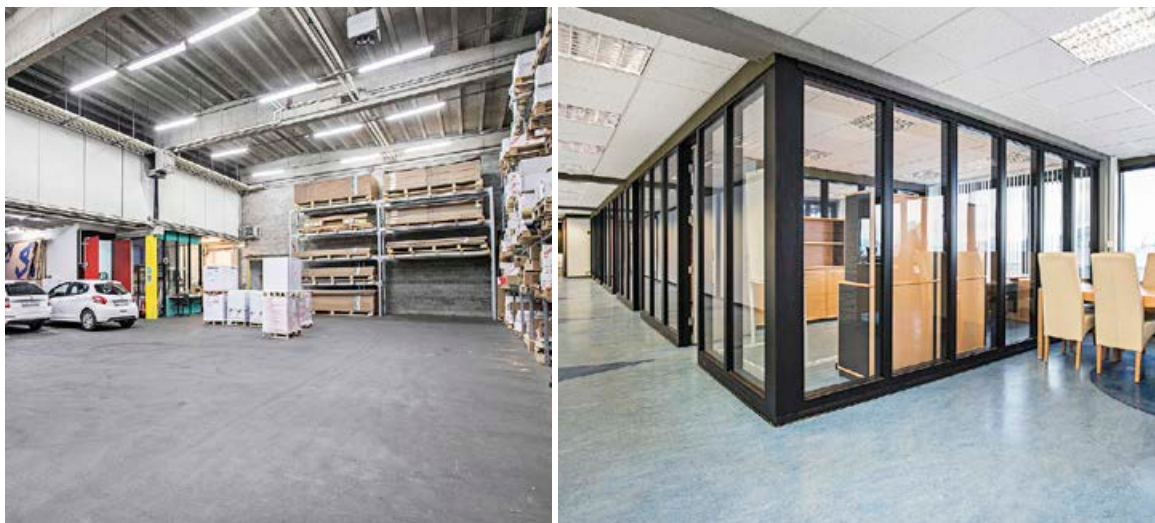
B O R G

ATVINNUHÚSNÆÐI

519 5500

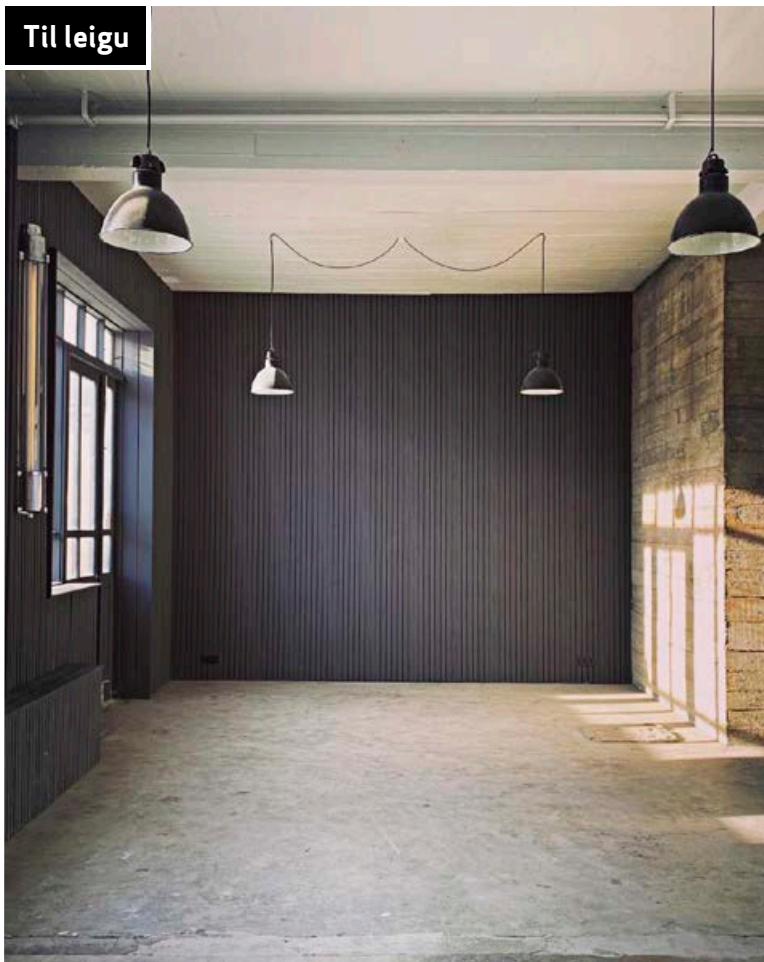
SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS

Til sölu



Sundagarðar 4	104 Reykjavík	
Atvinnuhúsnæði	Heildarstærð 1.743 fm	400 fm skrifstofurými á 2. hæð
Verð: Tilboð	1.343 fm lagerhúsnæði á jarðhæð	Meðallofthæð er á lager eða um 6,5 metrar
Tvær innkeyrsluhurðar	Gott malbikað útisvæði	
Brandur lögg. fasteignasali	897 1401	brandur@fastborg.is

Til leigu



Skipholt 23	105 Reykjavík	
Atvinnuhúsnæði	Sögufrægt hús með karakter	
Þrjár hæðir og bakhús		
Gunnlaugur lögg. fasteignasali	844 6447	gunnlaugur@fastborg.is
Úlfar lögg. fasteignasali	788 9030	ulfar@fastborg.is



Gunnlaugur Þráinsson

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

844 6447

gunnlaugur@fastborg.is



Þóra Birgisdóttir

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

777 2822

thora@fastborg.is



Brandur Gunnarsson

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

897 1401

brandur@fastborg.is



Úlfar Þór Davíðsson

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

788 9030

ulfar@fastborg.is



Sigurður Fannar

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

897 5930

siggifannar@fastborg.is

JL húsið

Reykjavík



Tvær hæðir
með sjávarútsýni
við **Hringbraut**
í Reykjavík

Vorum að fá til sölumeðferðar **2. og 3. hæð JL hússins** þar sem Myndlistarskólinn í Reykjavík er með starfsemi sína.

Hæðirnar eru samtals um **2.600 m²**. Frábært útsýni er af hæðunum yfir Esjuna og hafið og yfir á Snæfellsjökul.

Lofthæð í húsinu er tæplega **3 metrar** og eru hæðirnar bjartar með stórum gluggum.

Mögulegt er að kaupa allt húsið. Á tveimur efstu hæðum hefur verið hótélstarfsemi og jarðhæðin er innréttuð sem veitingarými.



Nánari upplýsingar veitir:

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

MIKLABORG – Með þér alla leið

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Atvinnuhúsnæði á jarðhæð við Brautarholt.

**Vel staðsett atvinnu-
húsnæði, alls um 830
fm, á jarðhæð rétt við
miðborgina.**

Húsnæðið er blandað og skiptist í verslun með góðum gluggum, skrifstofuhluta með nokkrum skrifstofum og rúmgóðan lager. Góð aðkoma er að húsinu og næg bílastæði. Húsnæðið gæti verið laust fljótlega.

Verð 190,0 milljónir.



Finnbogji
Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Allar frekari upplýsingar veitir Finnbogji Hilmarsson,
fasteignasali, finnbogji@heimili.is, s: 895-1098.



heimili
fasteignasala
– á traustum grunni

530 6500

Grensásvegi 3 | Opið mán. – fös. frá kl. 9–17 | www.heimili.is

530 6500

Vantar þig að selja eignina þína? Hringdu í síma 822 6800

Frí fagljosmyndun á eigninni þinni
og örugg eftirfylgni

Kristín Ósk

Löggiltur fasteigna og skipasali
RE/MAX Senter sími: 414 4700

Farsími 822 6800

kor@remax.is



Veghús 17 112 Reykjavík 5-6 svefnher. með bílskúr

Stærð: 190,5 fm
Fjöldi herbergja: 7
Byggingarár: 1990
Fasteignamat: 57.950.000
Bílskúr: Já



Opið Hús

Sunnudag 8 Mars kl. 17.00-17.30

Verð: 59.900.000

Virkilega góð 5 svefnherb íbúð á tveimur hæðum auk bílskúrs á góðum stað í Grafarvogi. Eignin samanstendur af andyri og holi, eldhús, baðherbergi með baðkari og sturtu, borðstofu/stofu með útgengi á suðursvalir, þrjú svefnherbergi á neðri hæð og tvö á efri hæð ásamt sjónvarpsholi og baðherbergi með sturtu, þvottahús. Mögulegt að bæta það við sjötta svefnherberginu. Sér bílskúr fylgir eigninni. Stutt í alla þjónustu, skóla og leikskóla. Fallegt útsýni yfir Esjuna. Stutt er á stofnbrautir.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is



Klettabyggð 7 220 Hafnarfjörður Gott parhús innst í botnlanga!

Stærð: 196 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1999
Fasteignamat: 68.550.000
Bílskúr: Já



Opið Hús

Opið hús sunnud. 8 mars kl.15.00-15.30

Verð: 75.900.000

Fallegt og gott hús á frábærum stað í sérlega rólegu og barnvænu umhverfi í hauginu við golfvöllinn í Hafnarfirði. Á neðri hæð er stofa, baðherbergi eldhús, tvö svefnh. þvottahús og bílskúr. Á efri hæðinni er fjölskyldu rými sem hægt er að breyta í svefnherb. ásamt barnaherb. Allar nánari upplýsingar um eignina veita Ástþór Reynir í síma 899-6753 arg@remax.is og Ásgeir Þór Ingólfsson í síma 691-3584 asgeir@remax.is. Laust við kaupsamning!

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is



Stórholt 18 105 Reykjavík Íbúð með útleiguherbergi

Stærð: 76,9 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 1947
Fasteignamat: 41.700.000



Opið Hús

Sunnudaginn 8 mars kl. 16.00- 16.30

Verð: 42.900.000

Íbúðin samanstendur af holi, eldhúsi, stofu og tveimur herbergjum ásamt baðherbergi. Einingin er í kjallara auka herbergi 16 m² með aðgengi að baðherbergi sem er tilvalið til útleigu. Eldhús með eldri innréttingu og parket á gólf. Stofa er rúmgóð með glugga í suður. Herbergi/stofa við hljó stofu og hægt væri að opna þar á milli ef vill. Herbergi sem er búið að setja upp grunn af fataskápum og hurðar eru til. Baðherbergi var tekið í gegn og öll tæki ný þar inni. Einnig er nýtt parket á gólfum.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is



Grænlandsleið 18 113 Reykjavík Virkelega góð 2ja herb. íbúð

Stærð: 83 fm
Fjöldi herbergja: 2
Byggingarár: 2005
Fasteignamat: 42.150.000



Opið Hús

Opið hús sunnud. 8 mars kl.15.00-15.30

Verð: 40.900.000

Björt, rúmgóða og vel skipulögð 2ja herbergja íbúð með sér inngangi á vinsælum stað við Grænlandsleið. Forstofan er flisalögð með skó- og fataskáp. Stofan er opin með eldhúsi og borðstofu, bjart rými með stórum gluggum og eikarparketi á gólfum. Eldhúsið er með stórum eyju og góðu borð- og skápláss. Tengir er fyrir uppbyggta. Baðherbergið er stórt með hárr loft hæð og góðri lýsingu. Flisar eru á gólfu og í sturtu. Innrétting er hvít með góðu borðplássu og skúffum.

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is



Brattahlíð 40-46 270 Mosfellsbær 4 herb í fjórþýlishúsi

Stærð: 111,4 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2019
Fasteignamat: 36.700.000



Opið Hús

Bókið skoðun í síma 822 6800

Verð: 57.900.000

Fullbónar einstaklega skemmtilegar og vandaða íbúðir með sérinngangi í fjögurra íbúða húsi í lokaðari götu. Húsið er steinað og með álguggum og hurðum og því viðhaldslítið. Frábær staðsetning í grónu hverfi. Eignin telur eldhús, borðstofu, stofu þrjú góð svefnherbergi, baðherbergi með góðri þvottastöðu og geymslu. Vandaðar innréttingar frá Brúnás og heimilstæki frá Simens. Hreinlætistæki frá Grohe, Innihúðar frá Parka. Gólfefni eru frá Gólfnaval og er vandað vinilparket. Innveggir hláðir.

Kristín Ósk
Lögg. fasteignasali
8226800
kor@remax.is



Hraunberg 4 111 Reykjavík Snyrtilegt skrifstofuhúsnæði!

Stærð: 211,8 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 1985
Fasteignamat: 39.850.000



Opið Hús

Bóka skoðun í síma 899-6753

Verð: 0

TIL LEIGU / TIL SÖLU. 211 fm á jarðhæð við Hraunberg 4 í Reykjavík. Eignin skiptist í stórt opið rými þar sem auðvelt er að stúka niður í vinnustöðvar. Einnig eru þrjú lokað herbergi sem hafa verið nýtt sem fundaraðstaða og lokaðar skrifstofur. Einnig er snyrtileg starfsmanna aðstaða og salerni auk eldhús fyrir starfsmenn. Húsnæðið er opið í gegn með hurðum beggja vegna á suður og norðurhlíð. Á gólfum er snyrtilegt parket og í votrymum er dúkur og flisar. Tilboð óskast í leigu eða til kaups.

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is



Sölkugata 8 m/ aukaíbúð Mosfellsbær Parhús með bílskúr

Stærð: 308,7 fm
Fjöldi herbergja: 7
Byggingarár: 2009
Fasteignamat: 91.450.000
Bílskúr: Já



Opið Hús

Opið hús sun 8.mars kl 13:00-13:30

Verð: 93.900.000

Efri hæð: flisalögð forstofa, flisalagt forstofuherbergi, opið rými með mikilli loft hæð sem skiptist í stórt flisalagt eldhús með útgengi á tvennar vestursvalir, rúmgóð flisalögð stofa með stórum gluggum og útgengi á suð/vestur svalir, hjónaherbergi með fataherbergi innaf og stórt baðherbergi með tvöfaldr sturtu. Neðri hæð: flisalagt hol 3 svefnherbergi, baðherbergi með baðkari, þvottahús. Eigninni fylgir 38,7fm bílskúr austan megin við Sölkugötu 10, og auka studíó íbúð.

Guðmundur
Lögg. fasteignasali
898-5115
gudmundur@remax.is



Naustabryggja 4 110 Reykjavík 3ja herbergja, stæði í bílageymslu

Stærð: 100,3 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2002
Fasteignamat: 44.300.000
Bílskúr: Já



Opið Hús

sunnudag 8.mars 2020, 13:00-13:30

Verð: 44.900.000

Falleg 3ja herbergja íbúð ásamt stæði í bílageymslu. Forstofa með fataskáp og parket á gólf. Eldhús með víðar innréttingu, parket á gólf. Flisalagt þvottahús inn af eldhúsi. Rúmgóð stofa með parket á gólf, útgengi á svalir sjávarútsýni. Tvö rúmgóð svefnherbergi með fataskápum. Flisalagt baðherbergi með sturtu og baðkari, ljós innrétting. Sér geymsla í sameign og hjólageymsla.

Sigríður Guðna
Lögg. fasteignasali
663 3219
sigga@remax.is



NÝTT Í SÖLU SÍÐUMÚLI 39

OPIÐ
HÚS

Glæsilegar íbúðir í vönduðu
fimm hæða lyftuhúsi við Síðumúla 39

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 7. MARS KL. 14:00 - 16:00
OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. MARS KL. 14:00 - 16:00



Glæsilegar íbúðir í vönduðu fimm hæða lyftuhúsi við Síðumúla 39. Í húsinu eru 35 íbúðir, tveggja til þriggja herbergja, stærðir íbúðanna eru frá 44 – 89 fermetrar og skilast fullbúnar skv. skilalýsingu. Aukin lofthæð í íbúðum.

Í bílajakjallara hússins eru 13 bílastæði og fylgir stæði sérmerktum íbúðum.

Mikið hefur verið lagt í hönnun hússins jafnt að utan sem innan.

Aðalhönnuður hússins er Jakob Líndal á Alarkt arkitektar.

Verð frá 32,9 - 59,9 millj.



Garðar B. Sigurjónsson
Sölustjóri og lögg. fasteignasali
Gsm: 898-0255
gardarbs@trausti.is



Garðar Hólm Birgisson
Löggiltur fasteignasali
Gsm: 899-8811
gh@trausti.is



Einar Örn Guðmundsson
Aðstoðarmaður fasteignasala.
Gsm: 823-4949
einar@trausti.is



Vegmúla 2 | 108 Reykjavík | 588 3300 | www.midbaer.is



Ingólfur Ingvarsson
Löggiltur fasteignasali
S: 588-3300/893-7806
ingolfur@midbaer.is



Sigfús Aðalsteinsson
Löggiltur fasteignasali
S: 5883-300/898-9979
sigfus@midbaer.is



Kristbjörn Sigurðsson
Lögg. fasteignasali lögg. leigumiðlari
S: 588-3300/692-3000
ks@midbaer.is

Heimasíða verkefnisins: SIDUMULI.IS



Kristján hdl., lögg. fasteignasali, **Guðbjörg G.** lögg. fasteignasali, **Garðar B.** Lögg. fasteignasali, **Garðar Hólm** Löggiltur fasteignasali, **Sólveig** Lögg. fasteignasali, **Bára** Skrifstofustjóri, **Gylfi** hdl., lögg. fasteignasali, **Matthías** Lögg. fasteignasali



TRAUSTI
fasteignasala

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



Garðar K. í námi til lögg. fasteignas., **Styrmir** Löggiltur fasteignasali, **Jóna** Löggiltur fasteignasali, **Gunnar** Löggiltur fasteignasali, **Einar** í námi til lögg. fasteignas., **Diana** í námi til lögg. fasteignas., **Kristín María** Löggfræðingur, **Nanna Dröfn** Löggiltur fasteignasali, **Ragnheiður** Móttaka

VIÐ ERUM TRAUSTI



OPÍÐ HÚS

Aðeins 3 Raðhús eftir

Trilluvogur 1 – 104 Reykjavík

OPÍÐ HÚS LAUGARDAGINN 7.MARS KL: 13:00 - 14:00

Raðhús á 3 hæðum við Trilluvog sem skilast tilbúin með gólfefnum. Möguleiki er á auka íbúð á 1 hæð. Tvö bílastæði í bílakjallara og sérgæmsla fylgja. Einstaklega spennandi staðsetning miðsvæðis í Reykjavík. Hægt er að stilla eigninni upp með 5-6 svefnherbergjum.

Nánari uppl. veitir Einar s: 823-4969, einar@trausti.is

Verð frá 89,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Garðatorg 2b - 210 Garðabær

OPÍÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. MARS KL. 15:00 - 15:30

Stórglæsileg 144,7 fm. íbúð á 6. hæð á besta stað. Tvennar svalir. Glæsilegt sjávarútsýni og útsýni í allar áttir. Eignin er laus við kaupsamning. Nánari uppl. veita Garðar K. s: 853-9779, gardar@trausti.is og Styrmir s: 846-6568, styrmir@trausti.is

Verð: 116,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Skeiðarvogur 25 - 101 Reykjavík

OPÍÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. MARS KL. 15:00 - 16:00

Mjög hugguleg og vel skipulögð 2ja herbergja kjallaraíbúð með séringngangi. Eignin er skráð alls 65,1 fm. og er gæmsla utan fermetratölu eignar. Frábær staðsetning. Eignin er í góðu ástandi og hefur verið vel við haldið. Nánari uppl. veita Diana s: 895-9989, diana@trausti.is

Verð: 37,9 millj.-



OPÍÐ HÚS

Rauðavað 23 – 110 Reykjavík

OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 9.MARS KL. 17:30 – 18:00

Rúmgóð og björt 4ra herbergja íbúð á jarðhæð með séringngangi, afgangnum sólpalli og bílastæði í bílakjallara. Eignin er skráð 116,9 fm. Fallegt útsýni og göngufæri út í náttúruna við Elliðarvatn, Heiðmörk og Rauðavatn. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949, gudbjorg@trausti.is

Verð: 53,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Blikaás 15 - 221 Hafnarfjörður

OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 9. MARS KL. 17:30-18:00

Björt og vel skipulögð 4ra herbergja 120,4 fm. íbúð á jarðhæð í litlu fjölbýli með séringngangi. Íbúðin er með séráfnótareit með afgangnum palli sem gengið er út á úr stofu til suðurs. Þvottahús og gæmsla innan íbúðar. Afhending við kaupsamning.

Nánari uppl. veitir Kristín s: 837-1177, kristin@trausti.is

Verð: 54,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Skyggisbraut 2 - 113 Reykjavík

OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 10. MARS KL. 17:30-18:00

Björt og falleg 4ra herbergja 109,9 fm. íbúð á 4. hæð í lyftuhúsi. Íbúðinni fylgir merkt stæði í bílageymslu. Gæmsla og þvottahús innan íbúðar. Íbúðin er með einstöku útsýni til suðurs og austurs.

Nánari uppl. veitir Kristín s: 837-1177, kristin@trausti.is

Verð: 53,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Stóragerði 34 - 108 Reykjavík

OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 10.MARS KL. 17:30 – 18:00

Falleg og björt 5 herbergja íbúð við Stóragerði 34, 108 Reykjavík. Frábær staðsetning. Útleiguhvergi í kjallara. Stórt bílastæði tilheyrir íbúð. Suðursvalir með fallegu útsýni.

Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040, kristjan@trausti.is

Verð: 47,9 millj.



OPÍÐ HÚS

Arnarheiði 20 – 810 Hveragerði

OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 17. FEBRÚAR KL. 17:30 - 18:00

Rúmgott og bjart 4ra herbergja 130 fm. endaraðhús á einni hæð með bílskúr. Lóðin í kringum húsið er í góðri rækt. Sólpallar fyrir framan og aftan hús. Endurnýjaðar neysluvatnslagnir.

Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949, gudbjorg@trausti.is

Verð: 45,9 millj.



