



## Ég reyndi allt til að lækna mig sjálf

Leikstjórinn og leikkonan **Tinna Hrafnisdóttir** barðist við ófrjósemi í fimm ár. Eftir að hafa reynt allt til að lækna sig sjálf og undirgengist að eigin sögn allar mögulegar frjósemsaðgerðir réttist loks hennar æðsti draumur, að verða móðir. ➔ 22



Í dag er ég gríðarlega þakklát fyrir að hafa þurft að hafa svolítið fyrir hlutunum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



## Sálin þarf stuðning

Hjördís Sigurðardóttir vill heilbrigðara borgarumhverfi. ➔ 26



## Fallin tjöld

Skammt er milli Paradísar og bíóhallar minninganna. ➔ 28



## Hreinskilin frásögn

Dagbók Ingu Dagnýjar Eydal varð tilefni að bók um kulnun og bata. ➔ 30



## Íslendingar settir í samkomubann

➔ 4/6



Nýtt  
blað  
á byko.is



Frábær  
tilboð

BYKO

GERUM PETTA SAMAN

Verslaðu á netinu





covid.is

# Við erum öll almannavarnir

Covid-19 kallar á samstöðu og ábyrgð okkar allra. Til að auðvelda heilbrigðiskerfinu að ráða við vandann er mikilvægt að takmarka útbreiðslu veirunnar eins og hægt er. Til þess eru ýmis ráð sem við þurfum öll að tileinka okkur.



## Þvóm okkur um hendurnar

Með vatni og sápu. Reglulega - og reglulega vel.



## Forðumst óþarfa snertingu

Finum snertilausar leiðir til að heilsast og kveðjast. Bros er betra en koss og knús.



## Virðum sóttkví

Sóttkví fyrir þau sem mögulega eru smituð og einangrun þeirra sem greinast er nauðsynleg til að hægja á útbreiðslu.



## Hlýtum samkomubanni

Samkomubann tekur gildi aðfararnótt mánudagsins 16. mars. Kynnum okkur vel reglur um bannið og fylgjumst með fréttum.

Á vefnum [www.covid.is](http://www.covid.is) finnur þú fleiri góð ráð,  
traustar upplýsingar og fréttir af stöðu mála.



# Samkomubann

Ákveðið hefur verið að setja á samkomubann frá og með aðfaranótt mánudagsins 16. mars. Bannið gildir í fjórar vikur, til og með mánudagsins 13. apríl (annar í páskum).

Samkomubannið verður í stöðugu endurmati, gæti lengst, styst og breyst eftir því sem aðstæður kalla á.

## Hvaða samkomur eru bannaðar?

Bannið nær til skipulagðra viðburða þar sem fleiri en 100 manns koma saman. Til dæmis:

- ▶ Ráðstefnur, málþing, fundir og hliðstæðir viðburðir.
- ▶ Skemmtanir, s.s. tónleikar, leiksýningar, bíósýningar, íþróttaviðburðir og einkasamkvæmi.
- ▶ Kirkjuathafnir hvers konar, s.s. vegna útfara, giftinga, ferminga og annarra trúarsamkoma.

Að auki þurfa aðrir staðir að tryggja að ekki séu á sama tíma fleiri en 100 manns inni í sama rými. Þetta á t.d. við um veitingastaði, mótuneyti, kaffihús, skemmtistaði, verslanir, sundlaugar, líkamsræktarstöðvar, og söfn. Þessi mörk eiga einnig við um almenningssamgöngur og aðra sambærilegra starfsemi.

Á samkomum, vinnustöðum og í annarri starfsemi þar sem færri en 100 eru samankomnir skal hafa að minnsta kosti tvo metra á milli einstaklinga.

## Hvað fellur ekki undir samkomubann?

Samkomubannið nær ekki til alþjóðaflugvalla, alþjóðahafna, flugvéla eða skipa.

## Skólahald

Töluverðar takmarkanir eru á skólahaldi á meðan á samkomubanninu stendur.

- ▶ Framhaldsskólum og háskólum verður lokað og kennsla fer fram í fjarkennslu eins og hægt er.
- ▶ Grunnskólar mega hafa kennslu í skólabyggingum ef þeir tryggja að ekki séu fleiri en 20 nemendur í sömu kennslustofu og að nemendur blandist ekki milli hópa, til dæmis í mótuneyti eða frímínútum.
- ▶ Leikskólar mega hafa opið ef þeir tryggja að börn séu í fámennum hópum og aðskilin eins og kostur er.

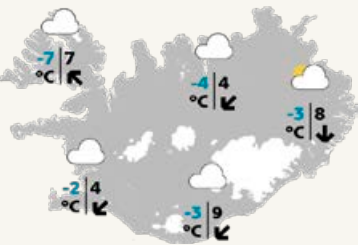
Takmarkanirnar gilda einnig um aðrar menntastofnanir, frístundaheimili, félagsmiðstöðvar og íþróttastarf.



Embætti  
landlæknis  
Directorate of Health



## Veður



Norðlæg átt 8-15 í nótt og él, en hægari og léttskýjað að mestu sunnantil. Dregur úr vindi og ofan-komu í dag og kólnar. Léttskýjað víðast hvar í kvöld og talsvert frost **SJÁ SÍÐU 40**

## Um 60 milljóna tekjur í uppnámi

**FERÐAÞJÓNUSTA** Eva María Þórarinsdóttir Lange, einn eigenda íslensku ferðaskrifstofunnar Pink Iceland, segir að tekjur upp á um 60 milljónir króna séu í uppnámi vegna ákvörðunar Donalds Trump Bandaríkjaforseta um ferðabann til Íslands og annarra Evrópulanda.

Pink Iceland sérhæfir sig í ferðum fyrir hinsegin túrista og þá sérstaklega brúðkaupsferðum. Oft á tíðum er um stóra hópa að ræða en um 80 prósent viðskiptavina fyrirtækisins koma frá Bandaríkjunum.



Eva María Þórarinsdóttir Lange.

„Þessi tíðindi voru gríðarlegt högg og líklega á þessi dagur eftir að verða mjög minnisstæður þegar fram í sækir,“ segir Eva María. Það er ekki bara fyrirtæki hennar sem verður mögulega af tekjum heldur fjölmargir aðrir aðilar sem bjóða upp á fjölbreytta þjónustu fyrir gesti Pink Iceland. „Þetta eru gisti-staðir, veitingastaðir, tónlistarfólk og aðilar í ferðaþjónustu,“ segir Eva María.