BÖRKUR HRAFNSSON



MARGRÉT ÁGÚSTSDÓTTIR



DAVID 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

BORG

FASTEIGNASALA

519 5500

SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS

BÓKID SKOÐUN



📍 SUÐURVELLIR 8 230 KEFLAVÍK

EINBÝLISHÚS	5 HERBERGI	225 m ²
VERÐ:	80m ² BÍLSKÚR MEÐ MIKILLI LOFTHÆÐ	
58.M	DAVID ÓLAFSSON	897 1533

BÓKID SKOÐUN



📍 LAUFHAGI 15 800 SELFÖSS

EINBÝLISHÚS	5 HERBERGI	169.9 m ²
VERÐ:	EINBÝLI MEÐ AUKAÍBÚÐ Í BÍLSKÚR	
51.9M	SIGURÐUR FANNAR	897 5930

OPIÐ HÚS SUNNUDAG KL. 13.00-13.30



📍 JÖRFALIND 5 201 KÓPAVOGUR

RAÐHÚS	5 HERBERGI	182.9 m ²
VERÐ:	GLÆSILEGT RAÐHÚS Í LINDAHERFINU	
81.9M	GUNNLAUGUR 844 6447 OG ÚLFAR 788 9030	

OPIÐ HÚS SUNNUDAG KL. 14.00-14.30



📍 HRAUNBÆR 81 110 REYKJAVÍK

RAÐHÚS	7 HERBERGI	182 m ²
VERÐ:	RAÐHÚS Í FJÖLSKYLDUVÆNU HVERFI	
69.9M	GUNNLAUGUR 844 6447 OG ÚLFAR 788 9030	

OPIÐ HÚS SUNNUDAG KL. 16.00-16.30



📍 ÁSENDI 19 108 REYKJAVÍK

HÆÐ	6 HERBERGI	252.9m ²
VERÐ:	EFRI HÆÐ Í PRÍBÝLISHÚSI, AUKA ÍBÚÐ	
74.9M	GUNNLAUGUR 844 6447 OG ÚLFAR 788 9030	

OPIÐ HÚS FIMMTUDAG KL. 17.30-18.00



📍 SKIPHOLT 29 105 REYKJAVÍK

HÆÐ	5 HERBERGI	120.6 m ²
VERÐ:	FALLEG 5 HERB. ÍBÚÐ Á EFSTU HÆÐ.	
54.9M	ÚLFAR 788 9030 OG BÖRKUR 788 9030	

BÓKID SKOÐUN SÝNUM SAMDÆGURS



📍 RÁNARGATA 13 101 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS	5 HERBERGI	120 m ²
VERÐ:	GÓÐ BÚÐ MEÐ GARÐI OG SÉRBÝLASTÆÐI	
69.9M	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

BÓKID SKOÐUN SÝNUM SAMDÆGURS



📍 GNOÐARVOGUR 58 108 REYKJAVÍK

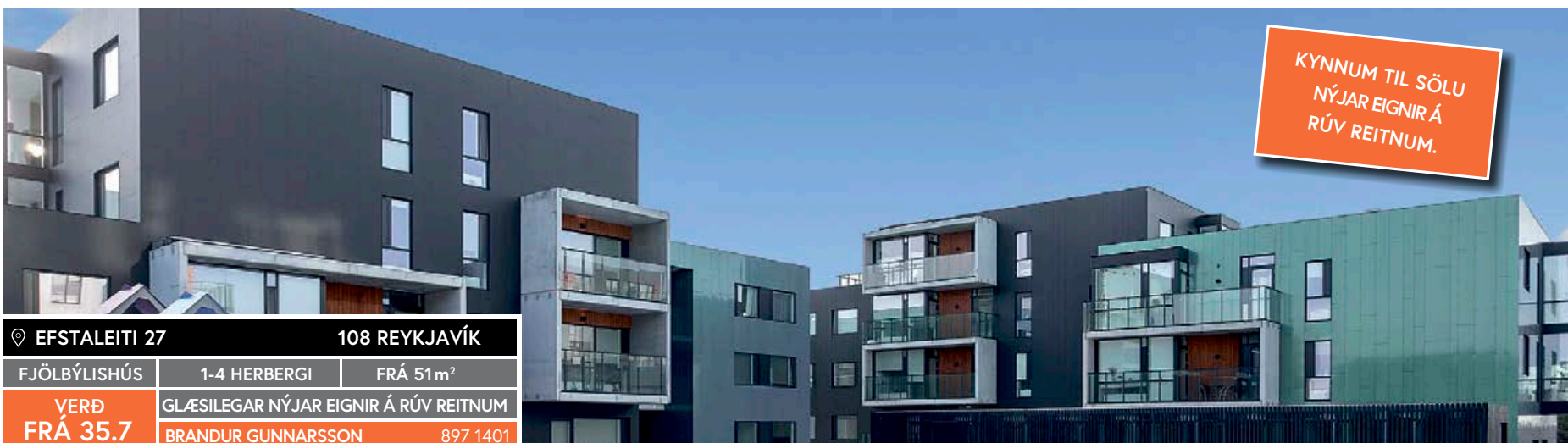
FJÖLBÝLISHÚS	5 HERBERGI	121.5m ²
VERÐ:	BJÖRT OG FALLEG ÚTSÝNISÍBÚÐ Á EFSTU HÆÐ	
62.9M	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882	

BÓKID SKOÐUN



📍 STARENGI 32 112 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS	3 HERBERGI	86.5 m ²
VERÐ:	FALLEG OG VEL STAÐSETT EIGN. FRÁBÆR FYRSTA EIGN	
42.9M	HÉDINN BIRNIR 848 4806	



KYNNUM TIL SÖLU NÝJAR EIGNIR Á RÚV REITNUM.

📍 EFSTALEITI 27 108 REYKJAVÍK

FJÖLBÝLISHÚS	1-4 HERBERGI	FRÁ 51m ²
VERÐ FRÁ	GLÆSILEGAR NÝJAR EIGNIR Á RÚV REITNUM	
35.7	BRANDUR GUNNARSSON 897 1401	

Getur verið að þú sért með migreni?

Mígreini er ein helsta ástæða þess að fólk missir úr vinnu, skóla og af félagslegum viðburðum, og hefur því mikil áhrif á lífsgæði. Mígreini er mjög algengt og er talið að um einn af hverjum tíu einstaklingum þjáist af migreni.

Mígreini einkennist af slæmum höfuðverkja-köstum, en hvert kast varir oft í nokkrar klukkustundir og í verstu tilvikunum getur það staðið yfir í nokkra daga. Algeng einkenni eru t.d. stingandi sársauki, oftast í öðrum helmingi höfuðsins, meltingarþægindi, t.d. ógleði og uppköst, og mikil ljós- og hljóðfælni. Sumir fá fyrirboðaeinkenni, svokallaða áru, við upphaf eða samhliða migreniköstum. Þetta geta t.d. verið sjóntruflanir, máltruflanir og dæði í andliti eða höndum. Fjöldi og alvarleiki migrenikasta er mjög mismunandi en algengt er að fólk fái um 1-2 köst á mánuði.

Áhyggjuefni að migreni er vangreint

„Mígreini er flókinn taugasjúkdómur sem skerðir lífsgæði fólks verulega og köstin eru oft það slæm að fólk þarf að vera rúmliggjandi meðan á migreninu stendur,“ segir Ólöf Þórhallsdóttir

lyfjafræðingur hjá Florealis.

Um 10% fólks er með migreni, en það er langalgengast hjá konum á aldrinum 18-45 ára en talið er að 20-25% kvenna á þessum aldri séu með migreni. Því miður er migreni stórlega vangreint, sem er áhyggjuefni, því migreni eykur líkur á alvarlegum sjúkdómum eins og heilablóðfalli og hjartaáföllum. Auk þess eru meiri líkur á að fólk með migreni þurfi að kljást við þunglyndi og kvíða.

Hvað veldur migreni?

Enginn veit fyrir vist hvað veldur migreni, en líklega stafar sjúkdómurinn af truflunum í tauga- og æðakerfi. Samkvæmt núverandi tilgátu veldur efnaójafnvægi í heilanum taugaspennum sem breiðist yfir stærra svæði, yfirleitt bara í öðru heilahvelinu. Þetta ferli virkjar sársaukanema í heilanum sem leiðir til losunar á bólgumiðlum. Bólgumiðlarnir valda svo frekari sársauka og þannig myndast víta-hringur sem viðheldur kastinu.



Ólöf Þórhallsdóttir lyfjafræðingur.

Mígreini er arfgengur sjúkdómur og mikill meirihluti þeirra sem eru með migreni hefur fjölskyldusögu um sjúkdóminn.

Fyrsta jurtafyllið til að fyrirbyggja migreni

Mígreini getur haft mikil áhrif á lífsgæði einstaklinga sem og fjölskyldur þeirra. Þessu fylgir að auki mikill kostnaður fyrir samfélagið í heild sinni.



Glitbrá (e. feverfew) hefur verið notuð til að fyrirbyggja migreni í yfir 30 ár.

„Því miður er engin lækning til við migreni og það sem hefur verið í boði er annars vegar að taka lyf þegar migreniköstin koma og hins vegar að nota lyfseðilsskyld lyf til að fyrirbyggja alvarlegt migreni. Auk þess reynir fólk ýmsar leiðir til að forðast hvers kyns áreiti sem getur komið kasti af stað,“ segir Ólöf.

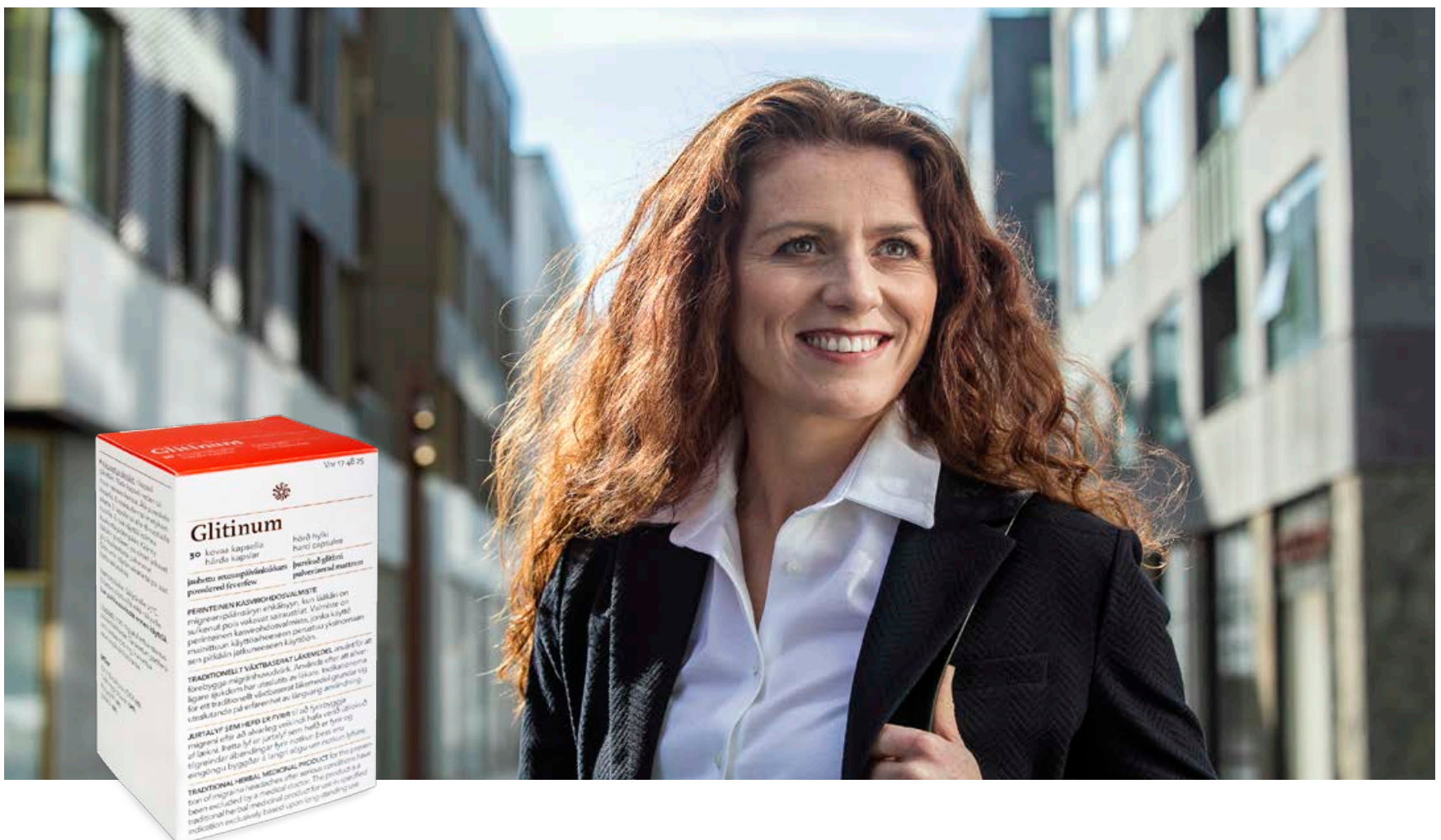
Nú er í boði fyrsta og eina viðurkennda meðferðin sem notuð er til að fyrirbyggja migreni og fæst án lyfseðils. Um er að ræða jurtafyllið Glitinum sem fæst í öllum apótekum og inniheldur jurtafyllið glitbrá (e. feverfew). Glitbrá er mikið rannsökuð og hefur verið notuð til að fyrirbyggja migreni í yfir 30 ár. Sem dæmi má nefna að Samtök amerískra taugalækna og Amerísku höfuðverkjasmáttökin mæla með notkun á glitbrá. Niðurstöður klínískra rannsókna á glitbrá benda til þess að

reglubundin notkun geti fækkað migreniköstum, en einnig geta köstin orðið vægari og styttri.

Gagnlegar upplýsingar

Glitinum er jurtafyllið sem hefur verið til að fyrirbyggja migreni, eftir að alvarleg veikindi hafa verið útilokuð af lækni. Tilgreinda ábendingin fyrir notkun þess er eingöngu byggð á langri sögu um notkun lyfsins. Notkun: 1 hylki á dag. Ekki ætlað yngri en 18 ára, þunguðum konum eða konum með barn á brjósti. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðil fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir.

Sjá nánari upplýsingar um lyfið á serlyfjaskra.is og florealis.is/glitinum



Nýr valkostur fyrir fólk með migreni!

Glitinum er jurtafyllið sem notað er fyrirbyggjandi við migreni. Lyfið er tekið að staðaldri til að draga úr tíðni migreniskasta. Glitinum inniheldur þurrkaða glitbrá (e. feverfew) sem hefur skráða notkun við migreni í yfir 30 ár. Fæst án lyfseðils í öllum apótekum.

Jurtafyllið sem hefur verið til að fyrirbyggja migreni eftir að alvarleg veikindi hafa verið útilokuð af lækni. Tilgreinda ábendingin fyrir notkun þess er eingöngu byggð á langri sögu um notkun lyfsins. Notkun: 1 hylki á dag. Ekki ætlað yngri en 18 ára, þunguðum konum eða konum með barn á brjósti. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðil fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á serlyfjaskra.is.



Það veitir ró og hvíld að leggjast í ilmandi freyðibað og jafnvel kíkja í skemmtilega bók sem er uppfull ævintýra og endurnærir hugann.



Heit súpa og samlokur eru æðislegt nesti í lautarferð.



Það er rómantískt að stíga dans heima í eldhúsi.



Það er fátt meira lokkandi en ilmur af bakstri þegar fjölskyldan er samankomin heima.



Ekkert toppar gláp yfir góðri bíómynd eins og nýpoppað popp og annað gotteri að maula með.

Heima er alltaf best

Á tímum kórónaveirunnar verður ósjálfrátt meira um heimahangs. Þá gefst tækifæri til góðra samverustunda.

- Þegar tíminn er nægur og ekkert hastar er ljúft að láta renna í ilmandi freyðibað og leyfa mjúku, heitu vatninu að losa um streitu, endurheimta orku og næra hugann með sætri angan og nærandi andrúmslofti.
- Heimilið er gríðastaður. Hreiðrið sem heldur utan um okkur, fjölskylduna og vini. Njóttu þess að kúpla þig út í friðsæld og ein-

veru, eða við skvaldur raddanna sem þú elskar, til að taka góða kríu eða hreiðra um þig í hvíld til að safna kröftum fyrir næstu vinnuviku.

- Hvað gerði fólk heima áður en sjónvarpsdagskrá stóð yfir frá morgni til kvölds og engar tölvur eða símar héldu því upp-teknu? Jú, það spilaði á spil og naut samverunnar í botn. Að

spila borðspil eða með hefðbundin spil sameinar fólk og skapar dýrmætar minningar.

- Það beinlínis tilheyrir í helgarfríum að baka eitthvað gómsætt með kaffinu og njóta bókunarilms sem fer um heimilið. Matur er mannsins megin og spennandi að velja nýja uppskrift sem gæti jafnvel endað í matreiðslubók fjölskyldunnar sem geymir

allar upphaldsuppskriftirnar.

- Húslestur var viðhafður á baðstofuloftum Íslendinga á árum áður. Því ekki að lesa upphátt góða sögu eða forvitnilegan fróðleik fyrir fjölskylduna og leyfa hverjum og einum að taka við lestrarkeflinu?
- Þegar nóg er komið af inniveru er tilvalið að taka saman teppi, heitt súkkulaði eða súpu á brúsa, eitthvað gott að maula og finna sér kyrrlátan stað úti í náttúrunni til að vera saman og anda að sér frísklegu vetrarloftinu.
- Í notalegu innihangsi er tilvalið að tala meira saman, kynnast betur og rifja upp skemmtilegar sögur og minningar úr ævi fjöl-

skyldunnar. Oft eru þetta sögur sem eru sagðar aftur og aftur en þá er sniðug fyrirhyggja að taka þær upp og eiga eins og myndir í albúmi seinna meir.

- Þegar kvöldar er fátt eins kósi og að horfa saman á góða bíómynd. Hægt er að velja ákveðið bíópema eins og myndir ákveðins leikstjóra, Óskarsverðlaunamyndir, speismyndir eða framandi, útlenskar myndir. Poppa og hafa það eins huggulegt og hugsast getur.
- Á laugardegi heima við er við-eigandi að dansa svolítið, leyfa hverjum og einum að spila upphaldsdanslagið sitt og jafnvel sinna tónlistaruppeldi með því að hlusta á sitt hvað gamalt og gott.

LÍFRÆN VOTTUN

Fréttablaðið vinnur í samstarfi við Vottunarstofuna Tún að sérblaði. Blaðið mun innihalda alls kyns fróðleik um lífrænar afurðir, ásamt viðtölum og umfjöllunum. Blaðið kemur út 13. mars nk.

Vertu viss um að tryggja þér gott auglýsingapláss í langmest lesna blaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir

Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 550 5654 / jonivar@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

TILBOÐ HJÁ ÍSLANDSHÓTELUM

Grand
HÓTEL
REYKJAVÍK

GÆÐASTUND Á GRAND

Gisting fyrir tvo í Tower View herbergi
á Grand Hótel Reykjavík
Morgunverðarhlaðborð
Tveggja rétta kvöldverður á Grand Brasserie
Aðgangur fyrir tvo í Reykjavík Spa

Bókaðu í síma 514 8000
eða info@grand.is

Tilboðsverð: 29.900 kr.

ÖLL TILBOÐIN
ER HÆGT AÐ FÁ
SEM GJAFABRÉF

Rómantík Í REYKHOLTI

Gisting fyrir tvo með morgunmat á
Fosshótel Reykholti, tveggja rétta
kvöldverði og aðgangi í Krauma

Bókaðu í síma 435 1260
eða reykholt@fosshotel.is

FOSSHOTEL
REYKHOLT

KRAUMA

Einstakt
tilboð
fyrir tvo
29.900 kr.

Huggó á Húsavík

sjóböð og slökun

Gisting fyrir tvo
með morgunmat á
Fosshótel Húsavík,
tveggja rétta kvöldverði
og aðgangi í
GeoSea sjóböðin

Tilboð
fyrir tvo á
25.900 kr.

FOSSHOTEL
HÚSAVÍK

Bókaðu í síma 464 1220 eða husavik@fosshotel.is

Reykjavíkurnætur

Á FOSSHÓTEL REYKJAVÍK

Gisting í standard herbergi á Fosshótel Reykjavík
ásamt brunch hlaðborði á **Haust Restaurant**
fyrir tvo og að auki frítt bílastæði í bílastæðahúsi.

Bókist í gegnum netfangið
res.reykjavik@fosshotel.is
eða á vefnum islandshotel.is/tilbod

FOSSHOTEL
REYKJAVÍK

FOSSHOTEL

Grand
HÓTEL
REYKJAVÍK

HÓTEL
REYKJAVÍK
CENTRUM

Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi er opin alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

KRÓKUR

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bílauppbod.is er uppbodsvetur 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

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir. Upplýsingar í síma 868-2055

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

Bókhaldsþjónusta, vsk, laun, Innheimta. Áralöng reynsla. AKB bókhald s. 856-6749

Málarar

REGNBOGALITIR EHF.

Alhliða málingarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna löggilttra fagmanna. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Málingarþjónusta S: 782-6034.

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímaþvinnu. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

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

Húsviðhald

PROSTONE

- » Smíðavinna
- » Múrvinna
- » Málingarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780

prostone@prostone.is

FLÍSLAGNIR - 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

Rúnar múrari

Múrari tekur að sér tröppuviðgerðir sem og allt almennt viðhald fasteigna. s. 780 2838.

NULL

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagning og trésmíði. S. 616 1569

Nudd

NUDD - NUDD

Úrvals nudd alla daga frá 14:30-22:00 í miðbæ Kópavogs, sími 888 6618 og 788 6609 Elisabet.

Skemmtanir

Bingóleiga
bingospil.is

Trésmíði

TRÉSMÍÐUR

tekur að sér stór og smá verk sanngjarnt verð s 8924624 net sjgverktakar@gmail.com

Önnur þjónusta

Spámaður les í myndir af lifandi eða dauðum. uppl. sími: 776-4111.

Keypt & Selt

Til sölu



Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Skólar & Námskeið

Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Start/Byrja: 9/3, 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 dags/ daga. 2-4 students/ nem. AM & PM/ fh & eh. Price/Verð: 49.500.- Labour unions pay back 75-90 % of course price/Stéttafélög endurgreiða 75-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans.is - facebook.com/iceschool. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 8981175 / 5571155

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU 2JA HERB ÍBÚÐ ,30 FM.

Vönduð íbúð/bílsk í Kóp á Kársnesi.

Nýtt parket, nýleg þvottavél, hiti í gólfi að hluta, eitt hvað af húsgögnum.

Leigist aðeins EINSTAKLINGI sem er skilvirkur, reglusamur, reykt og gæludýralaus.