Hún segir að fyrirtækið hafi strax ráðist í fyrirbyggjandi aðgerðir til að reyna að lágmarka tjónið. „Þegar tíðindin lágu fyrir sendum við strax út póst á alla okkar viðskiptavinum með hugmyndir að lausnum. Við bentum á þann mögulega að fresta viðburðum frekar en aflýsa þeim og bentum á það hversu lítið og þar með sveigjanlegt íslenskt samfélag er til þess að bregðast við svona aðstæðum. Það hefur rignt inn skilaboðum og við verðum ekki vör við annað en þessu erindi okkar hafi verið vel tekið. Við verðum því að vera bjartsýn um að við náum að takmarka tjónið,“ segir Eva María. – bp

## Guðni mætti í sýnatöku



Skimun Íslenskrar erfðagreiningar fyrir kórónaveirunni hófst í Turninum í Kópavogi í gær. Forsetahjónin, Guðni Th. Jóhannesson og Eliza Reid, voru meðal þeirra 500 sem komu í sýnatöku fyrsta daginn. Haldið verður áfram alla helgina og er gert ráð fyrir að næstu daga verði hægt að taka sýni hjá um þúsund manns á dag. Alls hafa nú um 16 þúsund manns skráð sig í skimun hjá Íslenskrí erfðagreiningu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Gera tilraun með fyrirspurnir

**REYKJAVÍK** Óundirbúnaðar fyrirspurnir verða á dagskrá borgarstjórnarfundna í tilraunaskyni frá því að sumarleyfi lýkur og til ársloka. Þetta var samþykkt á fundi forsætisnefndar í gær. Verða fimm fyrirspurnir á hverjum fundi og skal að jafnaði beina þeim til borgarstjóra.



Marta Guðjónsdóttir.

Þó verður heimilt að spyrja borgarfulltrúa, fallist hann á það.

„Þessi nýbreytni mun verða liður í að gera borgarstjórnarfundina skilvirkari og sveigjanlegri, auka upplýsingaflæði, gagnsæi og glæða áhuga almennings og fjölmörgu á borgarmálefnum,“ segir í bókun Mörtu Guðjónsdóttur, fulltrúa Sjálfstæðisflokksins, sem flutti tillöguna. – sar

## Nemendum gert að yfirgefa heimavistir

Samkomubann sem tekur gildi á mánudaginn leiðir til þess að háskólar og framhaldsskólar loka á nemendum en halda áfram kennslu í fjarnámi. Fjölmargir sem dvelja á heimavistum þurfa að rýma þær og halda til síns heima.

**COVID-19** Sigurbjörn Árni Arngrímsson, skólameistari Framhaldsskólans á Laugum, þarf að senda alla rúmlega hundrað nemendur skólans á braut. Af þeim eru 66 í heimavist.

„Það hefði verið sníll að fá tölvu-póst kvöldið áður um að ég þyrfti að loka skólanum og senda nemendur heim,“ segir Sigurbjörn Árni. Vegna slæmrar færðar víða um land sé óvíst að takist að koma öllum nemendum til síns heima áður en samkomubannið tekur gildi. Tæpur helmingur nemenda skólans sé frá svæðinu milli Vopnafjarðar og Eyjafjarðar. Flestir hinna séu af höfuðborgarsvæðinu.

Sigurbjörn Árni segir nemendur skólans verða áfram í námi að heiman þótt ekki verði unnt að fjarkenna allar greinar. „Kennsla í bandi fellur til dæmis niður,“ segir hann.

Sigurbjörn kveðst þó mjög ánægður með framgöngu stjórnvalda. „Þótt það hefði verið gott að fá smá fyrirvara er ég bara smápeð að stýra litlum skóla úti á landi og ætlast ekki til þess að ég sé efstur í forgangi.“

Margar spurningar vakna, segir Sigurbjörn Árni. Til dæmis reki skólinn stórt mótuneyti fyrir heimavistarnemendum. Launakostnaður þar hverfi ekki þótt allar greiðslur fyrir fæði falli niður í heilan mánuð.

„Við munum halda úti fjarkennslu og stuðningi við nemendur á fjölbreytilegan máta. Þannig að við höldum sambandi við nemendur og nemendur við okkur,“ segir Jón Már Héðinsson, skólameistari Menntaskólans á Akureyri.

Stúdentsefni í MA eiga að geta lokið námi á tilsettum tíma í vor. „Við reynum að halda uppi starfinu svo nemendur séu virkir í sínu námi þó svo það sé í fjarnámi,“ segir Jón Már. Nemendum og starfsfólk taki



Framhaldsskólinn á Laugum sendir um eitt hundrað nemendur sína heim.



Jón Már Héðinsson, skólameistari Menntaskólans á Akureyri.



Sigurbjörn Árni Arngrímsson, skólameistari Framhaldsskólans á Laugum.

stöðunni af miklu æðruleysi.

„Það gerir sér grein fyrir því að þetta eru óvenjulegar aðstæður og að það skiptir öllu máli að allir leggist á eitt og leysi þetta í sameiningu. Ef eitthvað er þá held ég að þetta þjappi fólki saman að sýna samkennd og samstöðu,“ undirstrikar skólameistarinn.

Að sögn Jóns Márs verður heimavist MA og Verkmenntaskólans víssast lokað. Þar eru í vist um þrjú hundrað nemendur sem þurfa þá að snúa til síns heima. „Sumir eiga um langan veg að fara og jafnvel til útlanda. Það er óvíst með það en við reynum að leysa það með stjórnendum heimavistarinnar.“

Árni Ólason, skólameistari Menntaskólans á Egilsstöðum, segir

alla áfanga skólans á kennsluvef. Skólinn og nemendur hans séu því vel undir þessum umskipti búin.

„Síðan munu kennarar skólans gera sitt besta að halda áður dagskólanumum í góðri virkni gegnum hinar ýmsu tæknilausnir,“ segir hann. Námið verði allt á áætlun. „Það eru um 185 dagskólanemar í ME á vorönn og tæplega 500 nemar í fjarnámi en þeir halda auðvitað sínu striki.“

Heimavist og mótuneyti verður lokað. „Ég veit ekki annað en að þessir rúmlega 50 heimavistarbúar geti snúi vandræðalaust til síns heima innan þess tímaramma sem settur er.“

adalheidur@frettabladid.is  
gar@frettabladid.is

**STÓR HUMAR**

**HUMARSÚPA**

**OPIÐ LAUGARDAG 10-15**

**Fiskikóngurinn**

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1 • Sími 555 2800





HÚSASMÍÐJAN

blómaval

Nýtt Húsasmiðjublað er komið út

Skoðaðu öll tilboðin á husa.is



LADY málning  
**25%**  
afsláttur  
af allri LADY málningu

Litur: 7637 EXHALE Málning: LADY Pure Color

Litaprufur  
**25%**  
afsláttur



Græn vara



Parket og flísar  
**25%**  
afsláttur  
af öllu parketi

Parketámynd: Linen/Eik 8mm Vnr. 147430

Við bjóðum upp á handspritt fyrir alla viðskiptavini okkar í öllum verslunum



# Framkvæmdagleði í Húsasmiðjunni



**26%**  
afsláttur

NEO

**12.495 kr**  
~~16.865 kr~~

Verkfæravagn

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



**25%**  
afsláttur

GROHE

**11.190 kr**  
~~14.990 kr~~

Handlaugartæki

Grohe Start, hátt 188 mm. 7910802



**32%**  
afsláttur

BLACK+DECKER

**16.995 kr**  
~~24.995 kr~~

Borvél og herslúvél 18V

Sett með 2 vélum og 2 rafhlöðum, 1,5Ah (Li-ion). 5246080

**Hreingerningavörur** - mikið úrval

Hreinsiefni, sóttthreinsiefni, moppur, tuskur, handsápur, hreinlætisvörur o.fl.



**21%**  
afsláttur

175 kg  
HVER HILLA

AVASCO

**4.995 kr**  
~~6.255 kr~~

Hillurekki Strong 175 Galva

Stærð: 180x90x45 cm, 5 hillur, hver hilla ber 175 kg. Litur: Galv. 5803673



**30%**  
afsláttur

BerlingerHaus

**7.990 kr**  
~~11.515 kr~~

Pottasett 4 stk. Rose Gold

Pottasett 4 stk., panna 24 cm, pottur með glerloki 24 cm og pottur 24 cm. 2001809



**20%**  
afsláttur

Broil King

**55.990 kr**  
~~69.990 kr~~

Gasgrill Crown 320 Stál

9,3 kW brennarakerfi úr ryðfríu stáli. Grillgrindur úr pottjárni. Þrjú brennarar úr ryðfríu stáli. 3000315

**30%**  
afsláttur  
af pottaplöntum, pottum, mold og áburði



**Vefverslun**



husa.is - alltaf við hendina



# Íbúar Reykjanesbæjar í óvissu vegna ástandsins í fluginu

**COVID-19** Sú óvissa sem uppi er varðandi COVID-19 og þau efna-hagslegu áhrif sem faraldurinn hefur snertir íbúa Reykjanesbæjar meira en flest aðra landsmenn samkvæmt Kjartani Má Kjartanssyni bæjarstjóra. Vegur þar ferðabann Donalds Trump á Ísland og önnur Schengen-lönd þungt.

„Maður finnur að sumir eru óttalegnir á meðan aðrir eru pollrólegir,“ segir Kjartan. „Þetta er nær

**Svo kom þetta ferðabann ofan í allt, sem kemur sér mjög illa fyrir okkur sem atvinnu-svæði.**

Kjartan Már Kjartansson, bæjarstjóri



okkur út af náðinni við Keflavíkurflugvöll, þar sem margir bæjarbúar starfa. Svo kom þetta ferðabann ofan í allt, sem kemur sér mjög illa fyrir okkur sem atvinnusvæði.“ En Suðurnesin voru viðkvæm fyrir vegna kólnunar í hagkerfinu og atvinnuleysi um níu prósent. „Þetta er óvissa og við biðum eftir nánari upplýsingum frá Ícelandair. Vinnu-málastofnun, verkalýðsfélögin, það eru allir á tánum að biða og sjá hvað

verður.“ Þá greindu Vikurfréttir frá því að hundruð hótélherbergja og bílaleigubíla hefðu verið afbókuð vegna frestunar varnaræfingar, sem var viðbragð utanríkisráðherra við ferðabanni Trumps.

Líkt og í mörgum öðrum sveitarfélögum hefur verið sett upp neyðarstjórn í stjórnkerfi sveitarfélagsins og fundar hún nú daglega um aðgerðir, upplýsingaöflun og -veitu fyrir 50 starfsstöðvar sveitarfélags-

ins. „Þetta hefur gengið vel og þær aðgerðir sem við höfum farið í hafa notið skilnings,“ segir Kjartan.

Stjórnin hefur meðal annars tekið ákvörðun um að loka ýmsum samkomustöðum, einkum fyrir þá eldri, sem eru mesti áhættuhópurinn. Þá voru tónleikar á vegum tónlistarskólans blásnir af og einnig árs-hátíðir grunnskólanna sem áttu að fara fram í næstu viku, um óákveðinn tíma. – khg

## Fresta gjalddaga opinberra gjalda

**RÍKISFJÁRMÁL** Frumvarp fjármálaráðherra um að gjalddaga helmings opinberra gjalda verði frestað um mánuð, var samþykkt á Alþingi í gær með 47 samhljóða atkvæðum. Sextán þingmenn voru fjarverandi.

Aðeins þetta eina mál var á dagskrá þingfundarinnar í gær og lá fyrir samþykki þingsins um að taka það á dagskrá með afbrigðum, þar sem stutt er síðan frumvarpið var lagt fram.

Lögin gera það að verkum að gjalddagi helmings staðgreiðslu- og tryggingagjalds frestast til 15. apríl, en hefði annars komið til greiðslu á mánudaginn.

Samtals geta því fyrirtæki landsins frestað greiðslu upp á allt að 22 milljarða. Í framsöguræðu sinni hvatti fjármálaráðherra þau fyrirtæki sem ekki þurfa frestinn til að standa skil á greiðslunum að fullu á mánudag. – jþ

## Ábyrgðarleysi og vanvirða

**KJARAMÁL** Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar, gagnrýnir vinnubrögð Sambands íslenskra sveitarfélaga í kjaraviðræðum við félagið. Búið sé að semja við ríkið og borgina fyrir sambærilega hópa á sama atvinnusvæði.

„Það liggur alveg fyrir á hvaða forsendum er hægt að loka samningi við sveitarfélögin,“ segir í yfirlýsingu frá Sólveigu Önnu.

Verkfall um 300 félagsmanna Eflingar sem starfa hjá Kópavogsbæ, Seltjarnarnesbæ, Mosfellsbæ, Sveitarfélaginu Ölfusi og Hveragerðisbæ hefur staðið frá því á mánudag.

Mest hafa áhrifin verið í Kópavogi þar sem grunnskólum hefur verið lokað. „Í stað þess að bretta upp ermar þá draga þau svör og krefjast þess að láta óratíma líða milli funda, sem er ábyrgðarleysi og vanvirða,“ segir enn fremur í yfirlýsingu Sólveigar Önnu. – sar

# Setning samkomubanns sé stór og fordæmalaus ráðstöfun

Ríkisstjórn Íslands hefur sett á fjögurra vikna bann við samkomum sem miðast við 100 manns og tekur gildi aðfaranótt mánudags. Heilbrigðisráðherra segir stjórnina hafa fylgt tilmælum sóttvarnalæknis í nær öllum atriðum. Einnig að ógerlegt sé að meta kostnað vegna faraldursins fyrir heilbrigðiskerfið.

**COVID-19** Samkomubann verður sett á í fyrsta skiptið í lýðveldissögunni. Greint var frá þessu á blaðamannafundi heilbrigðisráðherra í gær. Þar sátu forsætisráðherra, menntamálaráðherra og sóttvarnalæknir einnig fyrir svörum. Tekur bannið gildi aðfaranótt mánudags og gildir í fjórar vikur fyrir samkomur fyrir 100 manns eða fleiri. Þar sem færri koma saman er gert ráð fyrir tveggja metra fjarlægðarmörkum milli fólks.

Á fundinum kom fram að framhaldsskólum og háskólum verður lokað og kennsla fer fram með fjar-kennslu. Leikskóla- og grunnskólastarf heldur áfram, með viðeigandi ráðstöfunum þó, sem á eftir að útfæra nánar. Gildir bannið um verslanir, íþróttaviðburði, ráðstefnur, dansleiki, kvikmyndasýningar, messur, sundlaugar og fleiri staði. Hafnir og alþjóðaflugvellir eru undanskilin. Á fundinum sagði Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra að treyst væri á að fólk framfylgdi þessum ákvæðum. Lögregla myndi ekki vakta stórmarkaði eða sundlaugar. Stórir vinnustaðir þurfa að gripa til viðeigandi ráðstafana.

Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra segir að farið hafi verið eftir tillögum Þórólfs Guðnasonar sóttvarnalæknis í nánast öllum atriðum þegar ákvörðun um samkomubann var sett á. Aðeins hafi verið gerðar tvær smávægilegar breytingar. „Þórólfur lagði til 15 barna stofuhámark í grunnskóla en í auglýsingunni segir 20 og það snerist um framkvæmd. Sú breyting var gerð í samráði við hann,“ segir Svandís. „Hin breytingin varðar tímamörk. Í minnisblaði Þórólfs er talað um ótímabundna aðgerð en eðli



Svandís segir að tillögum sóttvarnalæknis hafi verið fylgt í flestum atriðum. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

» Í gær höfðu 134 tilfelli af COVID-19 verið staðfest hérlandis. Þá eru 1.109 manns í sóttkvi.

málsins samkvæmt þarf hún að vera tímabundin.“ Í viðaukaminnisblaði sóttvarnalæknis frá því í gær kemur fram að hann telji það rétta niðurstöðu að miða við fjórar vikur.

Komi til þess að samkomubanninu yrði breytt á einhverja vegu, til dæmis framlengt eða hert, yrði það að vera gert að beiðni sóttvarna-

læknis. Vísar Svandís til 12. greinar sóttvarnalaga í því samhengi.

„Þetta er mjög stórt skref sem við erum að taka í dag,“ segir Svandís. Hún nefnir ekki frekari aðgerðir til heftingar útbreiðslu að svo stöddu en brýnir fyrir almenningi að huga vel að hreinlæti og handþvotti, sérstaklega þegar komið er inn á nýja staði. Einnig að fólk spritti farsíma og forðist að snerta andlit sitt. „Með því að draga úr smiti á milli manna erum við að verja okkar viðkvæmasta fólk og tryggja að heilbrigðiskerfið okkar ráði við veiruna.“

Aðspurð hver kostnaður heilbrigðiskerfisins vegna COVID-19 sé, segir

Svandís ekki hægt að greina það. Ekki heldur hvort hann hlaupi á tugmilljónum, hundruðum eða milljónum króna. Hann sé margþættur, varði Landlækni, sóttvarnalækni, lögreglu, heilbrigðisráðuneyti og fleiri.

„Það eru of margir óvissuþættir sem liggja fyrir. Um miðjan febrúar voru fjármagnaðar þær breytingar sem nauðsynlegar voru til að undirbúa Landspítalann betur, svo sem gáminn og að tryggja einangrun. Það fékkst fjármagn til þess en að öðru leyti höldum við þeim kostnaði til haga sem fellur til og hann verður bættur,“ segir Svandís.

kristinnhaukur@frettabladid.is

## Áhrif samkomubannsins eru óljós

**COVID-19** Starfsdagur verður haldinn í grunn- og leikskólum á höfuðborgarsvæðinu á mánudag þar sem stjórnendur og starfsfólk munu vinna að útfærslu á starfi næstu fjórar vikunnar. Samkvæmt samkomubanninu mega grunnskólar aðeins hafa 20 nemendur í stofu og á báðum stigum skal tryggja að nemendum sé haldið eins aðskildum og kostur er.

Í undirbúningi eru sameiginlegar leiðbeiningar sveitarfélaganna á höfuðborgarsvæðinu um íþróttastarf, frístundaheimili, skólahljómsveitir og aðrar tómstundir barna.

Framhalds- og háskólum verður lokað og kennsla fer fram í fjar-kennslu og þá verður heimavistum einnig lokað.

Fleiri opinberar stofnanir og fyrirtæki biða nú fyrir mæla vegna samkomubannsins. Til að mynda starfsfólk Landsbókafnsins, sem



Skólasund í Vesturbæjarlaug. FRÉTTABLAÐID/HARI

bjóst þó við því að safninu yrði lokað en beið fyrir mæla frá ráðuneytinu.

Samkvæmt Steinþóri Einarsyni, skrifstofustjóra ÍTR, er nú fundað stíft um útfærslu, bæði innan Reykjavíkurborgar og með öðrum sveitarfélögum. Innan ÍTR eru meðal annars sundlaugar, skíðasvæðin, Hitt húsið, Fjölskyldu- og húsdýragarðurinn og

Nauthólsvík. „Við erum að fara yfir þá möguleika sem eru í stöðunni og höfum helgina,“ segir Steinþór og jafnframt að áskorunin sé margslungin. „Grunnskólunum er ekki lokað en þar eru nemendur sem koma til okkar í skólasund. Stundum eru þetta nemendur sem þurfa mikla aðstoð en samt þurfum við að huga að tveggja metra fjarlægð.“

Bæði stóru leikhúsin, Þjóðleikhúsið og Borgarleikhúsið, hafa ákveðið að fresta sýningum vegna bannsins. Í Þjóðkirkjunni verður sál-gæsluhlutverki haldið áfram en allar messur falla niður og fermingum verður frestað. Síðmennt hefur einnig ákveðið að fresta raunheimamessum, en hægt verður að fermast rafrænt.

Í Kringlunni og Smáralind verða ekki fjöldatakmörkanir á sameiginlega rýminu en hver búið þarf að fylgja 100 manna reglunni. – khg

**VELDU GÆÐI!**

Tilboð í mars.

2 fyrir 1 af kleinuhringjum allar helgar, föstudaga til sunnudaga.

**BjörnSBakari**  
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





TOYOTA

ALWAYS A  
BETTER WAY



## Einfalt reikningsdæmi: 3+4 = 7 ára ábyrgð

Toyota á Íslandi býður sjö ára ábyrgð með öllum nýjum bílum. Frá stofnun hefur Toyota vandað sig við að rækta sambandið við viðskiptavinum með öflugri þjónustu. Með sjö ára ábyrgð Toyota leggjum við grunninn að enn betra langtímasambandi.

Kynntu þér 7 ára ábyrgð Toyota nánar á [toyota.is](http://toyota.is)



Toyota Kaupúni  
Kaupúni 6

Toyota Akureyri  
Baldursnesi 1

Toyota Reykjanesbæ  
Njarðarbraut 19

Toyota Selfossi  
Fossnesi 14

Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds.





Honest  
organic coffee

Komdu í kaffi



Eymundsson

AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRÐUSTÍG • LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJUM

# Sex samgönguverkefni eru komin til þingsins

Samgönguráðherra hefur lagt fram frumvarp um sex samgönguverkefni sem geta farið í einkaframkvæmd að hluta eða heild. Kveðið er á um veggjöld í frumvarpinu. Sundabraut og tvöföldun Hvalfjarðarganga eru meðal verkefna.

**SAMGÖNGUR** Sundabraut og tvöföldun Hvalfjarðarganga eru meðal þeirra sex samgönguverkefna sem Vegagerðinni verður heimilt að semja um við einkaaðila, samkvæmt frumvarpi samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra sem lagt var fram á Alþingi í gær.