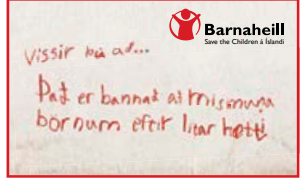
90 þ + 1 mánuður fyrirfram.

Uppl í s: 6937334 og Ruddivik@gmail.com

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

Parftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is



Þjónusta



Við erum á fullu að bóka fyrir 2020 getum komið og gert tilboð og veitt ráðgjöf að kostnaðalaus



Hægt er að hafa samband í email: ejbygg94@gmail.com



EJ BYGG

Nýbyggingar • Viðhald • Hellulagnir • Pallasmíði

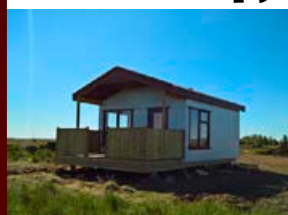
Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Stangveiðimenn/konur athugið

Námskeið í fluguköstum hefst sunnudaginn 8. mars í TBR húsinu, Gnoðarvogi 1, kl. 20:00. Kennst verður 8, 15, 22 og 29 mars. Námskeiðin eru þessir fjórir sunnudagar. Við leggjum til stangir, skráning á staðnum, gegn greiðslu. Tökum greiðslukort. Mætið tímanlega, munið eftir inniskóm. Verð 18.000 kr en 16.000 kr til félagsmanna. Uppl. í s. 894 2865 Gísli . KKR, SVFR & SVH

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

VP Múrari ehf

Flísalögn, múrviðgerðir og alhliða málingarvinna innan og utanhús. Parketlagn og fleira.

Leitaðu verðtilboða þér að kostnaðarlausu

Sími 766-3597 - vpmurari@gmail.com

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 uppl: reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

worknorth.is
WORK NORTH
HÚSARIF • JARÐVEGSVINNA
STEYPUSÖGUN • KJARNABORUN • MÚRBROT
Sími. 852-5804 | 852-5808 | worknorth@simnet.is

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞARFTU 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

Til sölu

Skemmtanir



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

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

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

Parftu
að ráða?

ráðum
ráðningarstofa

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

80's DISCO SHOW

LAUGARDAG KL: 23.45
Miðaverð: **1.500 kr.** eftir kl 22:30

CATALINA
CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR
Best geymda leyndarmál Kópavogs

SÍMI 554 2166 • HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR

Skemmtanir

Sunnarvindur



JÓN ÞORSTEINN REYNISSON



GRÉTAR ÖRVARSSON



ÞÓRHILDUR ÖRVARSDÓTTIR



KARL ÖRVARSSON

Eftirlaetislög
ÖRVARSS KRISTJÁNSSONAR
harmónikkuleikara

TÓNLEIKAR Í SALNUM SUMARDAGINN FYRSTA 23. APRÍL
HLJÓMSVEIT UNDIR STJÓRN GRÉTARS ÖRVARSSONAR

**EINSTAKUR
VIÐBURÐUR!**

MIÐASALA Í SALNUM KÓPAVOGI, Í SÍMA 441-7500 OG Á WWW.TIX.IS



plettac
distribution

SJÁUMST Á VERK OG VIT
12. - 15. MARS 2020

Plettac vinnupallar
- Protekt fallvarnarbúnaður
Öruggar lausnir

VINNUPALLAR EHF

Smíðsbúð 10, 210 Garðabæ - s. 787 9933
vpallar@vpallar.is - www.vpallar.is

Capacent

Nýtt!

Capacent flokkun

Sparar **tíma** og fyrirhöfn!



Alfred

BÍLA | 5-8 MARS ÚTSALA

12
MÁNAÐA
ÁBYRGÐ OG
ÁSTANDSSKOÐUN
FRÁ FRUMHERJA



Bílar með 12 mánaða ábyrgð á einstaklega hagstæðu verði. Góðir bílar sem hafa verið undir ströngu gæðaeftirliti og ávallt fengið reglulegt viðhald og þjónustu. Vottaðir bílar sem hafa farið í gegnum ástandsskoðun hjá Frumherja. Við bjóðum einnig lægri lántökugjöld. **Komdu við í bílajakjarnanum Eirhöfða og kíktu á úrvalið.**

NOKKUR VERÐDÆMI

KIA PICANTO X
ÁRGERÐIR 2018

VERÐ FRÁ: 990.000 KR.

RENAULT CLIO
ÁRGERÐIR 2017

VERÐ FRÁ: 750.000 KR.

TOYOTA YARIS
ÁRGERÐIR 2018

VERÐ FRÁ: 1.490.000 KR.

KIA RIO EX
ÁRGERÐIR 2018

VERÐ FRÁ: 1.650.000 KR.

KIA CEED LX
ÁRGERÐIR 2018

VERÐ FRÁ: 1.790.000 KR.

KIA SPORTAGE
ÁRGERÐIR 2017 - 2018

VERÐ FRÁ: 1.990.000 KR.

TOYOTA LAND CRUISER
ÁRGERÐIR 2017

VERÐ FRÁ: 4.990.000 KR.



UB ÚRVALSBÍLAR

NÝJA BÍLAHÖLLIN

BÍLAKJARNANUM
EIRHÖFÐA

110
REYKJAVÍK

SÍMI
567 2277

VEFSÍÐA
URVALSBILAR.IS

OPIÐ UM HELGINA - LAUGARDAG
OG SUNNUDAG FRÁ 12:00 TIL 17:00

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

Opið hús laugardaginn 7. mars kl. 13:00-13:30



bergthora@domusnova.is Verð: 89.700.000

Nesbali 80 - Seltjarnarnesi

Stærð 158,3 fm - Suðurlundur - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Bergþóra lgf. í síma 895 3868

Opið hús sunnudaginn 8. mars kl. 14:00-14:30



elka@domusnova.is Verð: 94.900.000

Bæjargil 120 - Garðabæ

Stærð 199 fm - 4 svefnherb. - 2 baðherb. - Bílskúr
Allar upplýsingar veitir Elka lgf. í síma 863 8813



olafur@domusnova.is Verð: 77.400.000

Tindafliot 16 - Akranes

Stærð 221,4 fm - 4.svefnherb - 2 baðherb. - Stór bílskúr
Allar upplýsingar veitir Ólafur lgf. í síma 820 0303



olafur@domusnova.is Verð: 26.000.000

Birkirjóður 5 - Húsafell

Stærð 49,5 fm + svefnloft - Eignarlóð
Allar upplýsingar veitir Ólafur lgf. í síma 820 0303



agnar@domusnova.is Verð: 95.000.000

Auðbrekka 21 - Kópavogi

Stærð 398,7 fm - Til sölu/leigu - Gott útipláss - Jarðhæð
Allar upplýsingar veitir Agnar lgf. í síma 820 1002



agnar@domusnova.is Verð: 39.9-87.900.000

Dalbrekka 2-14 - Kópavogi

Stærðir 64 fm - 140 fm - Stæði í bílageymslu - fáar íbúðir eftir
Allar upplýsingar veitir Agnar lgf. í síma 820 1002



oc@domusnova.is Verð: 99.000.000

Perlukór 1 - Kópavogi

Stærð 255 fm - Efsta hæð - Þakvalir
Allar upplýsingar veitir Oscar lgf. í síma 861 8466



hrafnkell@domusnova.is Verð: 54.900.000

Bæjarlind 5 - Kópavogi

Stærð 87,6 fm - Sérafnotarreitur - Tæki fylgja með
Allar upplýsingar veitir Hrafnkell P. H. lgf. í síma 690 8236



DOMUSNOVA

Fasteignasala

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

Björk
Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Þessa dagana er nýjasta verk Mariu Reyndal, Er ég mamma mín? sýnt í Borgarleikhúsinu en áður hefur María vakið athygli og unnið til verðlauna, annars vegar fyrir sjónvarpsþættina Mannasiði sem veltu upp margvislegum spurningum um það hvernig nærumhverfið tekur á nauðgunarkæru. Hins vegar fyrir leikverkið Sóley Rós ræstitæknir, sem byggt er á viðtölum við norðlenska hvunnungshetju.

María segist hafa fengið mikil persónuleg viðbrögð við sýningunni Er ég mamma mín? sem að miklu leyti er byggð á lífshlaupi hennar eigin móður sem nú er á níræðisaldri, þó að höfundur taki sér jafnframt skáldaleyfi. „Ég er sífellt að fá skilaboð frá fólki sem tengir við mína fjölskyldusögu,“ segir María og sýnir mér dæmi í símanum sínum.

Öll verk Mariu eru persónulegar samfélagssögur sem gerast meira og minna í nútímanum. „Mér finnst þær sögur einfaldlega mest spennandi og það er afsvo mörgu að taka.“

„Verkið Sóley Rós var unnið upp úr sögu konu að norðan en er jafnframt ádeila á heilbrigðiskerfi okkar. Söguhetjan, skúringakona að norðan, sem er ekki með háan að norðan, sem er ekki með háan ytri status þó að hún sé með háan innri status, er send í sjúkraflugi til Reykjavíkur og er látin bíða þar í tíu daga þar til ófætt barn hennar deyr. Það er ekki hlustað á hana þó að hún hafi hrópað á hjálp og mögulega hefði verið hægt að bjarga lífi barnsins. Mér fannst þetta spennandi saga að segja, spyrja spurninga eins og hver á líkama konunnar? Vita lækna alltaf best? og svo framvegis,“ útskýrir María sem skrifaði verkið ásamt Sólveigu Guðmundsdóttur en hún og Sveinn Ólafur Gunnarsson hafa unnið að öllum þremur verkunum í sameiningu.

Þorsti í skilning drifkrafturinn

María segir sinn eigin þorsta í skilning og þroska vera drifkraftinn í verkunum. „Í þessu tilfelli langaði mig að skoða hvort það væri virkilega þannig að ekki væri hlustað á konur í þessari stöðu en það eigum við mjög nýleg dæmi um. Svipað var uppi á teningnum með Mannasiði, mig langaði að skoða af hverju þetta pikkles er í gangi þegar kemur að nauðgunarmálum. Þetta er ofboðslega flókinn málaflökkur en mig langaði að skilja hvers vegna öll þessi tabú eru í kringum hann og hvers vegna við sem samfélag komumst ekki áfram þegar að honum kemur.“

Í Mannasiðum segir María sögu hins meinta geranda og fjölskyldu hans. „Mér þótti það áhugaverðara enda erum við oft búin að heyra hina söguna. Ég fékk auðvitað gagnrýni fyrir að ljá honum rödd en það var það sem ég vildi, mig langar að við sem samfélag skiljum hvernig drengir geta lent í þessari aðstöðu. Í stað þess að umræðan sé tabú getum við skoðað hvað veldur og hvað gerist. Það eru ekki allir gerendur skrimslí. Þetta er ekki svona svart – hvítt. Góðir strákar nauðga líka.“

María viðurkennir að hafa búist við miklum viðbrögðum enda vissi hún að hún væri á gráu svæði. „Það sama gilti um verkið Sóley Rós enda heitt málefni sem varðar marga. Maður er aðeins að hreyfa við og það er það sem mér finnst spennandi, að vera svolítið hugaður. Svo núna segi ég persónulega sögu sem er mjög mikið byggð á mínu lífi og minni æsku.“

Konur með allt í fanginu

Verk Mariu eru byggð á raunverulegum atburðum en Sóley Rós og Mannasiðir eru bæði byggð á viðtölum en í þetta skiptið er reynslan, eins og fyrr segir, á eigin skinni.

Framhald á síðu 34 ►



Nýjasta verk sitt Er ég mamma mín? byggir María að miklu leyti á eigin minningum úr uppvextinum þegar móðir hennar, þá 53 ára gömul, leggur niður störf á heimilinu og skráir sig til náms í menntaskóla með þeim afleiðingum að hún verður einstæð móðir með þrjú börn.. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Mamma sagði upp húsmóðurhlutverkinu

Leikstjórinn og handritshöfundurinn **María Reyndal** hefur vakið mikla athygli fyrir samtímaverk. Það nýjasta er innblásið af hennar eigin móður sem sagði upp húsmóðurhlutverkinu rúmlega fimmtug. Það olli eins konar styrjöld á heimilinu og loks hjónaskilnaði.

2 fyrir 1 Á ALLAR BROTTFARIR Í MARS

Tenerife & Gran Canaria

2fyrir1 af flugsætum og flugsætum í pakkaferðum

Flug frá kr.
39.950

báðar leiðir m/ tösku



Verð frá kr.

79.995



© 2019 Heimsferðir. All rights reserved. Allur átt er gætt. Breytt af fyrirséðum.

BÓKAÐU SÓL
ALLUR PAKKINN

Íslensk fararstjórn,
taska og handfarangur
innifalið.

595 1000 • **Bókaðu þína ferð á** heimsferdir.is

 **Heimsferðir**
-fáðu meira út úr fríinu



Verk Mariu eru persónulegar samfélagssögur sem gerast að mestu í nútímanum. „Mér finnst þær sögur einfaldlega mest spennandi og það er af svo mörgu að taka.“ FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Framhald af síðu 35 ◀

„Foreldrar mínir eru fæddir árin 1931 og 1932, faðir minn er fallinn frá og mamma er að verða níu. Í þeirra hjónabandi voru hlutverk húsmóðurinnar og húsbóndans mjög fast skorðuð framan af.“

Í kjölfar kvennabyltingarinnar á áttunda áratugnum verða þó kaflaskil í fjölskyldu Mariu, þegar móðir hennar, sem þá er rúmlega fimmtug, leggur niður störf innan veggja heimilisins og verður virkur þátttakandi í félagsstörfum og skráir sig til náms í menntaskóla.

„Foreldrar mínir voru ihalddsamir fólk og mamma var ekki raunverulegur þátttakandi í byltingunni sem þó hafði svo mikil áhrif á hana. Breytingarnar sem áttu sér stað í samfélaginu höfðu mikil áhrif á þessa litlu fjölskyldu en pabbi þoldi ekki þær miklu breytingar sem mamma vildi og það olli hjónaskilnaði.“

Titill verksins Er ég mamma mín? vísar í það hvernig við á endanum endurspegulum svo margt frá foreldrum okkar en jafnframt segist María vera að skoða stöðu kvenna í dag og hvað við séum að gera við frelsið sem mæður okkar börðust fyrir. „Við erum að mörgu leyti enn hlaupandi á hamsturshjöli og höfum ekki náð almennilega jafnvægi. Miðað við það sem ég heyri á konum í kringum mig þá hafa karlarnir það bara ágætt á meðan þær eru með alla bolta á lofti. Ábyrgðin á fjölskyldunni og heimilinu hvílir enn meira á konum en körlum. Við erum komnar með allt í fangið og ég er að velta þessu svolitíð upp í verkinu. Nær konan í verkinu að þroskast áfram eða verður hún mamma sín?“

Gaf skít í þetta allt saman

María lýsir móður sinni sem mikilli fyrirmyndarhúsmóður og segir frá því hvernig hún hafi sérsamað



María ásamt móður sinni, Sjöfn Sigurjónsdóttur, sem hún segir alltaf hafa verið hennar fremsti stuðningsmaður og hvatt hana til að nýta tækifærin.



ÞAD ERU EKKI ALLIR

GERENDUR SKRÍMSLI.

PETTA ER EKKI SVONA

SVART – HVÍTT. GÓDIR

STRÁKAR NAUÐGA LÍKA.

fatnað á dóttur sína og haldið fyrirmyndarheimili. „En svo fór hún bara í verkfall og gaf skít í þetta allt saman og það olli smá styrjöld á heimilinu.“

María var 13 ára gömul árið 1983 þegar foreldrar hennar skildu. „Það var staðið allt öðruvísi að skilnuðum þá. Maður tók svolitíð mikið þátt en hugmyndir um það að hlífa börnum við slíku voru hreinlega ekki komnar fram.“

María segist hafa misst samband við pabba sinn um tíma en það hafi verið hans ákvörðun að binda enda á hjónabandið. „Hún hefði aldrei ákveðið að skilja. Hann fór. Enda var í raun ekki mikið pláss fyrir hann á heimilinu lengur. Hún var komin í nám í menntaskóla, farin að styrkja sig í félagsamtökum og svo framvegis. Hann náði ekki að breytast með bylgjunni og fór þannig lagad verst út úr þessu. Hann missti fjölskylduna sína og varð einstæðingur. Þau voru bæði að leika ákveðin hlutverk en svo hætti hún að leika sitt hlutverk og hann vissi ekki hvernig hann ætti að takast á við það.“

Eftir skilnaðinn hélt móðir Mariu ein heimili með börnin þrjú. „Hún



HANN NÁÐI EKKI AÐ

BREYTAST MEÐ BYLGJ-

UNNI OG FÓR ÞANNIG

LAGAÐ VERST ÚT ÚR

ÞESSU. HANN MISSTI

FJÖLSKYLDUNA SÍNA OG

VARÐ EINSTÆÐINGUR.

sem einstæð móðir með þrjú börn gat þannig ekki haldið áfram í sinni sjálfsstyrkingu og þroska heldur þurfti að fara út á vinnuarkaðinn. Það er svo oft þannig að þeir sem ryðja veginn uppskera ekki sjálfir heldur næsta kynslóð á eftir. Hún vann í banka og skóbúð til að sjá fyrir okkur og þó að hún léti okkur börnin ekki finna fyrir því þá var þetta mjög erfitt enda vann hún myrkranna á milli. Skilnaðurinn var líka algjört skipbrot fyrir hana þó hún hafi átt að hafa áhrif inn á heimilinu.“

Ekki bara sagan okkar

„Ástæðan fyrir því að mig langaði að setja þetta í verk er að ég held að þetta sé ekki bara sagan okkar – þetta er samfélagssaga, um það hvernig svona miklar breytingar hafa áhrif inn á heimilinu.“

Aðspurð segist María hafa fundið sterkt fyrir nálægð föður síns heitins á meðan á vinnunni við verkið

hafi staðið. Hún kemst við þegar hún ræðir þá tilfinningu: „Það er erfitt að vera með ákveðnar hugmyndir um það hvernig maður á að vera og hafa ekki getu til að aðlagast og breytast,“ segir hún og tárin eru ekki langt undan. „Hugmyndir hans eru mikið til byggðar á ótta og við fáum að sjá hans tap. Það er auðvelt að afskrifa svona karla sem eru ekki með réttu skodanirnar en auðvitað eru þeir líka afsprengr síns tíma. Pabbi var mjög viðkvæm manneskja en það var ekkert pláss fyrir þá viðkvæmni enda átti hann að vera harður. Það er það sem ég fæ tárin í augun yfir, hversu takmarkað og ónærindi hans hlutverk var í raun og veru.“

Grátbroslegt og sorglegt

María segir verkefnið hafa verið ákveðna heilun fyrir sig og að hún sé viss um að þannig sé því farið með fleiri. „Það er óvanalega mikil þátttaka áhorfenda í verkinu, þeir eru mikið með og hlustunin góð og fólk á það jafnvel til að tala inn í sýninguna. Þó að sagan sé að mörgu leyti grátbrosleg er hún líka sorgleg og flestir geta tengt við eitthvað úr sinni fjölskyldu og fundið til með þessu fólki sem hafði ekki færnina til að vinna í sínum málum.“

Það er oft á dag sem ég segi eitthvað sem er augljóslega frá mömmu minni og eitt af því sem ég er að velta upp er hvernig við getum brotið upp myndstur og skoðað hvað við viljum bera áfram til okkar barna og hvað ekki. Það er mikilvægt að skoða það hvort maður er mamma sín – eða jafnvel pabbi sinn – hvert er maður að stefna og hvað vill maður sjálfur? Vill maður eyða lífinu í að djöggla öllu eða getum við fundið jafnvægi? Gagnrýni og sjálfskoðun er spennandi og að skoða það hvert við konur erum komnar í dag. Viljum við gera allt? Ég er ekki viss um að það sé hin sanna hamingja.“



NJÓTTU NÁTTÚRULEGRA
AUGNABLIKA LÍFSINS.



NÝTT
NATURALLY GOOD
INNIHELDUR **LÍFRÆNT ALOE VERA**
FYRIR NÁTTÚRULEGAN LJÓMA



100% ENDURNÝTANLEGAR PAKKNINGAR



NÁTTÚRULEGASTA UMÖNNUNIN OKKAR



99% NÁTTÚRULEG INNIHALDSEFNI

LEIKVANGURINN

Benedikt Bóas
Hinriksson
benediktboas@frettabladid.is



Eric Cantona

Íslandsvinurinn stökk upp í stúku með einhverju frægasta kung fú sparki allra tíma og beint á áhorfanda sem hafði verið að móðga hann. Hann vann fjóra titla með Manchester United og var einn mikilvægasti hlekkur í liði Sir Alex Ferguson. Þegar hann var spurður hver væri hans stoltasta stund í búningi félagsins var svarið: „Ég átti margar góðar stundir en ætli það sé ekki þegar ég sparkaði í vitleysinginn.“

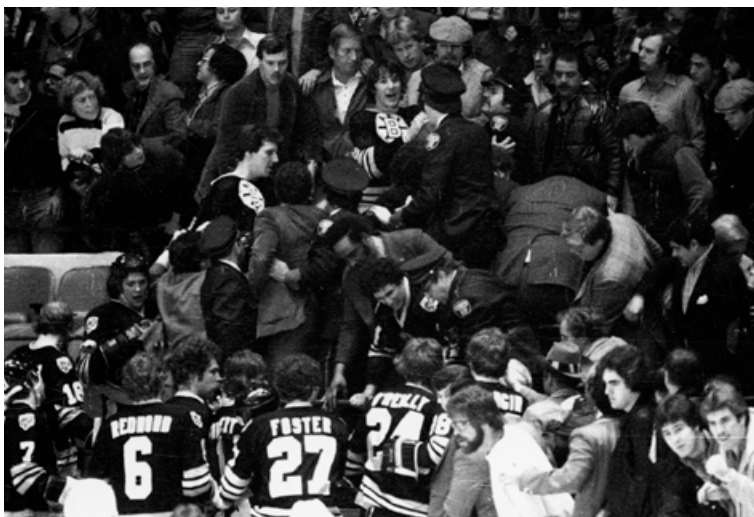
Í ár eru 25 ár liðin síðan Cantona sveif um Shelhurst Park með takkana á undan sér og endaði á Matthew Simmons sem hafði hlaupið niður að hliðarlinu til að henda í einhver misgáfuleg orð. Cantona fékk þungan dóm en flestir studdu hann og neikvæðnin var lítil. Ian Wright sagðist til dæmis öfunda Cantona af að hafa gert þetta. Hann missti enga styrktaraðila og þótt hann hafi beðist afsökunar á sínum tíma, sem einnig var stórkostleg stund, þá vissu allir að hann sá ekki neitt eftir þessum gjörðum sínum.