Samninga við einkaaðila getur Vegagerðin gert að undangengnu útboði og eingöngu um sex tiltekna framkvæmdir; Hringveg norðaustan Selfoss og brú á Ölfusá, Hringveg um Hornafjarðarfljót, Axarveg, tvöföldun Hvalfjarðar-

ganga, Hringveg um Mýrdal og jarðgöng í Reynisfjalli og Sundabraut. Heimild er til eignarnáms vegna framkvæmdanna eftir reglum eignarnámslaga. Kveðið er á um að mannvirkin teljist til þjóðvega þegar framkvæmdum er lokið.

Frumvarpið tekur einnig til veggjalda fyrir akstur um þau samgöngumannvirki sem um ræðir sem fjármagna myndu framkvæmdirnar í heild eða að hluta, en gjaldtaka fyrir hvert þeirra má ekki standa lengur en 30 ár.

Vegna þess hve ólík verkefni eru

með tilliti til aðstæðna, umferðarpunga, stöðu þeirra í skipulagi og á samgönguáætlun verður Vegagerðinni heimilt að velja milli tveggja kosta um gjaldtöku á hverjum stað. Stofnunin geti falið einkaaðilum að innheimta veggjald eða stofnað sérstakt félag í þeim tilgangi eða fela öðru félagi í ríkiseigu að sjá um gjaldtökuna.

Samkvæmt frumvarpinu skulu mannvirkin verða eign ríkisins við lok samningstíma við einkaaðila án sérstaks endurgjalds.

adalheidur@frettabladid.is



**Hringvegur við Selfoss og brú á Ölfusá:** Nýr 3,6 kílómetra kafli. Nær frá vegamótum hringvegar og Biskupstungnabrautar vestan Ölfusár og brú yfir Ölfusá við Laugardæli og yfir á núverandi hringveg austan Selfoss. Ætlað að auka umferðaröryggi og spara tíma. Verkefnið er ekki á samgönguáætlun. Ætlaður kostnaður er um 6.100 milljónir króna. Ætluð meðalumferð 5.500 bílar á dag við opnun.



**Tvöföldun Hvalfjarðarganga:** Undirbúningur ekki hafinn og ekki er gert ráð fyrir fjármagni til framkvæmdarinnar í samgönguáætlun. Stefnt á að um hreina einkaframkvæmd/reiðugreiðsluleið verði að ræða. Val á leið liggur ekki fyrir. Hagkvæmasti kosturinn er talinn geta kostað 21.800 milljónir með fyrirvara um mikla óvissu í jarðgangagerð. Umferð 7.300 bílar á dag 2018.



**Hringvegur um Mýrdal og jarðgöng í Reynisfjalli:** Hugmynd að legu hringvegar sunnan Víkur með jarðgöngum undir Reynisfjalli og svo meðfram Dyrhólaós. Ekki gert ráð fyrir fjármagni í samgönguáætlun. Um einkaframkvæmd yrði að ræða. Vegstytting yrði 2 kílómetrar og umferðaröryggi aukið. Ætlaður kostnaður 6.500–7.900 milljónir miðað við veglinu á aðalskipulagi. Umferð um 2.600 bílar á dag árið 2018.



**Hringvegur um Hornafjarðarfljót:** 18 kílómetra kafli sem liggur frá núverandi hringvegi við Hólm og um Hornafjörð með brú yfir Hornafjarðarfljót, þverar Hafnarveg og tengist inn á núverandi hringveg vestan Þinganesvegur. 12 kílómetra vegstytting. Í tillögu að samgönguáætlun er gert ráð fyrir blandaðri fjármögnunarleið. Umhverfismati er lokið og veglinan á skipulagi. Ætluð umferð við opnun 1.200 bílar á dag.



**Axarvegur:** 22 km leið sem nær frá vegamótum Skriðdals- og Breiðdalsvegur sunnan Skriðdals, yfir Öxi og niður í botn Berufjarðar að núverandi hringvegi þar. Gert er ráð fyrir miklum greiðsluvilla vegna mikillar vegstyttingar (68 km miðað við hringveg). Verkið er talið geta staðið undir að minnsta kosti helmingi fjármögnunar einkaaðila. Umhverfismati er lokið og veglinan í aðalskipulagi. Ætlaður kostnaður um 4.000 millj. króna. Ætluð umferð 220 bílar árið 2018.



**Sundabraut:** Undirbúningur ekki hafinn og óákveðið hvort gerð yrðu jarðgöng með lágmarksröskun á starfsemi Sundahafnar eða lágbrú sem myndi þýða endurskipulagningu Sundahafnar. Gert er ráð fyrir hreinni einkaframkvæmd. Vegstytting frá Kjalarnesi til miðborgar um 7 til 9 kílómetrar. Ætlaður kostnaður á bilinu 60.000 til 74.000 milljónir. Ætluð umferð árið 2030: 32.300 bílar á brú eða botngöngum yfir Elliðaárvog en 11.400 bílar á brú yfir Kollafjörð.

Ætlaður kostnaður miðast við núverandi verðlag. Óvissa er metin frá -5%/+20% Kostnaðarmatið er sett fram með fyrirvara um óvissu og þann kostnaðarauka sem óhjákvæmilega hlýst af aðkomu einkaaðila að fjármögnun verkefnanna.

SETTU UPP  
VINNUAÐSTÖÐU  
HEIMA



LENOVO  
27" TÖLVUSKJAR  
65E0KAC1EU **31.995**



SAMSUNG  
GALAXY TAB A  
10,1" SPJALDTÖLVA  
SMT510NZSDNEE **29.995**



STÖÐUGT NET  
UM ALLT HÚS  
NETGEAR  
ORBI AC1200  
MESH NETBEINAR  
NGRBK12100PES **29.990**  
DEKKAR  
280M<sup>2</sup>



VERTU TILBÚINN  
FYRIR FJARFUNDINN  
TRUST  
PRIMO  
TÖLVUHEYRNARTÓL  
TRUPRIMOHSBLK **1.490**



TRUST  
VERO FULL HD  
VEFMYNDAVÉL  
TRUST22397 **9.995**



LOGITECH  
PRÁÐLAUST  
LYKLABORÐ OG MÚS  
LTMK270NORDIC **5.495**

ELKO



# Spændende varer på danske dage

Sjá ljúffenga  
uppskrift á hagkaup.is



## Danskt nautaribeye

frystivara

**2.490** kr/kg

verð áður 2.999

**Nyhed**  
på danske dage

**249** kr/pk



**Gómsætu nammibörin frá Nordthy**

TILBOÐ

**503** kr/pk

verð áður 719



**Mini favoritter & Festival**  
Chokolade og karamel mix

verð frá

**119** kr/stk



**Yankie og Holly**  
Dönsk súkkulaðistykki

**1.119** kr/pk



**Anthon Berg**  
Ljúffengur biti með kaffinu

**289** kr/pk



**Heksehyl extreme**  
Salt lakrids med chili

**Nyhed**  
på danske dage

**319** kr/pk



**Gajol**  
Saltlakris 3 tegundir

**859** kr/pk



**Anthon Berg Liquorice**  
Sweet & salty liquorice,  
Chili liquorice, Salty liquorice

verð frá

**439** kr/pk



**Kims kartöfluflögur**  
Salt, salt & pepper, paprika

**HAGKAUP** *Mere dansk hver dag*



## Áhættudrykkja karla minnkar

**SAMFÉLAG** Árið 2019 sögðust um það bil 86 prósent fullorðinna Íslendinga hafa drukkíð að minnsta kosti eitt glas af áfengum drykk síðustu 12 mánuði og 34 prósent sögðust drekka áfengi í hverri viku. Þetta kemur fram í nýútgefnum Talnabrunni, fréttabréfi Landlæknis um heilbrigðisupplýsingar. Um tíu þúsund svör Íslendinga liggja að baki niðurstöðunni.