Eric Cantona sér Simmons hrópa og kalla niðrandi orð til sín og örskömmu síðar var hann kominn upp í stúku með takkana á undan sér. MYNDIR/GETTY

Stokkið upp í stúku til að slást

Eric Dier hljóp upp í stúku eftir leikinn gegn Norwich í vikunni til að ræða við stuðningsmann. Hann er alls ekki sá fyrsti sem hefur gert slíkt. Fréttablaðið rifjar upp önnur slík atvik þar sem illa fór.



Mike Milbury og félagar komnir upp í stúku í Madison Square Garden.



Patrice Evra nýbúinn að sparka í sinn eigin stuðningsmann.

um hvers vegna Dier stökk upp í stúku en svo virðist vera að bróðir hans hafi verið í vesni og hann hafi viljað bjarga honum. „Ég tel að Eric Dier hafi gert eitthvað sem atvinnumenn mega ekki gera en í þessum aðstæðum er þetta eitthvað sem við myndum allir gera,“ sagði Jose Mourinho, knattspyrnustjóri Tottenham, eftir leik.



Ron Artest

Malice at the Palace kalla Bandaríkjamenn slagsmálin sem áttu sér stað fyrir 16 árum þegar Ron Artest, sem kallar sig núna Metta World Peace, óð upp í stúku með hnefana á lofti. Alls fengu níu leikmenn samtals 146 leikja bann og 11 milljónir dollara í sekt. Ron Artest fékk þyngsta dóminn eða 86 leiki.

Undanfarinn var að trölllið Ben Wallace var á leiðinni upp í sniðskot þegar Artest kom aftan að honum og braut harkalega á honum. Slagsmál brutust út meðal leikmanna, sem voru þó fljótlega stoppuð. Artest lagðist á ritaraborðið og hugðist hvíla sig en stuðningsmaður henti nánast fullu bjúglasi í hann. Það fór illa í kappann sem tók á rás upp stígana og beint í áhorfandann. Leikmenn komu á eftir Artest og slagsmálin vörðu í nokkrar mínútur. Aðeins mínúta var eftir af leiknum þegar Artest braut á Wallace.

Artest hljóp beint í fangið á manni sem hann hélt að hefði hent glasinu en það var ekki svo. Sá var saklaus af kastinu en fimm rifbein brotnuðu og hann fékk stóran skurð á höfuðið í hama-ganginum. William Paulson, sem var áhorfandi á leiknum, fékk einnig þungt högg beint á kjammann eins og nokkrir aðrir. Slagsmálin eru enn sögð þau verstu í sögu NBA-deildarinnar.



Reggie Smith

Eftir að hafa verið móðgaður nánast linnulítið í sex lotur í leik árið 1981 var Smith, sem var leikmaður Los Angeles Dodgers, nóg boðið og óð upp í stúku þar sem hann tókst á við rúmlega tveggja metra rum og kúldi hann kaldan. Áhorfendur blönduðu sér fljótt í slagsmálin sem og samherjar Smiths. Hann var að lokum dreginn burt og rekinn af velli. Átta stuðningsmenn voru einnig kærðir en stuðningsmaðurinn talaði snemma um að stefna Smith. Hann hætti þó við.



Vernon Maxwell

Bakvörðurinn knái gjörsamlega missti sig eitt sinn þegar áhorfandi, Steve George, fór að gera grin að eiginkonu hans sem hafði misst föstur. Maxwell óð upp í stúku þar sem hann þrumaði krepptum hnefa beint í andlitið á George sem kjálkbrotnaði. Maxwell var dæmdur í 10 leikja bann og borgaði 20 þúsund dollara sekt með glöðu geði.

Mike Milbury

Milbury spilaði allan sinn feril með Boston Bruins og þótti nokkuð góður. Hans verður þó alltaf minnst fyrir að hafa hoppað upp í stúku árið 1979 og elt tvo samherja sína til að berja stuðningsmann sem hafði blóðgað samherja þeirra með leikskrá. Milbury náði í skottið á honum, klæddi hann úr skónum og þrumaði í andlitið á honum. Hann fékk sex leikja bann fyrir sinn þátt í slagsmálunum.

Patrice Evra

Fransmaðurinn geðþekki var eitthvað illa fyrir kallaður þegar hann gekk að stuðningsmanni Marseille, sem Evra var að spila fyrir, og sparkaði í höfuðið á honum. Stuðningsmaðurinn hafði verið að gera grin að upphitun Evra sem var ekki sáttur og lét einfaldlega vaða. Marseille rifti samningi sínum við Evra og var hann sektaður um 10 þúsund evrur. UEFA setti hann í sjö mánaða bann.

Eric Dier

Eftir leik Tottenham og Norwich í enska bikarnum óð Eric Dier upp í stúku til að ræða við stuðningsmann. Hann lét engin högg eða spörk dynja á kappanum enda virðist hann ekki hafa náð í skottið á kvikindinu. Eitthvað er á huldu



Gleðilega



ega páska

Gleðilega páska



Gleðilega páska

Síriús páskaegg fyrir alla sækera

Ómótstæðilegu Síriús páskaegginn eru tilbúin. Hvort sem það er rjómasjúkkulaði með ljúffengu kremkexi, trufluðum Tromp bitum eða sjúklegum saltlakkrísflögum þá er enginn vafi að þú finnur eitthvað við þitt hæfi. Þú einfaldlega verður bara að prófa til að sannfærast.



NÓÍ SÍRÍÚS



COCOA
HORIZONS

TÍMAMÓT



Okkar ástkæri

Aðalsteinn Viðar Júlíusson
(Alli)

byggingataekniþráðingur,
Stuðlaseli 18, Reykjavík,

lést þriðjudaginn 3. mars á líknardeild LSH í Kópavogi. Útför Aðalsteins fer fram þriðjudaginn 17. mars frá Seljakirkju kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnst hans er bent á Ljósið, endurhæfingu fyrir krabbameinsgreinda.

Margrét Björk Andrésdóttir
Anna Aðalsteinsdóttir **Auðrún Aðalsteinsdóttir**
Ólóf Adda, Sigurður Rúnar og Hildur Björns,
Bjarki Már og Hildur Bára
og barnabörn.



Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Ásta Albertsdóttir

dvalarheimilinu Höfða, Akranesi,

lést sunnudaginn 1. mars.
Útförin fer fram frá Akranesarkirkju þriðjudaginn 10. mars klukkan 13.00. Þeim sem vilja minnst hennar er bent á dvalarheimilið Höfða, Akranesi.

Kristín Einarsdóttir
Kristinn Nikulás Einarsson **Guðbjörg Guðbjartsdóttir**
Ásta María Einarsdóttir **Sigurður Björn Þórðarson**
Albert Pétur Einarsson **Alína Leikvoll**
barnabörn og barnabarnabörn.



Elsku faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Bjarni Júlíusson

lést á dvalarheimilinu Seljahlið 1. mars. Útför verður frá Seljakirkju mánudaginn 16. mars kl. 13. Hugheilar þakkir til starfsfólksins í Seljahlið fyrir einstaka umönnun og alúð um árabíl.

Margrét G. Guðmundsdóttir **Guðmundur Óli Þórðarson**
Ingibjörg Bjarnadóttir **Haukur Ólafsson**
Skúli Bjarnason **Sigríður Lilly Baldursdóttir**
Bjarni Bjarnason **Svanhildur Kr. Sverrisdóttir**



Elsku mamma okkar, tengdamamma,
amma og langamma,

Guðmunda S. Sveinsdóttir

frá Núpi, Vestur-Eyjafjallahreppi,
síðast til heimilis í
Stífluseli 16, Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir fimmtudaginn 27. febrúar. Útför hennar fer fram frá Seljakirkju þriðjudaginn 10. mars klukkan 13. Hugheilar þakkir sendum við til starfsfólks Eirar fyrir hlýju og góða umönnun.

Ólóf Ólafsdóttir **Þormar Grétar Karlsson**
Guðbjörg M. Ólafsdóttir **Jón Haukur Valsson**
Svanhildur Ólafsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Þökkum innilega samúð og hlýhug
við andlát og útför elskulegrar
móður okkar, tengdamóður, ömmu,
langömmu og langalangömmu,

Sigríður Bennýjar
Eiríksdóttir

Sérstakar þakkir til starfsfólks Mánateigs
á Hrafnistu fyrir umhyggju og hlýju í garð Sigríðar.

Eiríkur Gunnarsson **Valgerður Stefánsdóttir**
Trausti Gunnarsson **Berglind Rut Sveinsdóttir**
Hildur Gunnarsdóttir **Guðjón Pétur Ólafsson**
Ragnheiður Gunnarsdóttir **Bjarni Snæbjörnsson**
Unnur Gunnarsdóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

Berst fyrir betri heimi

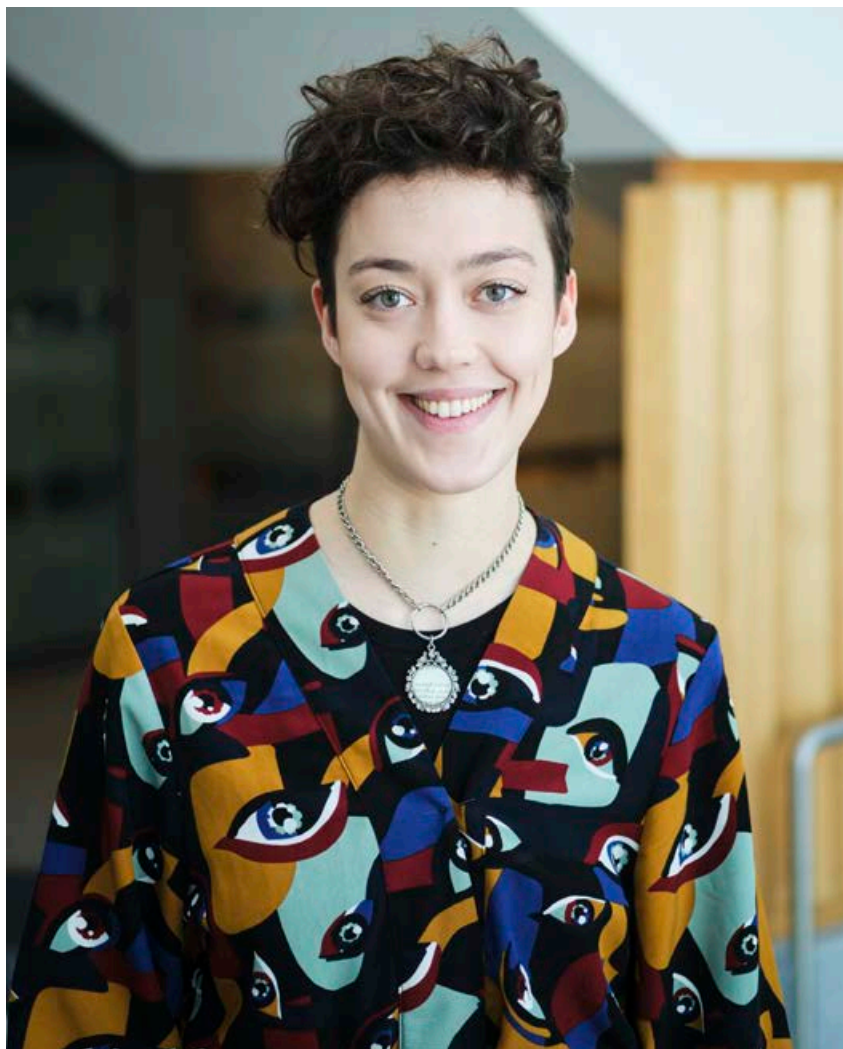
Tinna Hallgrímsdóttir meistaranemi verður fyrsti ungmennafulltrúi Íslands hjá Sameinuðu þjóðunum á sviði sjálfbærrar þróunar. Hún mun sækja ráðherrafund SP í sumar.

Mér finnst frábært og afar tímabært að Íslendingar fái loksins ungmennafulltrúa hjá Sameinuðu þjóðunum, segir Tinna Hallgrímsdóttir, meistaranemi í umhverfis- og auðlindafræðum. Hún er fyrsti íslenski ungmennafulltrúinn hjá SP á sviði sjálfbærrar þróunar. „En við erum þegar komin með fulltrúa á sviði mannréttinda og loftslagsmála,“ tekur hún fram.

Tinna segir kjör hennar, sem fór fram um síðustu helgi á sambandsþingi National Youth Council of Iceland, fyrst og fremst tækifæri til að koma á framfæri sjónarmiðum ungs fólks á Íslandi til þess áhrifamikla hóps sem sækir ráðherrafund Sameinuðu þjóðanna í New York 7. til 16. júlí í sumar. Spurð hvaða stefnumálum hún muni beita sér fyrir þar, svarar hún: „Mér finnst mikilvægt að minnst á hvernig við ætlum að samþætta efnahagslega og umhverfistengda hagsmuni og hvaða málamiðlanir við ætlum að leyfa milli þessara undirstöða sjálfbærni. Það er grundvallaráskorun.“

Atorkan er mikil hjá Tinna. Ásamt meistaranáminu sem hún stundar nú, að loknu BSc-námi í iðnaðarverkfræði, tekur hún viðbótardiplóma á framhaldsstigi í hagnýtum jafnréttisfræðum. Hún gerir sig líka gildandi í félagsmálum. Fyrst var hún viðburðastýra Ungra umhverfissinna og nú er hún varaformaður þeirra. Auk þess er hún formaður Nemendafélags meistaranema í umhverfis- og auðlindafræðum.

Tinna segir áhuga sinn á umhverfismálum hafa vaknað í menntaskóla, eins og á mörgum öðrum málefnum. „Það var ekkert eitt „aha-moment“ sem kveikti þann áhuga, frekar bara þróun sem fór af stað þegar ég fór að átta mig á alvarleika stöðu umhverfismála í heiminum.“ Ekki kannast hún við að hafa fengið sérstaka hvatningu til að vernda umhverfið í sínu uppeldi. „Ég myndi frekar segja að umhverfisáhuginn í fjölskyldunni hafi kviknað þegar ég fór að vekja athygli á þeim málum, en mamma og pabbi voru fljót að taka við sér.“



Tinna smitaði foreldra sína af áhuganum á umhverfismálum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



Mér finnst mikilvægt að minnst á hvernig við ætlum að samþætta efnahagslega og umhverfistengda hagsmuni.

Að lokum er Tinna spurð hvernig venjulegur dagur sé hjá henni og svarið er: „Dagarnir eru mismunandi en þeir byrja alltaf með sundi eða ræktinni og enda uppi í rúmi með góða bók. Ég er í skólanum mest allan daginn en reyni svo að nýta kvöldin til að elda góðan mat og eyða tíma með fólki sem mér þykir vænt um.“

gun@frettabladid.is



Elskulegur bróðir okkar,

Skúli Magnússon

Bugðutanga 28, Mosfellsbæ,
er látinn.

Útför hans fer fram frá Áskirkju,
Vesturbrún 30, föstudaginn 20. mars kl.
15.00. Blóm og kransar afþakkaðir, en
þeim sem vilja minnst hans er bent á
líknarfélög.

Sigrún Valdimarsdóttir
Mikael Sigurðsson
Valgerður Magnúsdóttir
Auður Lekay
Erna Magnúsdóttir



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Sólveig Hulda Jónsdóttir
(Dolly)

sem lést á hjúkrunarheimilinu
Hlévangi, Reykjanesbæ, 20. febrúar,
verður jarðsungen frá Keflavíkurkirkju
fimmtudaginn 12. mars kl. 13.00.

Guðbjörg Jóna Pálsdóttir **Sigurður Hallmann Ísleifsson**
Jón Örn Pálsson **Elisabet Kjartansdóttir**
Magnús Valur Pálsson **Jóna Guðrún Jónsdóttir**
Þórður Pálsson **Laufey Eydal**
Kristinn Pálsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Hreiðar Holm

lést þriðjudaginn 03.03.2020.

Ólafur E. Hreiðarsson **Helga Ingibjörg Kristjánsdóttir**
Pétur Hreiðarsson Holm **Elena Holm**
Sigrún S. Hreiðarsdóttir **Bryngeir Torfason**
Elín Hreiðarsdóttir **Júníus Ólafsson**
Anna Hafliðadóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar,
tengdamamma, amma og langamma,

Elsa Aðalsteinsdóttir

Engjavöllum 3, Hafnarfirði,

lést sunnudaginn 23. febrúar á
hjúkrunarheimilinu Sólvangi.

Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju
þriðjudaginn 10. mars kl. 13.00. Sérstakar þakkir til
starfsfólks Sólvangs fyrir góða umönnun og hlýju.

Árni Ingvarsson **Helena Jensdóttir**
Þórður Ingvarsson **Anna María Bryde**
ömmubörn og langömmubörn.



Guðni Ágústsson er upprunanum trúur og klæðist að sjálfsgöðu peysu úr íslenski ull á vetrarferðalögum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Munum ekki spara okkur

Guðni Ágústsson, fyrrverandi ráðherra, og Guðjón Ragnar Jónasson rithöfundur ætla að skemmta gestum á Kaffi Kú í Eyjafjarðarsveit í kvöld með kveðskap, gríni og kindasögum.

Ferðafélagarnir Guðni Ágústsson og Guðjón Ragnar Jónasson skemmta Norðlendingum með orðsins list um helgina. Kindur munu koma mjög við sögu í dagskránni. Þeir voru staddir í Staðarskála um kaffileytið í gær þegar ég náði sambandi við Guðna í síma. Hann lýsti áætlunum þeirra fúslega.

„Við byrjum á að fara á Hótel KEA í kvöld (föstudag) og þar held ég ræðu yfir kótelettukörlum. Mun að sjálfsgöðu ræða sauðkindina, þann eilífa bjargvætt Íslendinga og dásama hana í bak og fyrir. Síðan verðum við annað kvöld (laugardagskvöld) að Garði í Eyjafjarðarsveit og spörum okkur ekki.

Guðjón er annar höfundur bókarinnar Kindasögur, hann les nokkrar góðar sögur úr henni og ég mun færa bændunum í Garði, Einari og Sesselju, að gjöf myndina af mér að kyssa kúna. Það er mynd allra tíma og á náttúrlega að hanga í þeirra glæsilega ferðamanna-fjósi. Ég mun láta setja á hana vísuna

góðu eftir hann Jóhannes Sigfússon á Gunnarsstöðum:

*Allt sem vonum okkar brást,
allt sem mátti klaga,
allt sem Drottini yfirsást
ætlar Guðni að laga.*

– og minna á að eitt sinn áttu Íslendingar ærlegan landbúnaðarráðherra sem lét sér ekki detta í hug að fella niður tolla eða flytja inn nýsjálenskt lamb.“

En er ekki visst stílleysi að vera með kindasögur á Kaffi Kú?

„Nei, hvorar tveggja tegundirnar eru klaufdýr og allir sem elska sauðfé koma að fá sér bjór og gleðjast. Kaffi Kú er mikill samverustaður í þessari glæsilegu sveit.

Ólst þú upp við sauðfé Guðni?

„Já, já, við áttum kindur, kýr og hross á Brúnastöðum. Ég kynntist sauðfénu ungur að árum og var sauðglöggur, þekkti ær á 100 metra færi og greindi af svipnum undan hvaða ám lömb voru.

Svo var náttúrlega forystukind í hópnum. Það eru vitrar skepnur og fráar. Ég hittí 30 sauðfjörubændur í Bandaríkjunum sem voru með íslenskt forystufé, þeir sögðu að það væri vitrara en allir stjórnámalmenn Bandaríkjanna og prófessorar. Það heyrði í úlfinum á sléttunni og þegar það áttaði sig á að hann væri kominn þá safnaði það öllum hópnum saman og leiddi hann heim. Það var eins hér á landi, í óveðrum fóru forystukindur á undan hjörðinni og hringinn í kringum hana og komu henni í hús. Svo má ekki gleyma því að sauðþrjóskan hefur bjargað þessari þjóð og við höfum étíð íslensku kindina upp til agna og nýtt allt af henni. Það eigum við að gera áfram.“

Jæja, Guðni, ég ætla ekki að tefta ykkur félaga lengur, svo þetta verður að duga. Þakka þér fyrir spjallið.

„Sömuleiðis. Gerðu mig sem frægastan. Kolla á Fréttablaðinu segir að ég sé athyglissjúkur fikill!“
gun@frettabladid.is

Merkiatburðir

1876 Alexander Graham Bell fær einkaleyfi á símanum.

1912 Roald Amundsen tilkynnir í fyrsta sinn opinberlega að leiðangur hans hafi komist á suðurpólinn þann 14. desember 1911.

1922 Ríkisstjórn Sigurðar Eggerz tekur við völdum.

1926 Fyrsta símtal milli London og New York-borgar á sér stað.

1931 Stormur brýtur sjötíu símastaura á milli Reykjavíkur og Hafnarfjarðar.

1944 Fjórir farast en 39 komast af er þrjú erlend skip stranda við sanda Vestur-Skaftafellssýslu.

1975 Mannbjörg verður er flutningaskipið Hvassafell strandar á Skjálfanda.

1981 Lagið Af litlum neista sigrar í Söngvakeppni sjónvarpsins þegar hún er haldin í fyrsta sinn.

1986 Landslið Íslands í handbolta verður í sjötta sæti á heimsmeistaramóti í Sviss og kemst þar með á Ólympíuleikana árið 1988.



Bróðir okkar, mágur og frændi,

Jón Guðmundsson

Lýngheiði 18, Selfossi,

andaðist þann 26. febrúar á hjúkrunarheimilinu Fossheimum.

Jarðarförin fór fram í kyrrþey 6. mars sl.

María Helga Guðmundsdóttir
Sigurður Guðmundsson
Bjarni Guðmundsson

Eygló Gunnlaugsdóttir
Rannveig Jónsdóttir
og frændsystkini.