Þá sögðust 26 prósent svarenda hafa orðið ölváðir einu sinni í mánuði eða oftar síðastliðna 12 mánuði og fellur um fjórðungur Íslendinga þar með undir þá skilgreiningu að vera með skaðlegt neyslumynstur áfengis, svonefnda áhættudrykkju.

Niðurstæða rannsóknarinnar leiðir í ljós að 25 prósent karla og 22 prósent kvenna falla undir undir þá skilgreiningu að vera með skaðlegt neyslumynstur á áfengi en árið 2018 var hlutfallið um 29 prósent meðal

# 34%

Fullorðinna Íslendinga drakk áfengi í hverri viku á síðasta ári

karla og 22 prósent meðal kvenna. Sé þetta hlutfall heimfært upp á þjóðina alla má gera ráð fyrir að karlmönnum með skaðlegt neyslumynstur hafi fækkað um 5 þúsund milli þessara tveggja ára eða farið úr um 40 þúsund niður í 35 þúsund, mest í aldurshópnum 18 til 34 ára. Segir í fréttabréfinu að ætla megi að áfengisneyslumynstur um 30 þúsund kvenna sé skaðlegt. – jþ

# Fólk forðist snertingu og dreifi strætóferðum

Starfsfólk Strætó fundar á hverjum degi um stöðuna vegna COVID-19 og hefur gert ráðstafanir, svo sem þrif vagna. Þá er fólk hvatt til að sitja ekki þétt og ferðast utan álagstíma. Tveir starfsmenn Strætó hafa þurft að fara í sóttkví.

**COVID-19** Starfsmenn Strætó hafa ekki tekið eftir breytingu á fjölda farþega eftir að COVID-19 faraldurinn kom til landsins. Það er þó einungis byggt á tilfinningu vagnstjóranna sjálfra en tölur hafa ekki borist. Stjórn Strætó ákvað á fundi sínum í gær að heimila að farþegar gangi um borð í vagnana að aftan. Er það gert til að vernda vagnstjóra.

Jóhannes Rúnarsson framkvæmdastjóri segir að fundað sé daglega um stöðuna og að Strætó fylgi þeim fyrirmælum sem almannavarnir setja. En fjölmargir hafa hringt í fyrirtækið og spurst fyrir um viðbrögð. Ýmsum möguleikum hefur verið velt upp komi til þess að ástandið versni. „Við getum ekki látið vagnstjórana vinna í fjarvinnu eða starfsmenn á verkstæði. Skrifstofufólkið getur það en það er ekki það fólk sem er í mestri áhættu,“ segir Jóhannes.

Brýnt er fyrir bæði starfsmönnum og farþegum að gæta hreinlætis. Vagnstjórar eru bæði með spritt og sótthreinsklúta í vögnunum og vagnarnir eru þvegnir daglega, þá sérstaklega snertifletirnir. Þá standi vagnarnir stundum óhreyfðir í 4 til 5 klukkutíma, sem er umfram það sem veiran getur lifað utan mannlíkama.

Jóhannes segir hins vegar að sprittaðstæða fyrir farþega hafi ekki verið sett upp. „Það er óframkvæmanlegt, við erum með um 40 þúsund innstig á hverjum degi. Við hvetjum fólk til að komast hjá því að snerta tiltekna fleti, nema þá á ákveðinn hátt,“ segir Jóhannes. „Það er tiltölulega einfalt að ýta á bjölluna með olnbogunum.“

Tveir starfsmenn Strætó hafa nú þegar þurft að fara í sóttkví. Einn vagnstjóri sem hafði verið á ferðalagi í Kína í janúar og er nú kominn



Vagnstjórar eru allir með sprittbrúsa og klúta. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Það er tiltölulega einfalt að ýta á bjölluna með olnbogunum

Jóhannes Rúnarsson, framkvæmdastjóri Strætó



aftur til starfa og einn starfsmaður á skrifstofu er nú í sóttkví eftir að hafa verið í skíðaferð í Austurríki, en er einkennalaus.

„Við hvetjum fólk til að nota ekki almenningssamgöngur ef

það finnur fyrir einkennum,“ segir Jóhannes. Þá er mælt til þess að fólk dreifi ferðum sínum og ferðist utan háannatíma, hafi það tók á því. Einnig að það dreifi sér innan vagna, og miðað við óformlega könnun Fréttablaðsins í gær virðist fólk fylgja því.

Borgir heimsins hafa nú þegar eða eru að koma upp áætlunum til að takast á við útbreiðslu í almenningsamgöngum. Algengustu aðferðirnar eru sótthreinsun og þrif á hverjum degi. Ef miðað er við hefðbundna faraldursjúkdóma, svo sem influensu, sýnir rannsókn sem gerð var í New York árið 2018 að fjögur prósent smits verða í neðanjarðarlestakerfnum þó að þar sé þéttleiki fólks mikill. kristinnhaukur@frettabladid.is

## Miðstöð íslenskra bókmennta auglýsir eftir umsóknnum um Nýræktarstyrki

Fyrir skáldverk höfunda sem eru að stíga sín fyrstu skref á ritvellingum.

Umsóknarfrestur er til 15. apríl 2020

Allar nánari upplýsingar og umsóknareyðublöð á [islit.is/styrkir/nyraektarstyrkur/](http://islit.is/styrkir/nyraektarstyrkur/)

MIÐSTÖÐ ÍSLENSKRA BÓKMENNTA

## Löggan og leigubílstjórar hnýta í nýtt Hlemmtorg

**STJÓRNSÝSLA** Stækkun Hlemmtorgs og nýtt umferðarskipulag svæðisins var auglýst dagana 16. desember til 29. janúar síðastliðinn. Allnokkrar athugasemdir bárust frá íbúum og hagsmunaaðilum en í þeim hópi eru leigubílstjórar Hreyfils sem og embætti lögreglustjórans á höfuðborgarsvæðinu.

Í athugasemdum Hreyfils, sem Mörkin lögmánsstofa kom á framfæri, er gagnrýnt að ekki sé gert ráð fyrir því að Hreyfill hafi nokkur stæði til umræða á svæðinu eins og nú er. Er vísað til þess að Hreyfill hafi selt Reykjavíkurborg fasteignir og lóðarréttindi við Hlemm og Kalkofnsveg árið 1969 og í kaupsamningi komi fram að fyrirtækið ætti að fá bifreiðastæði og húsnæðisastæðu á Rauðarárstíg 2. Í deiliskipulagsbreytingunum felist eignarnám Reykjavíkurborgar og fyrir það verði að greiða bætur.

Í umsógn umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar við athugasemdirnar er þessari túlkun vísað á bug og fullyrt að afnotaréttur Hreyfils hafi aðeins verið tímabundinn.

Athugasemd lögreglustjórans á höfuðborgarsvæðinu er á þá leið að deiliskipulagstillagan skapi vandkvæði fyrir þjónustu lögreglunnar og neyðarakstur til og frá lögreglustöð. Aðkoma að stöðinni sé verulega torvelduð og mikil slyshætta geti skapast, því að sérreir fyrir



Stækkun Hlemmtorgs er á teikniborðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

» Leigubílastöðin Hreyfill gerir athugasemdir við að ekki sé gert ráð fyrir því að stöðin hafi aðstöðu á nýju Hlemmtorgi.

hjólandi á að liggja næst útaksturhliði lögreglustöðvarinnar. Á þá sérstaklega við neyðarakstur lögreglu inn og út af svæðinu en aðalfangageymsla LHR er í húsinu.

Í svari skipulagsyfirvalda kemur fram að tillit verði tekið til athugasemda lögreglu. Reynt verði að rýma sjónása til og frá porthliðinu með flutningi þess. Þá er stungið upp á að koma fyrir blikkljósum við hjólreiðastíga sem yrðu virkjaðir við neyðarútköll. – þþ

## Aðalfundur VR

Aðalfundur VR verður haldinn miðvikudaginn 25. mars 2020 kl. 19.30 á Hilton Reykjavík Nordica.

Á dagskrá eru hefðbundin aðalfundarstörf, lagabreytingar og ákvörðun um innborgun í VR varasjóð.

Dagskrá og frekari upplýsingar er að finna á [vr.is](http://vr.is)





# Nýr Hyundai Tucson

## með rafrænu M-Hybrid kerfi



## Sparneytnari og umhverfisvænni

Nú færðu einn af vinsælustu sportjeppum Hyundai með nútíma raftækni sem kallast M-Hybrid. Kerfið nær fram einstakri sparneytni, eða 4,9 l/100 km\* í blönduðum akstri án þess að fórna krafti og aksturseiginleikum.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

Verið velkomin til okkar í reynsluakstur



Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina víðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur.

Hyundai | Kaupþúni 1 | Sími 575 1200 | [www.hyundai.is](http://www.hyundai.is)



## Þjóðir bregðast við COVID-19

**COVID-19** Dönsk stjórnvöld hafa ákveðið að loka landamærum sínum á hádegi í dag vegna útbreiðslu kórónaveirunnar. Þetta tilkynnti Mette Frederiksen, forsætisráðherra Danmerkur, í gærkvöldi.

Til stendur einnig að stöðva flug, bíla- og lestaumferð í landinu til 13. apríl. Sagði Mette að búast mætti við því að herinn yrði nýttur til landamæraeftirlits. Ekki stæði til að hefja fraktflutninga.



Mette Frederiksen.

Pólsk yfirvöld hafa einnig ákveðið að loka sínum landamærum og ætla að meina öllum erlendum farþegum aðgang að landinu næstu tíu daga. Þetta tilkynnti Mateusz Morawiecki, forsætisráðherra landsins, í gærkvöldi.

Þá verður öllum veitingastöðum, börum og spilavítum í Póllandi lokað og samkomubanni þar sem fleiri en fimmtíu koma saman komið á.

Donald Trump Bandaríkjaforseti hefur lýst yfir neyðarástandi í Bandaríkjunum vegna útbreiðslu kórónaveirunnar. Þetta tilkynnti forsetinn á blaðamannafundi í gær.

Á fundinum hét hann því meðal annars að ríkið myndi veita fimmtíu milljörðum dollara í að hefja útbreiðslu veirunnar. – oæg

# Yfir tuttugu látnir í óveðrinu

Óveður hefur geisad í Egyptalandi síðan á miðvikudaginn. Yfir tuttugu manns hafa látið lífið og enn fleiri eru slasaðir. Ríkisstjórn Egyptalands hefur verið harðlega gagnrýnd fyrir lélega innviði í landinu.

**EGYPTALAND** Yfir tuttugu manns hafa látið lífið og enn fleiri slasast í miklu óveðri sem hefur geisad í Egyptalandi síðastliðna daga. Mikill stormur, rigningar og þrumuveður hefur gengið yfir landið frá því á miðvikudag og samgöngur hafa raskast. Mostafa Madbouly, forsætisráðherra Egyptalands, segir veðrið það versta sem gengið hafi yfir landið í áratugi.

Fimmtudagurinn var gerður að almennum frídegi í landinu með það að markmiði að fækka fólki á götum úti. Skólum og opinberum stofnunum var lokað og fólk var hvatt til að halda sig heima. Þá hefur fólki verið ráðlagt að leggja bílum sínum ekki nærri trjám eða vötnum, en mikið hefur verið um flóð í landinu vegna veðursins.

Þrettán manns slösuðust þegar tvær farþegalestir skullu saman í höfuðborginni Kairó vegna veðursins, þá hefur verið mikið um rafmagnstruflanir og byggingar hafa hrundið. Í það minnsta sex börn hafa látist vegna raflosts og þegar heimili þeirra hafa hrundið. Þá lést ökumaður bifreiðar eftir að vindhviða feykta bíl hans ofan í skurð í Sohag-héraði.

Í borginni Ismali í vesturhluta Egyptalands rignði 25 millimetrum á einum sólarhring og á sumarfrísstaðnum Mersa Matruh mældust á sama tíma 20 milli-



Götur í úthverfi Kairó, höfuðborgar Egyptalands, eru að miklu leyti undir vatni eftir rigningar í landinu. MYND/AFP

» Flest þeirra sem látið hafa lífið í óveðrinu eru íbúar fátækrahverfanna.

metrar. Stór hluti Kairó er undir vatni vegna flóða.

Flest þeirra sem látið hafa lífið í óveðrinu eru íbúar fátækrahverfa landsins og hafa yfirvöld verið gagnrýnd harðlega bæði fyrir litil sem engin viðbrögð vegna veðursins og lélega innviði í landinu, svo sem langvarandi rafmagns- og vatnsbrest og ófullnægjandi frárennsli.

Stuðningsmenn egypsku ríkis-

stjórnarinnar segja gagnrýnina ekki á rökum reista og að núverandi ríkisstjórn hafi erfitt mistök fyrri stjórna marga áratugi aftur í tímann. Þá segir Madbouly að ríkisstjórn hans hafi bæði unnið að því að bæta innviði og auka þjónustu í landinu. Í Egyptalandi er frárennslikerfið lélegt og treyst er á yfir aldargamalt kerfi þegar kemur að frárennsli regnvants.

birnadrofn@frettabladid.is



Innovation that excites

## NISSAN LEAF

Nú í boði með 62 kWh rafhlöðu og 385 km drægi.\*



**NÝR NISSAN LEAF 42 kWh**  
**VERÐ FRÁ: 4.590.000 KR.**

100% rafdrifinn Nissan Leaf er vinsælasti rafbíll landsins og einn mest seldi í heiminum. Nýr Nissan Leaf er nú fáanlegur með 62 kWh rafhlöðu sem dregur allt að 385 km\*. Nissan Leaf er hlaðinn tækninýjungum á borð við e-Pedal sem auðveldar hemlun og endurnýtir orku.