Þökkum innilega og af heilum hug þá virðingu og ótrúlega miklu væntumþykju sem okkar ástkæra syni og bróður,

Sigurði Darra Björnssyni

Erluási 31,

og fjölskyldu hans hefur verið synd við sviþlegt fráfalls hans af stórum hópi fólks. Sérstaklega er björgunarsveitum og viðbragðsaðilum þökkud veitt aðstoð.

Megi guð fylgja ykkur.

Rannveig Sigurðardóttir
Salvör Svanhvít

Björn Arnar Magnússon
Hinrika Salka



Hjartkær eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Gísli Eyjólfsson

húsnámsmeistari,
Kristnibraut 2, áður Byggðarenda 3,
verður jarðsönginn frá Grafarvogskirkju
miðvikudaginn 11. mars klukkan 13.00.

Sigríður Ragnheiður Guðnadóttir
Elisabet Gísladóttir
Sigríður Gísladóttir
Eyjólfur Gíslason
barnabörn og makar og barnabarnabörn.

Arnór Valdimarsson
Gísli Ólafsson
Þórey Guðlaugsdóttir



Eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir og amma,

Þórey Önnundardóttir

frá Neskaupstað,
Klapparstig 1, Reykjavík,
verður jarðsönginn frá Neskirkju
mánudaginn 9. mars klukkan 13.00.

Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir.

Baldur Bjarnason
Ásdís Rósa Baldursdóttir
Guðrún Baldursdóttir
Björg Baldursdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Kristján Gíslason
Gísli Sverrir Árnason



Ástkær faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Reinhold Greve

rennismiður,
Hraunbæ 103, Reykjavík,

lést þriðjudaginn 3. mars.
Útför fer fram í Árbæjarkirkju
fimmtudaginn 12. mars kl. 13.00.

Örn Jóhannesson
Jóhannes Jóhannesson
Reynir Jóhannesson
Róbert Jóhannesson
Viðar Jóhannesson

Dagbjört Ólafsdóttir
Gitte Jepsen
Patricia Johannesson
Malene Wichmann Larsen
Anna K. Sigurðardóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Elsku móðir okkar,
frænka, systir og tengdadóttir,

Steinvör V. Þorleifsdóttir

frá Kolfreyjustað,
Kriúási 21, Hafnarfirði,

lést 26. febrúar. Útförin verður gerð frá
Hafnarfjarðarkirkju 11. mars kl. 13.00.

Þeim sem vilja minnst hennar er bent á styrktarveitingu fyrir dætur hennar: 0370-22-025008, kt. 170771-5169.

Kristín Jóna Kristjónsdóttir, Þórhildur Kristjónsdóttir
Sigríður Inga Sigurðardóttir
Guðný Þorleifsdóttir
Ingibjörg Þorleifsdóttir
Kristmundur Þorleifsson
Þórhildur Helga Þorleifsdóttir
Kristín Jóna Kristjónsdóttir
og aðrir aðstandendur.



Elskulegur eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir, afi og bróðir,

Leonhard Ingi Haraldsson

tannlæknir,

verður jarðsönginn frá Háteigskirkju
föstudaginn 13. mars kl. 13.00. Blóm og
kransar eru vinsamlega afþakkaðir.

Þeim sem vilja minnst hans er bent á hjúkrunarheimilið
Sóltún og UNICEF á Íslandi.

Amalía Halla Skúladóttir
Haraldur Ó. Leonhardsson
Ásta Leonhardsdóttir
Halla I. Leonhardsdóttir
Ingunn G. Leonhardsdóttir
Haukur Haraldsson
og barnabörn.

Anna K. Engilbertsdóttir
Þóroddur Björgvinsson
Einar Örn Jónsson



Ástkær eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir og amma,

Haldóra Elisabet
Kristjónsdóttir

sérkennari,
Stuðlaseli 6, Reykjavík,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi
29. febrúar. Útför hennar verður gerð frá
Seljakirkju í Reykjavík 11. mars klukkan 13.00.

Daði Sæm. Ágústsson

Snorri Þór Daðason
Hildur Hörn Daðadóttir
Kristján Daðason
Þorvar Hafsteinsson
Sigríður Ósk Ingimundardóttir
og barnabörn.



bauhaus.is

BAUHAUS®

ERTU BÚINN AÐ KYNNA ÞÉR VERÐVERND BAUHAUS?



**Hjá BAUHAUS getur þú verið viss um
að fá alltaf lægsta verðið á markaðnum!**

Þess vegna erum við með verðvernd.
Það þýðir að ef þú finnur sömu vöru ódýrari
hjá samkeppnisaðila okkar lækkum við okkar
verð. Þú finnur nánari upplýsingar inn á
heimasíðu okkar: bauhaus.is/verdvernd.

Tilboðin gilda frá og með fimmtudeginum 27. febrúar til og með sunnudeginum 1. mars.

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplýsingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

Hefur þú séð nýja
BAUHAUS blaðið?
 Skoðu allt úrvalið í
 blaðinu og í versluninni!



BAUHAUS
**VERÐ-
 VERND**
 HJÁ BAUHAUS GETUR ÞÚ VERIÐ VSS UM AÐ
 FÁ ALLTAF LÆGSTA VERIÐ AÐ MARKAÐNUM



One+ 18 V bor-/skrúfvél
 R18PD3-225S. 24 þrep.
 Innbyggt LED-ljós. 2x 2,5
 lítíumrafhlaða og hleðslutæki
 fylgja með.

RYOBI

26.995,-

33.995,-

Heill heimur af rafmagnsverkfærum!

Kjarakaup



BOSCH

79.995,-
~~97.595,-~~

Borðsög

GTS 10 J. Stærð borðs 642 x 572 mm.
 Snúningsvægi án álags 3.650 snún./mín.
 Hallastilling 47°V / 2°H. Háam. skurðar-
 geta til hægri/vinstri 460/210 mm.

Kjarakaup



RYOBI

28.995,-
~~39.995,-~~

Bútasög

EMS216L. 1.500 W. 4.500 snún./mín.
 Útdraganleg með rennu. Þv. sagar-
 blaðs 216 mm, með 48 tönnum. Laser
 fyrir nákvæman skurð. LED-ljós.

Kjarakaup



Makita

43.995,-
~~53.995,-~~

Búta-/geirungssög

LS0815FL. 1.400 W. 5.000 snún./mín.
 Þv. 216 mm blað. Með laser fyrir
 nákvæman skurð.

Kjarakaup



STANLEY

39.995,-
~~54.995,-~~

Búta-/geirungssög

FME721-GB. Skurðarbreidd 305 mm
 1.500 W. Geirungsgeta 45°. Þvermál
 blaðs er 216 mm. Skurðardýpt 70 mm.



BLACK & DECKER

30.595,-

Geirungssög

BES710-QS 254 mm, 2.100 W
 Geirungssögina er auðveld í not-
 kun og sagar hratt og nákvæmt
 með 48T 254 mm volfram kar-
 bíðssagarblaðinu sem fylgir með.



BLACK & DECKER

9.995,-

Bor-/skrúfvél

BCD003C1-QW Höggborvél er með mikla
 afkastagetu upp á 21.000 högg á mínútu,
 11 mismunandi stillingar og 2 þrepa hraða
 sem veitir fullkomna stjórnun til að skrúfa
 og bora. 1 x 1.5 Ah-rafhlaða sem og 1 x
 400 mA hleðslutæki.



STANLEY

22.895,-

Fjölverkfæri

FME380K-QS. 650 W. Þv. Sagarblaðs
 89 mm. Hámarksskurðardýpt er 90°.
 Hraði 5.500 snún./mín. Borun 10 mm.



DEWALT

189.995,-
~~226.595,-~~

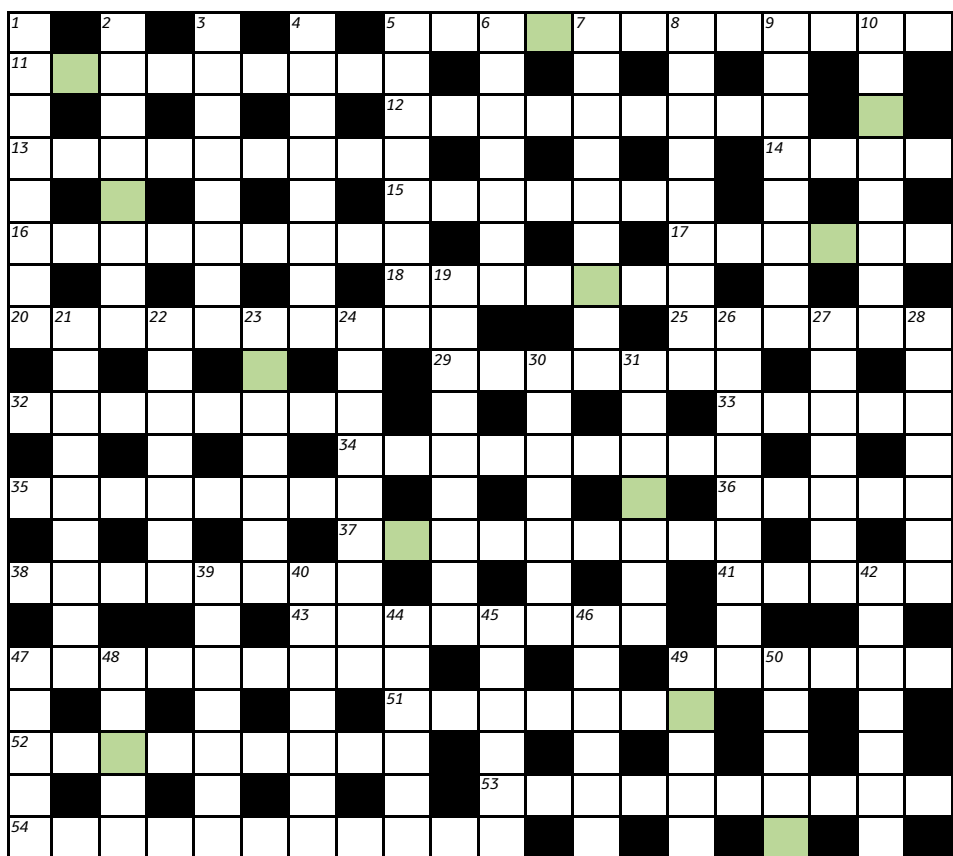
18 V XR vélasett

DCK551P3T-QW Sett með höggborvél,
 höggskrúfvél, LED lukt, stingsög, 3
 x 5 Ah rafhlöður, hleðslutæki, og 2
 verkfærakössum.

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

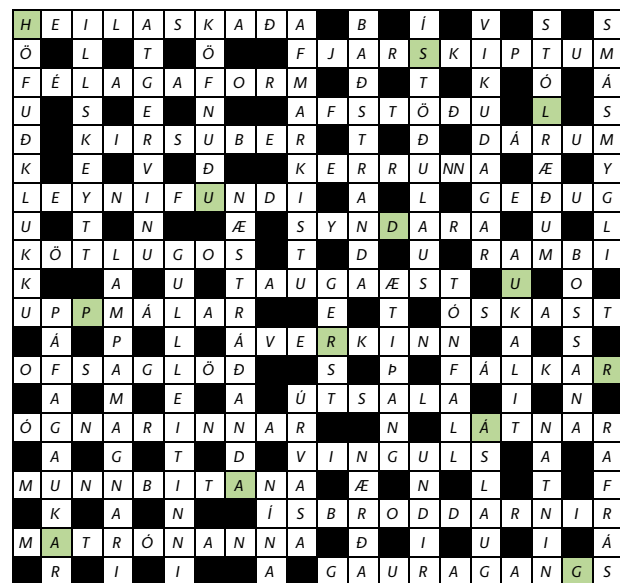


KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

HLAUPÁRSDAGUR



LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist merkileg skepna. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 6. mars næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „29. febrúar“.



FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Húsið okkar brennur** eftir **Gretu Thunberg** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Katrin Hersisdóttir, Reykjavík**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

- 5 Gersemina, segirðu? Af henni öðlast ekki nokkur maður hamingju (12)
- 11 Sjúk seiðir sýktar (9)
- 12 Draumur hins ræktandi manns er að ferðast til þessara ríkja (9)
- 13 Hef snilldartað á þessum skúlptúr (9)
- 14 Lágra sinna tekur til/tófa þegar ógnar maður (4)
- 15 Sögur af reglum sem við brjótum ekki en beygjum vel (7)
- 16 Alveg gúrkulint rugl, segir lítill en krúttlegur kall (9)
- 17 Gleyma því sem gleymist aldrar (6)
- 18 Albert enski leitar að konu sem elskar allt (7)

- 20 Borga jafnvirði 10 króna fyrir poka af skordýrabana (10)
- 25 Best að þú lötrir burt frá ruglinu er hann drattast heim (6)
- 29 Hjón þessi tafsa tíðum er kaggar birtast (7)
- 32 Afsetum sem miðað er við (8)
- 33 Þú getur trútt um talað ef þú deyrð (5)
- 34 Giftudrjúg og glöð ganga þau frá borði (9)
- 35 Maður okkar tíma en annars heims? (8)
- 36 „Í“ og „á“ – fyrir hraðmælt börn (5)
- 37 Ferðir konungs fuglanna fyrir fallítt félag (9)
- 38 Held að frostbitinn flokkur geri kröfuna (8)

- 41 Grunar að grasið turni röðinni (5)
- 43 Þessi söngur kemst nær kjarna leikinnar persónu en aðrir (8)
- 47 Harma aftöku óbreyttra vegna mannskæðra orrusta (9)
- 49 Vil að iðnaðarmaður með háskólagráðu hreinsi þetta (6)
- 51 Alls ófeitur smyr það sem smyrja skal (7)
- 52 Hyl ég nú holu hins hengda (9)
- 53 Læt drullusokkinn borga vel fyrir brynjuna (10)
- 54 Segja karl kvöld hallt undir skásníðinn enda (11)

LÓÐRÉTT

- 1 Gleysmum þannig sögum þar

- sem öðrum ekki ósvipuðum er til að dreifa (8)
- 2 Borðaðu það sama og þau ákváðu að fá sér (8)
- 3 Frá vik mola og bitsára (8)
- 4 Sprautu úr sudda (8)
- 5 Ræfill flakar lúðu en kallandi kallar horfa á (8)
- 6 Ósmart eru áraleiði (7)
- 7 Sögur af beygðum og bættum (9)
- 8 Það liggur í orðanna hljóðan að stöndugra fólk mun standa við fleira (9)
- 9 Hér er rætt um glaðninga og gegningar (8)
- 10 Ætla má að nei gildi, þótt sárt sé (8)
- 19 Ef ég eignaðist nú hind, öðlast

- ég þá tónlistarhæfileika? (9)
- 21 Þetta eru þeir vegir sem þér eru færir, ef þú lætur mér litliræði eftir (9)
- 22 Kroppa ótukt oní svörð (7)
- 23 Gef ástralskan aur fyrir bolla utan byggðar (7)
- 24 Flokkar aldur m.t.t. línulegrar atburðarásar (9)
- 26 Fljót að setta sig við moldarsvöld fyrir kisilflísina (9)
- 27 Vist er bráregnt blautt sem það sjálft (7)
- 28 Er mygluskelin góð fyrir meðvitundarlausan mann? (7)
- 30 Raunar á þetta að vera peningastuldur, en ég ruglaðist (7)
- 31 Ps. Latir krossgátuhöfundar segja að romsur séu rugl (7)

- 39 Sleginn harmi því fýsnin er frá (7)
- 40 Rek angan kvenna til kúminblóma (7)
- 42 Mun hreyfing heimila eða efla virkni ákveðinna garna? (7)
- 44 Lét spjót fyrir kvísl (6)
- 45 Ertandi urtin stendur fyrir staðarnet sem tengir við alnet (6)
- 46 Mun ég þola þau sem standa flestum framfar? (6)
- 47 Er það vitleysa í mér, eða er þetta bara skítur? (5)
- 48 Minn úrskurður: Þessi ilmur er minn (5)
- 49 Svo mikill fnykur að ekki verður röið (5)
- 50 Ok þá, þetta er helsi (5)

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Skák Gunnar Björnsson

Svartur á leik



Werlinski átti leik gegn Russakov í Moskvu árið 1948.

1...De7! 2. fxe7 Bg7! 0-1. Stjórn Skáksambands Íslands ákvað á fundi sínum í fyrradag að aflýsa Reykjavíkurskáknotinu sem átti að fara fram í apríl og fresta Íslandsmóti skákfélaga sem átti að fara fram í mars. Íslensk sveit tekur þátt í HM öldungasveita sem hófst í gær.

www.skak.is: Dagur í Kanada

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.

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

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

ÓHAGSTÆÐ HINDRUNARSÖGN

Eitt af sterkustu mótum ársins í Monte Carlo í Mónakó (Zimmerman Cup) fór fram dagana 29. febrúar til 6. mars. Þar kepptu 64 sterkar sveitir innbyrðis. Ein íslensk sveit var þar meðal þátttakenda og bar heitið Origo Iceland. Hún var skipuð Guðmundi Snorrassyni, Hrannari Erlingssyni, Ómari Olgeirssyni, Stefáni Jóhannssyni, Sveini Rúnari Eiríkssyni og Sverri Kristinssyni. Henni gekk ekkert sérstaklega, enda mótið firnasterkt og skipað mörgum af sterkustu spílurum heims. Eftir riðlakeppni fóru 16 efstu sveitirnar í útsláttarkeppni og íslenska sveitin náði

ekki þar inn. Sveit sem kölluð var Gupta, leiddi lungann af mótinu. Hún var skipuð sterkum spílurum, Naren Gupta, Geir Helgemo, Cedric Lorenzini, Zia Mahmood, Jeff Meckstroth og Debbie Rosenberg. Henni gekk vel í útsláttarkeppinni og þegar þessi orð eru skrifuð, spilaði hún úrslitaleikinn við sveit Swiss Team eftir að hafa unnið öruggan sigur á sveit Russia í undanúrslitum, 184-110. Spil dagsins er frá mótinu. Það kom fyrir í sjöttu umferð riðlakeppinnar í leik sveitar Gupta við sveit Ventin. Suður var gjafari og AV á hættu.

Norður
 ♠ D10843
 ♥ Á542
 ♦ 4
 ♣ G104

Vestur
 ♠ 65
 ♥ KG10
 ♦ ÁG10873
 ♣ Á9

Austur
 ♠ ÁK97
 ♥ 9763
 ♦ -
 ♣ KD732

Suður
 ♠ G2
 ♥ D8
 ♦ KD9652
 ♣ 865

Á borðinu þar sem Zia og Meckstroth sátu NS voru spiluð 3 grónd í austur og fengust rólega 10 slagir í þeim samningi (630), eftir pass frá suðri (Zia), tígulvakningu frá vestri og spaðainnkomu frá norðri (Meckstroth). Á hinu borðinu sátu Svíarnir Johan Upmark og Fredrik Nyström í NS og Helgemo og Lorenzini í AV. Nyström var skotinn í hagstæðum hættum og ákvað að opna á hindrunarsögninni 3 ♦ á suðrhöndina. Geir Helgemo, sem sat í vestur, átti erfitt með að trúa opnuninni og ákvað að velja pass. Það gekk yfir til Lorenzini sem doblaði til úttekta á austurhöndina. Helgemo var, eðlilega, sáttur við að spila vörnina og sá samningur var spilaður doblaður. Þegar þokunni létti (eftir spaðasexu útspil og hjartasviss), varð Nyström að setta sig við 3 slagi og fór 1400 niður. Það var 13 impa gróði til sveitar Gupta.

KRÓNAN

Mmm ... allt í brönsinn!

**Þú finnur allt
á einum stað
í öllum okkar
verslunum!**

Bröns fyrir fjóra = 3.996 kr.*

999

kr.
á mann

*Pönnukökumix, egg, bakaðar baunir, beikon, pylsur, appelsínusafi, appelsínur, músli, grísk jógúrt og jarðarber.



Afgreiðslutímar á www.kronan.is

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

KRAKKAR

Konráð

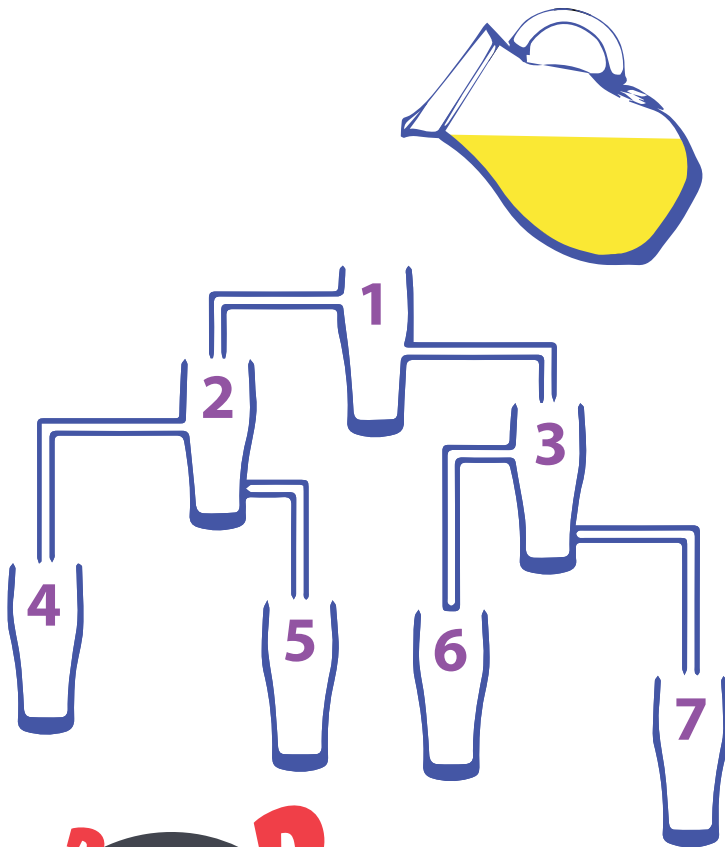
394

og félagar

á ferð og flugi

Þau höfðu gengið í kæfandi hita allan daginn og orðin ógurlega þyrst. „Nú væri ég sko til í glas af ísköldu vatni,“ dæsti Róbert. „Ég vil heldur ískalt límonaði en vatn,“ stundi Kata. „Sjáið!“ hrópaði Konráð. „Parna getum við fengið límonaði, það er verið að hella í glösin núna,“ og hann hljóp af stað þar sem sjö tóm glös stóðu og ísköldu límonaði var einmitt verið að hella í þau.

En eitthvað voru þetta skritin glös. Það lágu rör á milli þeirra svo ómögulegt var að vita hvaða glas myndi fyllast fyrst og þau voru svo þyrst að allir vildu fá fyrsta glasið sem myndi fyllast. „Ég tek númer 1!“ hrópaði Róbert. Kata píróði augun. „Ég tek númer 7, límonaðið mun renna í gegnum öll hin glösin og enda á því neðsta svo það mun fyllast fyrst,“ sagði Katta glottandi og var augljóslega viss í sinni sök. Þyrst og spennt horfðu þau á límonaðið renna úr könnunni ofan í glösin og eftir rörunum.



Hvaða glas heldur þú að fyllist fyrst þegar hellt er úr könnunni?



Uppskrift

Lummur

Það er lítið mál að baka lummur en börn mega samt ekki gera það nema einhver fullorðinn sé heima og fylgist með. Þessar eru hollar.

- 2,5 dl heilheiti
- 2 msk. sykur
- 3 msk. olía
- 1 tsk. lyftiduft
- 1 egg
- 1 maukaður banani
- 1 dl léttmjólk
- 1 dl súrmjólk

Setjið allt saman í skál og hrærið í. Notið litla ausu eða skeið til að setja deigið á oliuborna pönnu. Steikið lummurnar báðum megin.



Lausn á gátunni

Glas númer 5 fyllist fyrst. Glösin númer 5, 6 og 7 munu öll vera þurr þegar límonaðið hefur renna í gegnum öll hin glösin. Þar sem lengd rörin frá glas 1 til glas 5 er lægri en lengd rörin frá glas 2 til glas 6 og lengd rörin frá glas 3 til glas 7.

Grín úr gömlu blaði

Hlaupum, gamli!

Sagt er að Kristján IX. konungur Danmerkur, hafi einhverju sinni verið á gangi. Kom hann þá að húsi einu og sá þar ungan dreng vera að teygja sig upp í dyra-bjölluna.

Viltu að ég hjálpi þér að hringja? spurði konungur. Drengurinn kvað já við því. Konungur lyfti þá drenghnokkanum upp. Hann ýtti á bjölluna og kvað hljómur hennar við, hátt og snjallt, um allt húsið.

Ertu svo ánægður, litli vinur? spurði konungur og setti drenginn niður á götuna.

Já, svaraði drengurinn. En nú skulum við hlaupa burtu, gamli, því nú kemur fólk. Síðan tók hann til fótanna.

Konungur hló og sá að drengurinn hafði gert þetta af hrekkjum. Hann beið sjálfur þangað til komið var til dyra til þess að biðjast afsökunar á gabbinu. (Æskan 3.-4. tölublað 1904)



Kristján IX var konungur Íslands og Danmerkur á árunum 1863 til 1906. Hann átti engin börn.



Margréti þykir gaman að dunda sér í herberginu sínu. MYND/AUDUNN NIELSSON

Ég hélt með Daða Frey

Margrét Lára Rúnarsdóttir er átta ára og á heima á Akureyri. Þó hún heiti ekki eftir fótboltakonunni Margréti Láru Viðarsdóttur þá eiga þær fótboltaíðkun sameiginlega.

Í hvaða skóla ertu Margrét Lára og hver er eftirlæti námsgreinin þín? Ég er í Brekkuskóla og ég held mér finnst skemmtilegast í íþróttum.

ÉG VÆRI MJÖG TIL Í AÐ EIGA GÆLUDÝR, EINS OG TIL DÆMIS HUND EÐA KÖTT.

En hvað þykir þér skemmtilegast að gera í fristundum? Til dæmis að dunda mér í herberginu mínu, lesa og leika við litla bróður minn.

hefur dálæti á? Ásbyrgi, Vesturdalur við Hljóðakletta og sveitin mín, Vallakot í Reykjadal, eru í uppahaldi.

Stundar þú íþróttir? Já, ég æfi fótbolta og dans.

Hefur þú kynnst sveitalífi? Já, langafi minn og langamma mín bjuggu í sveit.

Heitir þú eftir Margréti Láru Viðarsdóttur fótboltakonu? Reyndar ekki.

Hefur þú gaman af dýrum? Já, ég væri mjög til í að eiga gæludýr, eins og til dæmis hund eða kött.

Fylgist þú með henni í boltanum? Ég get ekki sagt það. Ég hef eiginlega aldrei séð hana í fótboltanum.

Hver er besta bók sem þú hefur lesið? Mér finnst bókin Villinorn best, en Sigrún Eldjárn er uppáhaldsrithöfundurinn minn.

En horfðir þú á Söngvakeppni sjónvarpsins? Já, ég gerði það.

Með hvaða lagi héltu? Ég hélt með Daða og var voða glöð að hann skyldi sigra.

Hefur þú reynt að búa til vísu? Nei ég held ekki.

Hvað er skrytnast af því sem þú hefur lent í um ævina? Ég hef held ég aldrei lent í neinu skrytnu.

Hvað þig langar þig að verða þegar þú verður stór? Mig langar að verða leikskólakennari.

Er einhver staður á Íslandi eða annars staðar í heiminum sem þú

Í lokin: Kanntu einhvern brandara sem þú vilt segja okkur? Nei.

OUTLET DAGAR

50-80% AFSLÁTTUR



50%
kr. 17.495.-

HJÖRDÍS
Úlpa
Áður
kr. 34.990.-



BRANDUR
Dúnjakki
Áður
kr. 22.990.-

50%
kr. 11.495.-

50%
kr. 9.495.-

KETILL
Regnjakki
Áður
kr. 18.990.-



50%
kr. 15.990.-

GUNNUR
Fóðraður jakki
Áður
kr. 7.995.-



50%
kr. 4.495.-

LEVÍ
Flispeysa
Áður
kr. 8.990.-



FÁKAFENI 9



LAUGAVEGI 91

Birt með fyrirvara um prentvillur. Vorur geta verið uppseldar.

OUTLET TILBOÐ GILDA EINUNGIS Í ICEWEAR, FÁKAFENI 9,
ICEWEAR MAGASÍN, LAUGAVEGI 91 OG Í VEFVERSLUN ICEWEAR.IS

Frí heimsending á icewear.is



VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík



0 | 9
°C | ←

Egilsstaðir



0 | 4
°C | ←

Ísafjörður



-4 | 9
°C | ←

Kirkjubæjarkl



0 | 17
°C | ←

Akureyri



-4 | 3
°C | ↑

Hveravellir



-8 | 3
°C | ↘

Vaxandi austanátt og þykkar upp S-lands, 18-28 í dag, hvassast við S-ströndina. Snjócoma eða slydda með köflum S- og A-lands, en úrkomu-minna í öðrum landshlutum. Dregur talsvert úr vindi og rofar til S-til í kvöld. Minnkandi frost, víða 0 til 5 stig seinnipartinn, en hlánar syðst.

Reykjavík



Sunnudagur



2 | 4
°C | ↙

Mánudagur



-6 | 7
°C | ↙

Þriðjudagur



-4 | 6
°C | ↙

Miðvikudagur



-5 | 5
°C | ↙

Fimmtudagur



-8 | 2
°C | ←

Ísafjörður



-4 | 13
°C | ↙



-10 | 7
°C | ↙



-9 | 6
°C | ↙



-11 | 5
°C | ↙



-13 | 3
°C | ↙

Akureyri



-1 | 9
°C | ↘



-9 | 2
°C | ↘



-7 | 2
°C | ↘



-10 | 3
°C | ↘



-13 | 1
°C | ↑

Egilsstaðir



1 | 12
°C | ↓



-8 | 3
°C | ↗



-5 | 2
°C | ↘



-8 | 5
°C | ↘



-14 | 1
°C | ↗

Kirkjubæjarklaustur



1 | 5
°C | ↘



-2 | 1
°C | ↘



-3 | 2
°C | ↙



-5 | 0
°C | ○



-8 | 1
°C | ↙

Hveravellir



-7 | 10
°C | ↘



-12 | 8
°C | ↓



-11 | 7
°C | ↓

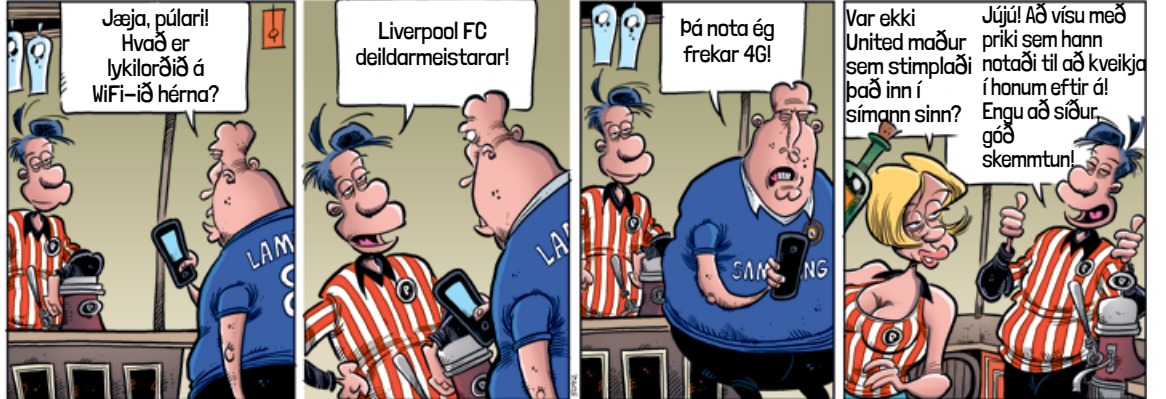


-12 | 8
°C | ↓

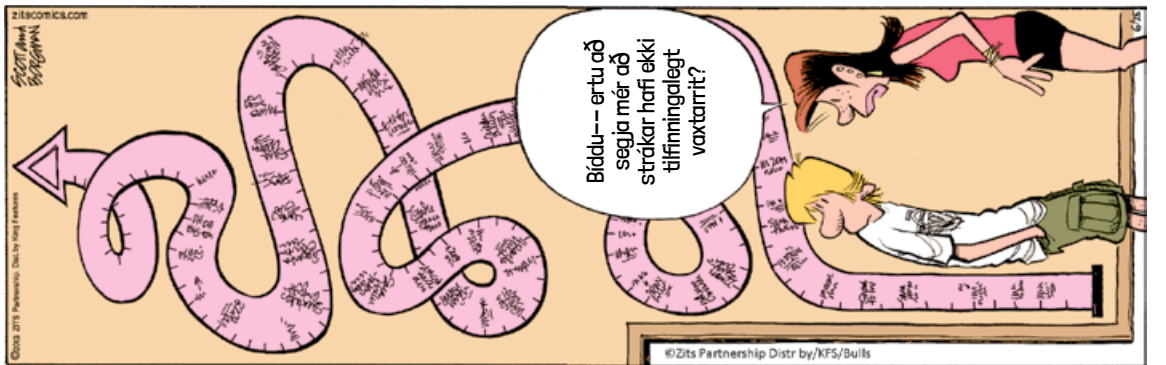


-16 | 4
°C | ↓

Pondus



Gelgjan



Barnalán



ALUPROF

GEZE



Þjóðum upp á sjálfvirkan hurðaopnunarþúnað, hurðir og gluggakerfi ásamt uppsetningu og viðhaldi á þúnaði.

Áratuga reynsla.

JARN&GLER

Járn & Gler ehf. • Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin
104 Reykjavík • S. 58 58 900 • www.jarngler.is

VELDU GÆÐI!

Tilboð í mars

2 fyrir 1 af kleinuhringjum allar helgar, föstudaga til sunnudaga.



BJÖRNSEBAKARI
Sími: 561 1433

mánudaga-föstudaga 7.30 - 17.30
laugardaga 8.00 - 16.00
sunnudaga 9.00 - 16.00

Austurströnd 14 • Hringbraut 35

www.bjornsbakari.is

PIER



20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM*



NOTTING HILL sófi. Þriggja sæta, svart velúr. 249.900.- 199.920.-



SÉR
TILBOÐ

Lofthljós 96x64x64 cm. 78.990.-



Myndir og myndarammar
Mikið úrval, verð frá 1.990.-



Hliðarborð stærra 28.990.- 23.192.-
7.792.- Minna 19.990.- 15.992.-



Skrautspegill 6.990.- 5.592.-



NÝ SENDING af púðum. Verð frá 4.990.-



Spegill 70 cm 16.990.- 13.592.-



Ananas lampi m.skerm
17.990.- 14.392.-



Kerti 3 í pakka 1.490.-



Veggskraut 6.990.- 5.592.-



Glös m. gyllingu
1.290.- 1.032.- stk.



Blómapottar frá 3.990.-



Glerborð á hjólum. 74x31x73 cm. 19.990.-



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

Hnýsinn spæjari

BÆKUR

Andlitslausa konan



Jónína Leósdóttir

Útgefandi: Mál og menning
Fjöldi síðna: 329

Edda Frímansdóttir, fyrrverandi bóksali og eftirlaunaþegi, ætti að vera unnendum glæpasagna að góðu kunn, en Andlitslausa konan er fimmta bókin þar sem hún flækist inn í glæpamál.



Nú er svo komið að fólk í söguheiminum ætti af heilbrigðri skynsemi að forðast hana eins og heitan eldinn þar sem kunningsskapur eða fjölskyldutengsl við hana virðist ávisun á bendlun við hrottalega glæpi. Það er þó bót í máli að henni tekst yfirleitt að stuðla að lausn málnanna með hnýsni sinni og hugviti.

Í þetta sinn spannar sagan aðeins fjóra daga yfir áramót og hefst á því að Edda og Finnur, nágrenni hennar og vinur, eru á leið til Þingvalla þar sem kunningjakona Eddu hefur boðið henni í brúðkaup. Brúðkaupið snýst þó fljótt upp í vettvang óhugnanlegs glæps sem raskar flestóllum áramótaplönnum viðstaddir.

Inn í fléttast svo meint svallveisla á vegum forsætisráðherra í Þingvallabænum, og réttlætisleit ungra stúlkna, og ljóst að hvergi er allt sem sýnist.

Edda tekur á málum af meðfæddri forvitni og er að vanda komin í hringiðu rannsóknarinnar áður en við er litið.

Edda er skemmtileg persóna og verður skemmtilegri með hverri bók; fordómfullur, hnýsinn og hvatvís nautnaseggur sem býr yfir skarpskyggni og færni til að leggja saman tvo og tvo sem stundum, en ekki alltaf, kemur málum í réttan farveg.

Það er ekki síður gaman að fylgjast með hennar daglega lifi en glæpamálunum. Við fáum lýsingar á hvernig hún velur sér föt, hellir upp á kaffi, drekkur rauðvín og á í samskiptum við sína nánustu, einkum þó tengdasyni sína og barnabörn.

Hún stendur nánast alltaf alveg fyrir utan rannsókn mála, veit til dæmis sjaldnast hvernig starfi lögreglunnar miðar áfram, þó tengdasynur hennar missi stundum út úr sér þýðingarmiklar upplýsingar. Hversdagsspæjarinn Edda er því skemmtileg tilbreyting frá þjáðu löggunum sem við þekkjum úr vel flestum glæpasagnaflokkum.

Andlitslausa konan er um margt áhugaverð saga, frásögnin lifandi og framvindan leikandi. Vel tekst að halda spennu framan af með þremur ólíkum þráðum og ekki spilla fyrir lýsingar innanstokks úr forsætisráðherrabústaðnum á Þingvöllum sem má ætla að höfundur sé kunnugri en margir aðrir.

Þræðirnir trosna reyndar aðeins þegar líður á bókina og eru heldur ekki allir raktir til enda á fullnægjandi hátt, svo ætla má að einhverjir verði teknir upp í þeirri næstu.

Ævintýrum Eddu virðist hvergi nærri lokið.

Brynhildur Björnsdóttir

NIÐURSTAÐA: Ljómandi glæpasaga í anda fyrri bóka Jónínu Leósdóttur um hversdagsspæjarann Eddu.



Bergur Þór og Bernd sem smíðaði allar brúðurnar sem koma fram í sýningunni. Bernd segist vera að opna bakpoka í sýningunni. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Draugar fortíðar

Bernd Ogrodnik er höfundur leikverksins Brúðumeistarinn sem Bergur Þór Ingólfsson leikstýrir. Bergur Þór segir þá vera dúett sem hafi átt að verða til.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



MÉR FINNST MIKILVÆGT AÐ SETJA ÞESSA HLUTI FRAM TIL AÐ RJÚFA VÍTAHRINGINN. ÞAÐ ER SVO MARGT AÐ ENDURTAKA SIG Í HEIMINUM.

Brúðumeistarinn Bernd Ogrodnik er höfundur leikverksins Brúðumeistarinn sem frumsýnt verður í Þjóðleikhúsinu í dag, laugardaginn 7. mars. Í verkinu stefnir hann saman leikhúsförminu og brúðulistinni og leikur sjálfur brúðumeistara. Hann smíðaði allar brúðurnar sem koma fram í sýningunni. Bergur Þór Ingólfsson leikstýrir verkinu.

Bernd er þýskur en hefur búið hér á landi síðustu áratugi. Um söguþráð sýningarinnar segir hann: „Verkið fjallar um brúðumeistarann Günther. Það stendur til að bera hann út úr húsi sínu, sem á að breyta í enn eitt lúxushótel. Hann ákveður að fara í sjálfskipaða einangrun og lokar sig inni í vinnustofu sinni með brúðunum. Um

leið leita á hann spurningar um fortíðina.

„Að vissu leyti má segja að sýningin fjalli um fortíð mína og fortíð foreldra minna sem að sjálfsgöðu tengjast saman. Foreldrar mínir, sem eru nýfallnir frá, voru af kynslóð sem gekk í gegnum ótrúlega erfiðleika, nánast helviti á jörð. Í Þýskalandi þess tíma var ekki tími til að vinna úr hlutunum, þar var allt í rúst.

Amma var drepin af nasistum fyrir að glíma við andleg veikindi.

Pabbi minn var hommi og mamma vissi það, en samt var aldrei talað um það. Þau elskuðu hvort annað en samt vantaði eitthvað í samband þeirra. Síðustu orð pabba, sem þjáðist af alzheimer, voru: „Hjálp!“ og „Mamma!“. Það var eins og draugar fortíðar hefðu vaknað og farið á stjá.“

„Bernd er að skoða hvað hann fékk í arf og hverju hann ber sjálfur ábyrgð á. Hvað það þýðir að vera Þjóðverji og önnur kynslóð eftir seinni heimsstyrjöld,“ segir Bergur Þór.

Þýskur bakpoki

„Ég kalla þetta þýskan bakpoka sem er afhentur næstu kynslóð og er fullur af litlum leyndarmálum. Þetta er svo ótrúlega viðkvæmt: Hver tók þátt? Hver tók ekki þátt? Vissum við? Vissum við ekki. Í þessari sýningu kíkjum við í þennan bakpoka,“ segir Bernd. „Sjálfur er ég búinn að vinna mig í gegnum svo margt, annars hefði ég ekki getað gert þessa sýningu. Mér finnst mikilvægt að setja þessa hluti fram til að rjúfa vítahringinn. Það er svo margt að endurtaka sig í heiminum. Það er erfitt að vera hommi í löndum eins og Póllandi og Rússlandi og jafnvel í Bandaríkjunum. Hefði pabbi sem ungur maður sagt frá því að hann væri hommi, þá hefði hann verið skotin eða sendur í Auschwitz.“

Bergur Þór er í óvenjulegu hlutverki sem leikstjóri sýningarinnar. „Ég leikstýri fjölmörgum brúðum sem allar eru leiknar af einum og sama manningum. Ég tala við Bernd og Bernd talar við fingurna á sér.

Bernd er brúðusmiðurinn en líka leikarinn á sviðinu sem leikur á móti brúðunum. Hann er einnig leikskáldið, þannig að það mæðir mikið á honum. Ég hef áður unnið með leikhópum, þarna er eins manns risastór leikhópur í verkefni þar sem við þurfum að skapa allt á leiðinni. Við erum í frumsköpun sem er ótrúlega gaman.“

Dúett sem átti að verða til

„Það að setja upp brúðuleikhús er öðruvísi en að setja upp venjulega leiksýningu. Æfinga- og vinnuferlið er líka öðruvísi. Við þurfum fyrst að skapa alla leikarana,“ segir Bernd. „Þetta er mjög krefjandi fyrir leikstjóran. Ég er ótrúlega ánægður með Berg og þakklátur, því hann hefur svo mikinn áhuga á brúðunum. Stundum fer hann upp á svið og bregður sér í mitt hlutverk og gefur mér um leið tækifæri til að vera áhorfandi sem er dásamlegt.“

Þeir segja að samvinna þeirra hafi byrjað fyrir fjórtán árum. „Við hittumst á Act Alone á Ísafirði og Bernd sagði mér frá hugmyndinni sem er kjarninn í þessari sýningu. Þá ákváðum við að gera þetta saman. Svo kom rétti tíminn loks eftir fjórtán ár. Við erum dúett sem átti að verða til,“ segir Bergur Þór.

Bernd segist ekki hafa viljað segja þessa sögu fyrr en foreldrar hans væru fallnir frá. Spurður hvort hann haldi að þeir væru sáttrir við sýninguna segir hann: „Mín trú er að þau séu einhvers staðar brosandir og segi: Gott hjá þér! Sýningin er tileinkuð þeim, börnum mínum og barnabörnum.“

Hvað? Hvenær? Hvar?

Laugardagur

hvar@frettabladid.is

7. MARS 2020

Fjölskyldustund

Hvað? Mottusmiðja
Hvenær? 13.00-15.00
Hvar? Bókasafn Kópavogs
Föndraðu þitt eigið skegg! Smiðjan er haldin í tilefni af Mottumars. Þátttaka ókeypis. Allir velkomnir.

Orðsins list

Hvað? Vá – Bækur, lesendur þeirra og allt hið voðalega í heiminum
Hvenær? 10.30-13.00
Hvar? Borgarbókasafnið Gerðuberg
Ráðstefna um barna- og unglinga-bókmenntir. Bergrún Iris Sævarsdóttir stýrir umræðum.

Myndlist

Hvað? Listsmiðja
Hvenær? 13.00
Hvar? Kjarvalsstaðir
Unnið er út frá sýningum Ásgerðar Búadóttur: Lífsfletir og Jóhannesar S. Kjarval: Að utan. Ókeypís fyrir börn til 18 ára aldurs.

Hvað? Sköpun bernskunnar
Hvenær? 15.00
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Sýningin er sett upp með það markmið að örva skapandi starf fimm til sextán ára barna.

Hvað? Listamaður á krossgötum
Hvenær? 14.00-16.00
Hvar? Litla Gallery, Strandgötu 19.
Þór Ludwig Stiefel T.O.R.A. sýnir myndverk, unnin í gegnum djúphugsn og ljóðrænu á mörkun hins meðvitaða og ómeðvitaða.

Hvað? Hvað sagði bátsmaðurinn?
Hvenær? 15.00
Hvar? Kompan, Siglufirði
Hulda Hákon opnar sýningu. Opíó daglega milli kl. 14.00 og 17.00 til 22. mars.

Hvað? Myndlistarsýning RAT 2
Hvenær? 15.00-19.00
Hvar? Brietartún 11
Reykjavík Art Team samanstendur af tívóluk listamönnum.

Tónlist

Hvað? Orgel matinée, orgeltónleikar og hugvekjia
Hvenær? 12.00-12.30
Hvar? Hallgrímskirkja
Á efnisskránni eru verk eftir Felix Mendelssohn, Bartholdy og J.S. Bach. Ókeypís aðgangur.

Hvað? Ástir guðdómsins
Hvenær? 15.15
Hvar? Breiðholtiškirkja
Fluttar mótettur og messur, auk Lux Aeterna eftir Hreiðar Inga Þorsteinsson og stutt verk úr íslenska tónlistarfinum.

Hvað? Söngleikurinn Vorið vaknar
Hvenær? 20.00
Hvar? Samkomuhúsið Akureyri
Leikfélag Akureyrar sýnir.

Hvað? Útgáfutónleikar Óreglu
Hvenær? 21.30
Hvar? Hressingarskálinn
Óregla skartar átta hljóðfæraleikurum auk söngkonu. Tónlistin er fönk með vægri þjóðfélagsádeilu og klassiskum áhrifum. Aðgangseyrir er 1.500 kr.

Sunnudagur

8. MARS 2020

Fjölskyldudagskrá

Hvað? Tækni- og snjallsíamamessa
Hvenær? 11.00
Hvar? Árbæjarkirkja
Í tilefni æskulýðsdags Árbæjarkirkju munu börn úr barnastarfi kirkjunnar syngja, dansa, leika og lesa. Kirkjugestir eru hvattir til að koma með farsíma.

Hvað? Vistvænn markaður
Hvenær? 11.00-17.00
Hvar? Ægir, brugghús, Eymaslóð 5 R
Fjölbreyttar verðslanir kynna umhverfsvænar barnavörur, heimilislýður og lífsstílsengdar vörur, svo nokkuð sé nefnt.

Myndlist

Hvað? Í anddyrinu / Gathering
Hvenær? 12.15
Hvar? Fordyri Hallgrímskirkju
Myndlistarsýning Karlottu Blöndal, verður opnuð við messulok á allþjóðlegum baráttudegi kvenna.
Hvað? Leiðsögn safnstjóra
Hvenær? 14.00
Hvar? Listasafn Einarssonar Sigríður Melrós Ólafsdóttir, fráfarandi safnstjóri Listasafns Einarssonar, segir frá list Einarssonar, lífi hans og Önnu í Hnitbjörgum.

Hvað? Listamannspjall
Hvenær? 15.00
Hvar? Gerðarsafn, Kópavogi
Listamennirnir Cláudia Hausfeld og Pétur Thomsen, ásamt sýningarstjóranum Brynju Sveinsdóttur, leiða gesti um sýninguna Afrít.

Leiklist

Hvað? Tröll
Hvenær? 14.00 og 16.00
Hvar? Hof, Akureyri
Leikfélag Verkmenntaskólans sýnir, í leikstjórn Kolbrúnar Lilju Guðnadóttur.

Hvað? Stílæfingar - leiklestur
Hvenær? 16.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Verkið, sem er eftir Raymond Queneau, telst eitt frumlegasta og þekktasta verk í frönskum bókmenntum síðari ára.

Tónlist

Hvað? „Úrkynjuð“ tónlist
Hvenær? 12.15-13.15
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Tónleikarnir eru helgaðir gyðingatónskaldum sem voru hrakin burt eða send í fangabúðir af nasistum sem álitu verk þeirra „úrkynjuð“.

Hvað? Vindurinn blæs og báran vaggar - örtónleikar
Hvenær? 14.00
Hvar? Listasafn Árnesinga
Pamela De Sensi flautuleikari flytur þrjú flautuverk eftir Elínu Gunnlaugsdóttur, tónskáld.

Hvað? Tónleikar Kammermúsikklúbbsins
Hvenær? 16.00
Hvar? Norðurljós, Hörpu
Strokkvartettinn Siggí leikur tvo strengjaktvartetta eftir Beethoven auk nýrra verka eftir Oliver Kentish og Veronique Vöku.

Aðrir viðburðir

Hvað? Fullorðins fjölbragðasýningin Búkalú
Hvenær? 22.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu 22
Búkalú, sýning Margrétar Erlu Maack og fleiri skemmtikrafta, blandar saman burlesque, sirkusi, og gríni. Bannað innan 20 ára.

VINNINGASKRÁ

3. flokkur 2020
Útdráttur 5. mars 2020

HAPDRÆTTI

Happdrætti SÍBS er hornsteinn framkvæmda á Reykjalundi



ÆDALVINNINGUR kr. 5.000.000

25251

PENINGAVINNINGAR kr. 500.000

22253

24937

31443

40480

58827

63822

64116

66750

67019

79890

AUKAVINNINGAR kr. 100.000

25250

25252

PENINGAVINNINGAR kr. 100.000

244

2437

3912

4352

4697

4890

7188

7276

7432

7957

8385

8810

11516

12136

12333

13236

13376

14949

15664

16218

16557

17403

17438

17514

17533

17533

18095

18095

18932

19803

21222

21409

22025

22377

22666

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

25238

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 umhverfisvænna 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 umhverfisvænan 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.

eggardar.

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.



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



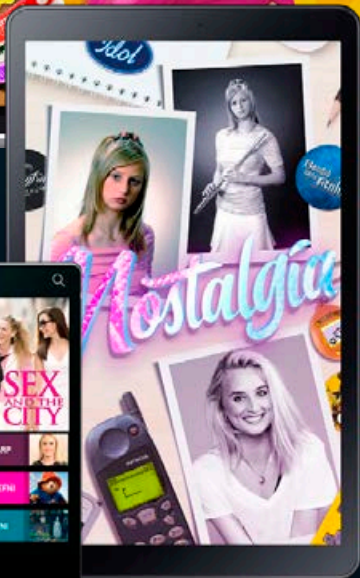
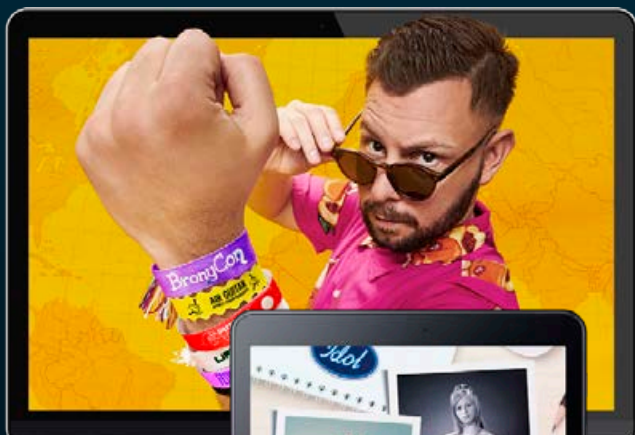
Hyundai | Kaupúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

Laugardagur

Stærsta efnisveita með íslenskt sjónvarpsefni

Vandað íslenskt sjónvarpsefni, nýjustu erlendu þáttaraðirnar, barnæfni með íslensku tali og hátt í þúsund kvikmyndir.

Verð aðeins
3.990 kr./mán.



MARAPON

Tryggðu þér áskrift
stod2.is | 1817

HRINGBRAUT

20.00 Heyrnin – Fyrri þáttur (e) Heyrnin er tveggja þátta fræðsluröð um þau úrræði sem bjóðast fólki sem glímir við heyrnartap.
20.30 Heyrnin – Seinni þáttur (e) Heyrnin er tveggja þátta fræðsluröð um þau úrræði sem bjóðast fólki sem glímir við heyrnartap.
21.00 Lifð er lag (e) Upplýsandi og fróðlegur þáttur um allt sem viðkemur fasteignum og góðum húsráðum.
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
07.19 Refurinn Pablo
07.24 Með afa í vasanum
07.36 Sara og Önd
07.43 Söguhúsið
07.51 Nelly og Nóra
07.58 Hruturinn Hreinn
08.05 Bubbi byggir
08.16 Alvinn og íkornarnir
08.27 Bangsímón og vinir
08.49 Millý spyr
08.56 Sammi brunavörður
09.06 Hvolpasveitin
09.29 Stundin okkar
09.55 Gettu betur Seinni undanúrslit. Versló - MR
11.00 Vikan með Gísla Marteini
11.45 Menningin - samatekt
12.15 Kiljan
13.00 Bikarúrslit kvenna í handbolta Bein útsending.
15.30 Bikarúrslit karla í handbolta Bein útsending.
17.50 Táknálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Nýi skólinn
18.13 Hvergidrengir
18.39 Hjörðin - Kiðlingur
18.43 Rammvillt – Lagt af stað Kristín og Arnór leggja af stað í tjaldútileguna. Þegar þau hafa tjaldað uppgötva þau að þau eru ekki viss um hvernig þau komast aftur heim.
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Söngvakeppni sænska sjónvarpsins Melodifestivalen 2020 Útsending frá úrslitum sænsku söngvakeppninnar, Melodifestivalen, í Stokkhólmi þar sem ræðst hvaða lag fer fyrir Svíþjóðar hönd í Eurovision í Hollandi.
21.45 Bíóást. Stand by Me. Samheldni Að þessu sinni er það kvikmyndin Stand by Me frá árinu 1986 í leikstjórn Robs Reiner. Myndin gerist við lok sjötta áratugarins og segir frá fjórum ungum vinum sem leggja af stað í leiðangur inn í skóglendi Oregon eftir að þeir fréttu að þar sé að finna lík drengs sem týndist nokkrum dögum áður.
23.20 Thelma & Louise
01.25 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.10 2019 Presidents Cup Official Film
09.00 European Tour Bein útsending frá Commercial Bank Qatar Masters á Evrópumótaröðinni.
13.30 PGA Tour 2020
17.30 Arnold Palmer Invitational Bein útsending frá Arnold Palmer Invitational á PGA-mótaröðinni.
23.00 European Tour 2020

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 Dr. Phil
12.15 The Late Late Show
13.00 Everybody Loves Raymond
13.25 The King of Queens
13.45 How I Met Your Mother
14.10 The Good Place
14.30 Arsenal - West Ham Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
17.00 The King of Queens
17.20 How I Met Your Mother
17.45 For the People
18.30 Top Chef
19.15 Kokkafلاك
19.45 Family Guy
20.10 Legally Blonde 2. Red, White and Blonde Hin lífs glaða Elle Woods er mjög hrifin af réttindum dýra, svo mjög að hún leggur allar fyrirætlunir um brúðkaup á hilluna, svo hún geti farið til Washington D.C. að vinna fyrir þingkonu, til að fá lög um tilraunir á dýrum samþykkt. Dyravörðurinn á íbúðablokkinni sem hún býr í er fljótur að kenna henni á borgina.
21.45 Blue Ruin
23.20 Creed II
01.25 Minority Report
03.45 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta Nokkrir blúsar og bjart með köflum
08.00 Morgunfréttir
08.05 Konur á fjöllum
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregni
10.15 Minningargreinar (4 af 5)
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregni
13.00 Gestaboð
14.00 Marcel Duchamp Árhif Duchamp á Íslandi
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Tónlist frá A til Ö
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregni
18.53 Dánarfregni
19.00 Sveifludansar Champion Jack Dupree, Sigurður Flosason og Bill Evans
20.45 Fólk og fræði
21.15 Bók vikunnar Ó - um þegnrett tegundanna í íslenskrí náttúru
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregni
22.10 Passíusálmur (23 af 50)
22.15 Heimskviður
23.05 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.30 Can You Ever Forgive Me
13.15 Hot Shots!
14.35 Charlie and the Chocolate Factory
16.30 Can You Ever Forgive Me
18.10 Charlie and the Chocolate Factory
20.05 Hot Shots!
21.30 Wonder Woman
23.45 The Book of Love
01.30 Operation Avalanche
03.00 Wonder Woma

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Dagur Diðrik
08.40 Tip the Mouse
08.50 Blíða og Blær
09.15 Zigby
09.25 Skoppa og Skritla
09.40 Mæja býfluga
09.50 Heiða
10.10 Latibær
10.35 Lína Langsokkur
11.00 Ævintýri Tinna
11.25 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
12.00 Bold and the Beautiful
12.40 Bold and the Beautiful
13.00 Bold and the Beautiful
13.25 Bold and the Beautiful
13.45 McMillions
14.45 Grand Designs Australia
15.35 Battle of the Fittest Couples
16.15 Um land allt
17.00 Nostalgia
17.35 Föstudagskvöld með Gumma Ben og Sóla
18.00 Sjáðu
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakinn
19.00 Lottó
19.45 The Day After Tomorrow
21.50 The Wife
23.30 Lord of the Rings. The Fellowship of the Ring
02.25 211

STÖÐ 3

14.30 Friends
15.55 Friends
16.20 Schitt's Creek
16.40 It's Always Sunny in Philadelphia
17.05 Framkoma
17.35 The Great British Bake Off
18.35 Swiped. Hooking Up In the Digital Age
20.00 Masterchef USA
20.40 GYM
21.00 Grand Designs
21.50 Angie Tribeca
22.10 Succession
23.10 Krypton
23.50 Schitt's Creek
00.15 It's Always Sunny in Philadelphia

STÖÐ 2 SPORT

06.55 Haukar - Njarðvík
08.35 KR - Stjarnan
10.15 Dominos Körfuboltakvöld karla
11.50 Ensku bikarmörkin
12.25 Bristol City - Fulham Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
14.45 Swansea - WBA Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
16.55 Atalanta - Lazio Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
19.15 La Liga Report Upphitunarpáttur fyrir leikina í spænsku úrvalsdeildinni.
19.50 Getafe - Celta Vigo Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
22.10 Vikingur R. - KA
23.50 Atletico Madrid - Sevilla

STÖÐ 2 SPORT 2

14.50 Atletico Madrid - Sevilla Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
17.25 Barcelona - Real Sociedad Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.

FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útlit Saga
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

Sunnudagur

HRINGBRAUT

20.00 Mannamál. Raggi Bjarna (e) Goðsögnin Raggi Bjarna fékk sér sæti hjá Sigmundi Erni og fór yfir ævi sína í tvöföldum þætti af Mannamáli í mars 2019.

20.30 Mannamál. Raggi Bjarna (e) Goðsögnin Raggi Bjarna fékk sér sæti hjá Sigmundi Erni og fór yfir ævi sína í tvöföldum þætti af Mannamáli í mars 2019.

21.00 Söfnin á Íslandi (e) Þáttaröð um íslensk söfn og safnamenningu.

21.30 Heilsugæslan (e) Í þættinum fær Helga María til sín sérfræðinga í heilsumálum ásamt því að fá ráð um hreysti og heilsu frá þekktum einstaklingum.

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 Hróturinn 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 Sigildar teiknimyndir
09.21 Músahús Mikka
09.45 Krakkafréttir vikunnar
10.05 Lestarklefinn
11.00 Silfrið
12.10 Meistaradeildin í hestaiþróttum Bein útsending frá keppni í gæðingafimi í Meistaradeildinni í hestaiþróttum.
16.00 Bikarmót í hópímleikum Bein útsending frá bikarmótinu í hópímleikum í Ásgarði í Garðabæ.
17.50 Tánmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.25 Lífsins lystisemdir
19.00 Fréttir
19.30 Veður
19.40 Íþróttir á sunnudegi
20.00 Landinn
20.30 Hljómskálinn. Ímynd í tónlist er ímyndin mikilvægari en settlistinn, gestalistinn og hljóðið. Hún skiptir öllu máli. Við tölum við helstu týpur íslenskrar tónlistar um það sem þarf til að halda kúlinu, hvað sem á dynur. .
21.05 Ísalög Tunn is
21.50 Franskir bíó dagar - Það sem koma skal. L'avenir
23.30 Drápið Drabet Dönsk kvikmynd frá 2005 um menntaskólakennarann Carsten sem á í leynilegu ástarsambandi við fyrrverandi nemandu sinn, Píl, sem er vinstriástandur aðgerðasinni. Þegar hún er hneppt í gæsluvarðhald fyrir að hafa orðið lögreglumanni að bana ákveður Carsten að skilja við eiginkonu sína og styðja við bakið á Píl. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
01.10 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

09.00 European Tour Bein útsending frá Commercial Bank Qatar Masters á Evrópumótaröðinni.
13.45 PGA Tour
16.35 Champions Tour Highlights
17.30 PGA Tour Bein útsending frá Arnold Palmer Invitational á PGA-mótaröðinni.
23.00 European Tour 2020

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
11.30 Dr. Phil
12.15 The Late Late Show
13.00 Everybody Loves Raymond
13.25 The King of Queens
13.45 How I Met Your Mother
14.10 The Bachelor
16.10 Malcolm in the Middle
16.30 Everybody Loves Raymond
16.55 The King of Queens
17.15 How I Met Your Mother
17.40 The Kids Are Alright
18.05 Með Loga Logi Bergmann Eiðsson stýrir skemmtilegum viðtalsþætti þar sem spennandi og áhrifamiklir einstaklingar eru teknir tali með einstökum hætti eins og Loga er einur lagið.
19.05 Pabbi skoðar heiminn
19.40 This Is Us
20.30 Venjulegt fólk
21.00 Law and Order. Special Victims Unit
21.50 Wisting
22.35 Love Island
23.45 The Walking Dead
00.40 The Handmaid's Tale
01.30 The Capture
02.15 Blue Bloods
03.00 Queen of the South Dramatísk þáttaröð sem byggð er á metsölubók eftir Arturo Pérez-Reverte.
03.45 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Trió. Vestur um haf
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregni
10.15 Bók vikunnar Blinda
11.00 Guðsþjónusta í Langholtskirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregni
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífnu. Blóðhófnir
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Minningargreinar (4 af 5)
18.50 Veðurfregni
18.53 Dánarfregni
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Fólk og fræði Landbúnaðarháskóli Íslands; samræður um Hvanneyri
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregni
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

09.30 I Am Sam
11.35 Isle of Dogs
13.15 Crazy Rich Asians
15.15 I Am Sam
17.20 Isle of Dogs
19.00 Crazy Rich Asians
21.00 King Arthur. Legend of the Sword
23.00 Why Stop Now
00.25 Rough Night
02.05 King Arthur. Legend of the Sword

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Blíða og Blær
08.45 Dóra og vinir
09.05 Stóri og Litli
09.15 Mæja býfluga
09.30 Latibær
09.50 Zigby
10.05 Lina Langsokkur
10.25 Lukku-Láki
10.50 Ævintýri Tinna
11.15 Það er leikur að elda
11.35 Friends
12.00 Nágrannar
13.25 Nágrannar
13.50 Doghouse
14.40 American Woman
15.00 Friends
15.25 The Great British Bake Off
16.30 Steinda Con. Heimsins furðulegustu hátíðir
17.00 Heimsókn
17.30 60 Minutes
17.40 Viglínar
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakinn
19.05 Nostalgía
19.20 McMillions
20.15 Deadwater Fell 1
21.10 The Sinner
21.55 Homeland
22.45 Manifest
23.30 The Outsider
00.20 Big Little Lies
01.10 Big Little Lies
02.00 Big Little Lies
02.55 Thirteen
03.50 Thirteen

STÖÐ 3

14.35 Seinfeld
16.05 Seinfeld
16.25 Hið blómlega bú
17.25 Modern Family
17.45 Besta svarið
18.25 One Born Every Minute
19.10 Besti vinur mannsins
19.35 You're the Worst
19.55 One Born Every Minute
20.45 Keeping Faith
21.35 The Americans
22.25 iZombie
23.05 All American
23.45 Hið blómlega bú

STÖÐ 2 SPORT

07.00 Bristol City - Fulham
08.40 PGA Tour. The Cut
09.05 Barcelona - Real Sociedad
10.45 Evrópudeildin - fréttabúttur
11.20 Fiorentina - Brescia Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
13.50 Inter - Sassuolo Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
16.10 NBA. David Stern. 30 Years
16.55 Bologna - Juventus Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
19.15 Eusana deildin í hestaiþróttum
19.50 Real Betis - Real Madrid Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
22.10 Hellas Verona - Napoli
23.50 Villarreal - Leganes

STÖÐ 2 SPORT 2

13.50 Hellas Verona - Napoli Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.
19.35 Roma - Sampdoria Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

STÖÐ 2 SPORT 3

17.20 Villarreal - Leganes Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.

Dagskráin á Hringbraut

h



Bílalíf

Ekki missa af fyrsta þætti
mánudaginn 9. mars
kl. 21:30

Hraðskreiður, kraftmikill og al-íslenskur bílapáttur í anda **Top Gear**. Bílaáhugafólk heimsótt og rýnt í bílaflota þess. **Nýjustu bílarnir** á markaðnum prufukeyrðir og þeir bornir saman.

Kynnumst **Bílasportmenningunni** á Íslandi og ræðum við keppendur í hinum ýmsu keppnisgreinum. Farið er á stærstu bílasýningar heims og skyggst inn í hinn síbreytilega bílaheim og það sem **framtíðin ber í skauti sér**.



Umsjónarmaður:
Finnur Orri Thorlacius

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is

Fylgstu með!

LÍFIÐ



Gauti ásamt Hlyni Helga og Hafþóri en þeir vinna nú við að skapa sjónrænan heim við nýju plötuna. MYNDIR/ERNIR

Ég dýrka lífið og fjölskyldan er mér allt

Það er von á Bleiku skýi frá **Emmsjé Gauta**, en það er nafnið á nýjustu plötunni. Hennar hefur verið beðið í ofvæni, enda Gauti einn vinsælasti tónlistarmaður landsins. Hann stendur nú í stórframkvæmdum við að skapa sjónrænan heim við plötuna.

Von er á nýrri plötu frá Emmsjé Gauta, en hennar hefur verið beðið í ofvæni, enda Gauti einn vinsælasti tónlistarmaðurinn á landinu í dag. Gauti Þeyr Másson, eins og hann heitir réttu nafni, gaf síðast út plötuna Fimm fyrir tveimur árum. Nýja platan hefur hlotið nafnið Bleikt ský og stefnt er á að gefa hana út í maí.

„Grunnteymið bak við plötuna eru ég, Þormóður Eiríksson, Björn Valur Pálsson og ReddLights. Platan er stúfoll af poppi og rappi. Á henni ferðast ég á milli þess að vera á bleiku skýi og alla leið í storminn. Fullkominn mixtúra sem tvinnast vel saman,“ segir Gauti.

Eitt lag fór í hakkavélina

Vinnan við Bleikt ský hófst að sögn Gauta um leið og síðasta plata var komin út.

„Í raun og veru er ég alltaf að vinna í næsta verkefni eftir að plata kemur út, þetta er rúmt ár sem ég hef verið að vinna að þessu efni en sum lögin eru eldri en síðasta plata en pössuðu við hugmyndina að baki þessari breiðskífu,“ segir hann.

Var mikið efni sem komst ekki á plötuna sjálfa?

„Flest sem átti að fara á plötuna náði inn nema eitt lag sem fór í hakkavélina, ég hef þó verið að semja helling á hliðarlínunni og er strax farinn að leggja drög að þar-

ÞAD ER NAUÐSYNLEGT AÐ HALDA Í BARNIÐ Í SÉR, EN ÞAD ER LÍKA NAUÐSYNLEGT AÐ ÞROSKAST. BARN ÞEGAR ÞAD Á VIÐ, FULLORÐINN ÞEGAR ÞAD Á VIÐ. FULLKOMINN MILLIVEGUR.

næstu plötu, það væri samt galið að fara að tala um hana strax.“

Varstu í einhverri tilraunastarfsemi, prófa eitthvað nýtt og öðruvísi, eða er þetta aðallega klassískur Emmsjé Gauti?

„Þú munt heyra „klassískan“ Gauta á þessari plötu í bland við tilraunastarfsemi. Malbik er gott dæmi um nýjan hljóð frá mér en það lag er þó eina lagið á þessari plötu í þeim stíl. Mér hefur alltaf þótt gaman að leika mér með poppelement í bland við hiphop, það skín í gegn í nokkrum lögum á plötunni.“

Skapa sjónrænu hliðina

Það má segja að að baki plötunnar sé mun stærri hugsjón og heimur en bara einfaldlega tónlistin. Gauti og teymi í kringum hann standa nú í stórræðum í stærðarinnar skemmu á ónefndum stað á höfuðborgarsvæðinu.

„Við erum að vinna í leikmynd fyrir plötuna „BLEIKT SKÝ“. Hlynur Helgi Hallgrímsson sér um hönnunina á henni og hans hægri hönd í verkinu er Hafþór Waldorff.

Við erum að fara í myndatökur og myndbandsgerð í rýminu sem við erum að skapa. Ég fékk þessa mynd í hausinn þegar ég var að fara í háttinn eitt kvöldið og það hefur gengið ótrúlega vel að hanna rýmið. Þetta er í raun gert til þess að hafa meiri stjórn á aðstæðum og ná að gera sjónrænu hliðina eins flotta og hægt er. Strákarnir eru ótrúlega flinkir að smíða en ég sé um að vera fyrir og taka simtöl fyrir alls konar reddingar. Ég er bókstaflega bara að gera eitthvað á þessum myndum til að lúka eins og ég sé handlaginn sem ég er svo sannarlega ekki,“ segir hann.

Er þetta stærsta verkefni sem þú hefur farið í á þessum nótum?

„Ég hef aldrei farið í nákvæmlega þessa típu af tónlistarmyndbandi. Ég hef unnið frábær verkefni með alls konar aðilum og farið í stór framleiðsluferli til dæmis með Magnúsi Leifssyni og Frey Árnasyni. Það að byggja leikmynd og skjóta í henni er alveg nýtt fyrir mér, svo já, þetta er örugglega stærsta verkefnið sem ég hef farið í á þessum nótum.“

Hvernig gengur verkefnið og samvinnan?

„Við erum allir vinir og lítum meira á þetta sem fjór heldur en vinnu. Það fá allir að koma með sitt innleggi verkefnið sem gengur mjög vel. Þið munið að öllum líkindum sjá hluta af verkefninu í þessum mánuði og rest þegar liður að útgáfu plötunnar.“

Alltaf nóg að gera

Hvað er á döfnni hjá þér?

„Halda AK Extreme á Akureyri í apríl, platan, familían, steikja hamburgara í Hagavagninum, semja meiri músík og spila endalaust af giggum ef veiran leyfir.“

Tilkynnt var í síðustu viku að Gauti yrði einn af aðallistamönnum á Þjóðhátíð í ár.

„Ég er mjög spenntur fyrir Þjóðhátíð, dýrka að spila þar. Það er svakaleg tilfinning að standa á stóra sviðinu og horfa yfir brekkuna. Það skaðar ekki heldur að hafa hittara undir beltinu sem fólkíð kann. Ég er til dæmis mjög spenntur fyrir að taka Malbik í fyrsta sinn á Þjóðhátíð.“

Hann segir ekki enn búid að negla niður dagsetningu fyrir útgáfutónleika, en það sé planið að halda veglega og flotta tónleika, þar sem hann hélt ekki slíka í kjölfar útgáfu síðustu plötu.

„Ég er að halda AK Extreme fyrir norðan í apríl með fullt af góðu liði og spila þar líka. Þjóðhátíð er örugglega stærsta gíggið í dagatalinu eins og er en svo verða útgáfutónleikar



Gauti segist gera sitt besta til að hjálpa til, en ekki vera handlaginn sjálfur.



Hlynur Helgi hengir upp spegil á meðan Gauti segist vera duglegri við hringja út um allan bæ og redda því sem vantar.



Gauti stefnir að því að gefa plötuna út og halda útgáfutónleika í maí.

fyrir plötuna „BLEIKT SKÝ“ einhvern tímann eftir útgáfuna. Planíð er að halda ekki hefðbundna tónleika. Útgáfutónleikar verða að vera eitthvað spes dæmi, allavega finnst mér það nauðsynlegt. Síðast þegar ég gaf út plötu þá hafði ég ekki tíma til að plana eitthvað stórt sökum þess að það var svo stutt í Júlívenner á þeim tíma svo ég sleppti þeim. Ég á inni tvöfalda orku fyrir þessa tónleika sem ég mun tilkynna síðar þegar planið er komið aðeins lengra.“

Hinn fullkomni millivegur

Þú rappaðir á sínum tíma að þú værir 24 ára, bara barn og eitthvað segði þér að þú yrðir það alltaf. Hefur það breyst á þeim sex árum sem hafa liðið síðan?

„Það er nauðsynlegt að halda í barnið í sér, en það er líka nauðsynlegt að þroskast. Barn þegar það á við, fullorðinn þegar það á við. Fullkominn millivegur,“ svarar Gauti.

Fannst þér það hafa breytt því hvernig þú skapar og vinnur tónlist að verða fjölskyldumaður?

„Ég held það hafi allt áhrif á það

hvernig ég skapa tónlist, hvert einasta skref sem maður tekur er einhvers konar breyta í lífinu svo það hefur óhjákvæmilega áhrif á mig að ég sé orðinn fjölskyldumaður. Ég dýrka lífið mitt og fjölskyldan er mér allt.“

Í myndatökunni skartaði Gauti forlata bleikri úlpu frá 66°Norður. Það er ekki óalgengt að þekktir rapparar séu með annan fótinn í tísku- og hönnunarheiminum. Er nokkuð von á línu frá Emmsjé Gauta?

„Þessi bleika úlpa er svo bjúti-fúl. Hún er ekki komin í búdir enn þá en ég fékk að stelast í hana því hún passar svo vel inn í bleiku leikmyndina okkar. Ég hef áhuga á hönnun en eins og hefur komið fram áður þá er ég ekkert svakalega handlaginn, ég er samt ágætur í að fá alls konar misgóðar hugmyndir sem er gaman að skapa svo í kjölfarið með hönnuðum. Ég hef gert nokkrar flikur með 66°N áður og mun alveg pottþétt vinna eitthvað með þeim í aðdraganda útgáfunnar,“ segir Gauti.

steingerdur@frettabladid.is

UTILIF.IS

20% afsláttur af nýjum vörum frá TNF
Gildir í verslunum og á utilif.is*

20%
AFSLÁTTUR
5.-9. MARS



- KÍKTU Á ÚRVALIÐ Á UTILIF.IS

ÚTILÍF

síðan 1974

KRINGLUNNI · SMÁRALIND
utilif.is

Lífið í vikunni
01.03.20-
07.03.20



HEIMSENDASÝN JÓHANNSSON

Tveimur árum eftir ótímabært andlát sitt vekur Jóhann Jóhannsson stormandi lukku með kvikmyndinni *Last and First Men*, sem því miður reyndist bæði fyrsta og síðasta leikstjórnarverkefni hans. Þórir Snær Sigurjónsson segir það hafa verið einmanalegt að klára myndina án leikstjórnans.



ÍSLENDINGABÓK Á GRÍSKU

Íslendingabók Ara fráða er komin út á grísku. Stergio Barbarousis þýddi með hjálp Jóns Sigurðar Eyjólfssonar rithöfundar, en þeir kynntust þegar Stergio starfaði fyrir sendinefnd ESB á Íslandi.

BJÓST EKKI VIÐ TÆKI-FÆRINU

„Nú er bara kominn eldur undir rassinn á okkur,“ sagði Daði um þá velgengni sem honum og Gagnamagninu er spáð í Eurovision í maí, en lag hans hefur vakið mjög mikla athygli úti um allan heim.



TÓNLIST FYRIR UNGBÖRN

Sigrún rekur Suzukiskóla Sigrúnar. Hún stendur fyrir Bambaló-tónlistartímum fyrir börn niður í þriggja mánaða aldur. Hún segir tónlistarnám stuðla að aukinni einbeitingu og tilfinningalegri næmni

OPÍÐ Á SUNNUDÖGUM Í DORMA SMÁRATORGI

SIMBA
DÝNURNAR HENTA BÆÐI Í HEFÐBUNDIN OG STILLANLEG RÚM

Eftir áralanga þróun og prófanir höfum við náð markmiði okkar.

Við höfum búið til eina þrouðustu dýnu heims

Simba tvinndýnan er gerð úr einstakri samsetningu 2500 keilulaga gorma og móttækilegs minnissvamps.

Fáðu betri svefn - sama hvert svefnmynstur þitt er.

SIMBA STÆRÐIR	VERÐ
Dýna 80 x 200 cm	79.990
Dýna 90 x 200 cm	89.990
Dýna 90 x 210 cm	94.990
Dýna 100 x 200 cm	94.990
Dýna 120 x 200 cm	104.990
Dýna 140 x 200 cm	114.990
Dýna 160 x 200 cm	134.990
Dýna 180 x 200 cm	149.990
Dýna 180 x 210 cm	159.990
Dýna 200 x 200 cm	169.990



Kjörin heilsudýna ársins á meðal 10.637 þátttakenda í neytendakönnun KANTAR TNS í Bretlandi



Komdu og kynntu þér Simba í næstu Dormaverslun eða á www.simba.is



Ari sem heldur hér á kettinum Páli Óskari semur, útsetur og spilar á öll hljóðfæri sjálfur og segist því vera „kominn með nett ógeð á lögnum loksins þegar þau koma út.“ FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ari undirbýr endalokin

Tónlistarmaðurinn Ari nánast kulnar í kyrrþey við lagasmíðar og er því aðeins einni plötu frá fyrirfram ákveðnum endalokunum.

Tónlistarmaðurinn Ari Guðmundsson er rúmlega hálfnaður með sólóferil sinn, sem hann hefur ákveðið að muni telja þrjár stórar plötur, fimm smáskífur og síðan ekki söguna meir.

„Ég gef út þrjár plötur og hætti síðan að minnsta kosti þessum sólóferli,“ segir Ari sem þegar hefur sent frá sér tvær þessara platan en er að rótast í nokkrum smáskífum, áður en hann snýr sér að síðustu LP-plötunni.

Ari segir plöturnar þrjár þema-tengdar þótt tónlistin sem hann leikur á þeim sé ólík innbyrðis. „Þessar þrjár plötur eru ólíkar en tengjast meðal annars í útliti,“ segir Ari og vísar í plötuumslögin sem hluta af heildinni þótt útgáfan sé að mestu stafræn eins og gengur og gerist á þessum síðustu og verstu upplýsingatæknitímum.

Tilgerðarlaus tilgerð

„Svona án þess að maður sé að reyna að vera of tilgerðarlegur eða fara út í eitthvert konsept-dæmi þá heitir fyrsta platan Fræ og sú næsta Radikoj, sem þýðir rætur á esperanto,“ segir Ari og heldur áfram: „Sem er eins tilgerðarlegt og það getur orðið en það verður að hafa það. Mér fannst skemmtileg þæling að hafa eitthvað svona á hálfdaudu tungumáli.“

Þriðja platan verður svo eitthvað tengd þessu án þess að ég sé alveg



Ari fékk Togga vin sinn til þess að syngja Anthem með sér. Næsta smáskífa kemur út 23. mars.

búinn að negla það niður,“ segir Ari sem er núna í miðjum smáskífu millikaflanum. „Núna ætla ég að gefa út fimm smáskífur sem nokkurs konar framhald af Radikoj-plötunni.“

Fyrsta lagið Anthem er þegar komið út og „næsta smáskífa er Lock n' load,“ segir Ari, sem áætlað er að gefa út eitthvað í kringum 40 lög á tiltölulega skömmum tíma, þremur til fjórum árum, „áður en ég set gítarnöglina á hilluna.“

Kulnað í kyrrþey

Ari sinnir tónlist sinni að mestu einn með sjálfum sér og eftir lýsingum hans að dæma fylgja listsköpuninni nokkuð dæmigerð einkenni kulnunar og því lágmark að gefa tónlistinni líf með því að gefa hana út.

„Mér finnst flest sem þarf að gera í tónlistarbransanum erfitt en maður vill endilega að fólk heyri eitthvað af þessu því maður hefur lagt mikið í þetta og mikla vinnu í að gera þetta. Ég er náttúrulega með fjölskyldu og gef mér eiginlega ekkert meiri tíma í þetta en ákvað að ég þyrfti að koma þessu frá mér,“ segir Ari um þau mörk sem hann hefur sett sér.

„Annars væri ég hræddur um að heilinn í mér myndi springa og ég sæi eftir því að hafa ekki drullast til að gefa neitt út í banalegunni. Hvenær sem það verður gæti maður hafið að hugsa að maður hefði kannski átt að gefa eitthvað út af þessum helvitis lögum.“

Fortíðarþrá

Ari gengst fúslega við áhrifum þess mikla veganista Morrissey og að hann horfi meðal annars til hljómsveitar hans, The Smiths, þegar takturinn í útgáfu hans er annars vegar. „Ég er náttúrulega kannski undir miklum áhrifum frá Morrissey, í textagerð, sérstaklega áður en hann missti vitið,“ segir Ari og bætir því aðspurður við, að hann sé þó ekki enn kominn á sama stað og Morrissey í matargerð.

„Þessar þælingar hjá The Smiths og fleirum, sem gáfu bara út smáskífur án þess að lögin væru á plötum, voru skemmtilegar. Ég er náttúrulega bara vonda skotinn í þessu eins og það var í gamla daga, plötur og smáskífur, það var allt betra í gamla daga.“ toti@frettabladid.is

DANSKIR DAGAR

Í HÖLLINNI

Við fögnum 55 ára sameiginlegri sögu
Húsgagnahallarinnar og danskrar hönnunar.
Við bjóðum upp á spennandi tilboð fyrir lifandi heimili.
Vertu eins og heima hjá þér – komdu við og fáðu þér sæti.



ALLAR
DANSKAR
VÖRUR*
20%
AFSLÁTTUR

* Gildir ekki af sérpöntunum og einungis af völdum vörum frá Skovby.



MORRISON

Borðstofuborð úr hvíttaðri olúborinni gegnheilli eik.

MORRISON borðstofuborðið er 100 cm breitt, 200 cm langt og hæðin er 73 cm. Það er stækkanlegt í 358 cm með þremur stækkunum sem fylgja. Hægt er að kaupa viðbótarstækkunar sem gera það mögulegt að stækka borðið í 512 cm. Hvíttuð, olúborin eik.

311.949 kr. ~~366.999 kr.~~



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 | Sími: 558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstríkað verð sýnir fullt verð vöru. Tilboð gilda til 30. mars eða á meðan birgðir endast.



**HÚSGAGNA
HÖLLIN**

BYKO

Nýtt blað á byko.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengi.

Málning | Verkfæri | Háþrýstidælur
Parket & flísar | Eldhús & bað og margt fleira



**20%
afsláttur**
af öllum grænum
BOSCH
háþrýstidælum



**30%
afsláttur**
af öllum GUNSAN
rofum & tenglum



**25%
afsláttur**
af öllum
járnhillum



Umhverfsvottuð málning



**20%
afsláttur**
af allri vegg- og
loftamálningu

málning



**25%
afsláttur**
af öllum eldstæðum,
& geisla- og
gashiturum



Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land



25%
afsláttur
af öllu parketi
og flísum



Ertu á leið í framkvæmdir?
Framkvæmdaráðgjöf fyrir einstaklinga
Í samstarfi við **Gísla Álfgeirsson** hjá Heildstæðri Hönnun getum við verið þér innan handa frá upphafi framkvæmda og auðveldað þér þannig lífið.
Allar nánari upplýsingar og skráning á:
www.byko.is/framkvæmdaradgjof



Höfum það notalegt



25%
afsláttur
af öllum Grohe blöndunar-tækjum

Ánægðustu viðskiptavinirnir þriðja árið í röð!*



Takk aftur!

*Skv. könnun Íslenzku ánægjuvogarinnar 2017, 2018 og 2019 á ánægju viðskiptavina á byggingavörumarkaði.



BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN



BAKÞANKAR

Margrétar
Kristmannsdóttur



Neyðarástand

Hailbrigðisyrfirvöld hafa lýst yfir neyðarástandi vegna kórónaveirunnar. Hér á landi hafa yfirvöld tekið fast á málum og er almenningur upplýstur daglega um framvindu mála. Enginn veit hvernig komandi vikur og mánuðir verða og óvissan um hvað er fram undan er mikil.

Atvinnulífið fer ekki varhluta af ástandinu. Hjá mörgum er gríðarlegur samdráttur og það mun reynast mörgum fyrirtækjum erfitt að komast í gegnum þennan öldudal ef ekki rætist úr fljótlega. Samdráttur í atvinnulífinu þýðir tekjulækkun heimilanna, vaxandi atvinnuleysi og allt mun þetta skerða tekjustofna ríkis- og sveitarfélaga.

Í þessu ástandi hafa geisad verkföll – þau mestu hér á landi um árabil. En deiluaðilar hafa áttað sig á að kjarasamningar gerast ekki í tómarúmi. Einn stærsti þáttur sem taka verður tillit til, þegar samið er um kaup og kjör er ytra umhverfi á hverjum tíma. Reynsla af mörgum kjarasamningum hefur kennt mér að endurmeta þarf, jafnvel oft, hversu líklegt er að upphafleg kröfugerð nái fram að ganga eftir því sem viðræðum miðar áfram. Þegar allt kemur til alls þurfa deiluaðilar að vera læsir á stöðuna og meta hvað hægt er að gera í því ástandi sem við blasir.

Þegar horft er fram á mikla erfiðleika og jafnvel efnahagslegar hamfarir, þá er eitt vist – við þurfum ekki verkföll. Þjóðin þarf að snúa bókum saman og takast á við stöðuna sem blasir við heimsbyggðinni. Í dag er ekki tími verkfalla!

FYRIR SVANGA
FERÐALANGA

Kvikk
ON THE GO



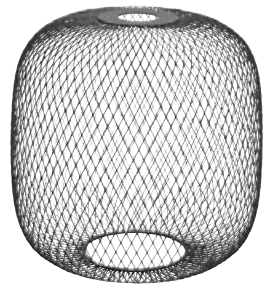
© Inner IKEA Systems B.V. 2020



MARKFROST
rafmagnssnúra
fyrir loftljós
Ljósapera
er seld sér
1.990,-



ROLLSBO
LED ljósapera E27,
200 lúmen
1.890,-



LUFTMASSA skermur Ø26cm

2.490,-



SKURUP
gólf lampi
4.990,-



ROPUDDEN
borðlampi
Ljósapera
er seld sér
2.690,-



NÄVLINGE
kastari í loft,
þriggja ljósa
1.490,-



+
SINNERLIG loftljós
9.990,-



+
ROLLSBO
LED ljósapera
E27, 200 lúmen
3.290,-

Upplýst ákvörðun

Lýsing skiptir höfuðmáli á heimilinu. Með lýsingu getur þú skapað ákveðið andrúmsloft, auðveldað heimilisverkin og bætt lund, svo fátt eitt sé nefnt, og því er mikilvægt að velja góða og rétta lýsingu fyrir heimilið. Í ljósadeildinni eigum við fjölbreytt úrval af lömpum, ljóskösturum og perum sem hjálpa þér að sjá heimilið í nýju ljósi. Líttu við, við tökum vel á móti þér!



+
LAUTERS borðlampi

3.990,-



TÄRNABY
borðlampi
2.990,-

+

ROLLSBO
LED ljósapera E14,
200 lúmen
695,-



Nýtt
TVÄRFOT
borðlampi
1.390,-



+
NÄVLINGE LED
skrifborðslampi
2.290,-



+
ROLLSBO
LED ljósapera E27,
300 lúmen
1.890,-



FADO
borðlampi
25cm
1.990,-



SKALLRAN borðlampafótur
Ljósapera er seld sér
895,-

VEITINGASTAÐURINN Aðeins í mars

Grilluð kjúklinga-
bringa og meðlæti

995,-



Grísnitsel
og meðlæti

995,-



Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingasvið opið 9:00-20:30 - IKEA.is