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR

www.nissan.is

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16



**BL kolefnisbindur notkun nýrra bíla**

BL hefur gengið til samstarfs við samfélagssjóðinn Kolvið til að kolefnisbinda notkun allra nýrra bíla sem seldir eru til einstaklína. [www.bl.is/kolefnisjofnun](http://www.bl.is/kolefnisjofnun)

BL ehf  
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík  
525 8000 / [www.bl.is](http://www.bl.is)





# Full búð af ferskum pottaplöntum



NÚ ER RÉTTI TÍMINN  
TIL AÐ UMPOTTA OG  
BYRJA AÐ GEFA ÁBURÐ

**20%**  
afsláttur af öllu  
gæludýrafóðri  
og vörum



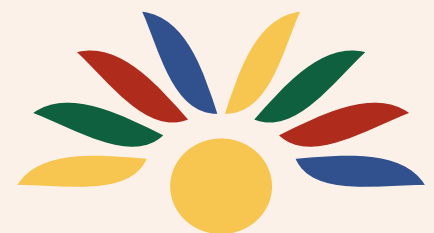
GÆLUDÝRAKYNNINGAR VORSINS Hafa verið felldar niður



ÚRVAL AF VORLAUKUM,  
MATLAUKUM OG FRÆJUM

KÍKIÐ Á GARDHEIMAR.IS

20% AFSLÁTTUR  
AF GIVA  
BLÓMANÆRINGU



**GARDHEIMAR**

Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is



ALLT DANSKT\*  
20%  
AFSLÁTTUR

\* Gildir einungis á völdum vörum frá Skovby og ekki af sérpöntunum.

IDdesign

DC 8900

Klassískur og sérlega fallegur sófi með mjúku savoy/split leðri. Sófinn er með mjúkbólstraða arma og það er einstaklega þægilegt að sitja í honum. 2,5 og 3ja sæta í svörtu og koníaksbrúnu leðri.

2,5 sæta: 196 x 86 x 80 cm

215.992 kr. ~~269.990 kr.~~

3ja sæta: 224 x 86 x 80 cm

239.992 kr. ~~299.990 kr.~~

IDdesign

DC 3600

Ekta danskur og stílhreinn með mjúku savoy/split leðri. Nettur og sérlega fallegur sófi með háa arma sem gott er að sitja við. Fáanlegur í svörtu og koníaksbrúnu leðri.

2ja sæta, stærð: 143 x 80 x 80 cm

175.992 kr. ~~219.990 kr.~~

3ja sæta, stærð: 202 x 80 x 80 cm

223.992 kr. ~~279.990 kr.~~

SCOTT

Hornsófi úr sterku koníaksbrúnu eða dökkgráu bonded leðri.

Innra byrði púðanna er úr kaldpressuðum svampi, trefjafyllingu og loks mjúku yfirlagi. Fæst með hægri eða vinstri tungu. Stærð: 293 x 217 x 85 cm.



215.992 kr. ~~269.990 kr.~~

PINTO

3ja og 4ra sæta sófar úr sterku bonded leðri. Fáanlegir koníaksbrúnir eða steingráir. Fáanlegir í fleiri stærðum og einnig stóll.

3ja sæta sófi: 204 x 97 x 96 cm

127.992 kr. ~~159.990 kr.~~

4ra sæta sófi: 253 x 97 x 85 cm

159.992 kr. ~~199.990 kr.~~



FRIDAY

Þéttur, þægilegur og rúmgóður sófi með háu baki og góðum bakstuðningi. Tungan er færánleg frá hægri til vinstri. Slitsterkt áklæði

í þremur litum; gráu, dökkgráu og ljósbrúnu. Stærð: 285 x 232 x 91 cm



151.992 kr.

~~189.990 kr.~~

KIRUNA

Stór u-sófi úr sterku, dökkgráu áklæði með massíva olúborna eikarfætur. Hægri eða vinstri tunga. Falleg og stílhrein dönsk hönnun.

Stærð: 301 x 200 x 78 cm



IDdesign

175.992 kr. ~~219.990 kr.~~



b  
BROSSTE  
COPENHAGEN

Titanium hnífaparasett fyrir 4,16 stk.  
11.992 kr.  
~~14.990 kr.~~



Bubble karaffla  
0,8 lítrar glær.

2.632 kr. ~~3.290 kr.~~



Diskur 21cm  
fjólublár  
1.592 kr.  
~~1.990 kr.~~

Diskur 27cm  
fjólublár  
2.392 kr.  
~~2.990 kr.~~

Diskur 21cm  
offwhite  
1.592 kr.  
~~1.990 kr.~~

Diskur 21cm  
ljósbleikur  
1.592 kr.  
~~1.990 kr.~~

b  
BROSSTE  
COPENHAGEN



Nýir púðar frá Broste 50 x 50 cm. og 60 x 60 cm.

Verð frá 3.992 kr. ~~4.990 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  
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru. Afsláttarverð gilda til 30. mars eða á meðan birgðir endast



# DANSKIR DAGAR Í HÖLLINNI

ALLT DANSKT\*  
**20%**  
AFSLÁTTUR

\* Gildir einungis af völdum vörum frá Skovby og ekki af sérþömtum.

Við fögnum 55 ára samfelldri 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.



## MORRISON

Borðstofuforð úr hvíttaðri olúborinni gegnheilli eik.

MORRISON borðstofuforðið 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.**

DAN FORM

## GAIA

Borðstofustóll.  
Blátt og grátt sléttflauel  
eða grátt PU-leður.



DAN FORM

## PASSO

Borðstofuforð með svarta  
viðarfætur. Borðplatan er með 3  
mm keramiktopp. Stækkanlegt í  
300 cm með tveimur 50 cm stæk-  
kunum sem fylgja og geymast inni  
í borðinu. Stærð:  
100 x 200/300 x 75 cm

**39.992 kr. -49.990 kr.**

**159.992 kr. -199.990 kr.**

## ERIS

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



**7.992 kr. -9.990 kr.**

## CRAY

Borðstofustóll.  
Bronslitað  
sléttflauel  
í sæti.  
Svartur  
snúningsfótur.



**23.992 kr. -29.990 kr.**

## CLOUD

Borðstofustóll.  
Svart eða brúnt  
PU-leður  
og blátt eða  
álgrátt  
sléttflauel.  
Svartir  
fætur



**23.192 kr. -28.990 kr.**

## ALBERTA

Borðstofustóll.  
Staflanlegir úr  
svörtu eða gráu  
PVC-áklæði.



**7.992 kr. -9.990 kr.**

## ALEXA

Vandaður  
borðstofu-  
stóll. Svart,  
brúnt eða  
hvítt eka  
leður. Fætur  
úr burstuðu  
stáli.



**26.392 kr. -32.990 kr.**

## DANSKIR DAGAR Í HÖLLINNI

Við fögnum 55 ára samfelldri 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 sérþömtum og einungis af völdum vörum frá Skovby.

HÚSGAGNA  
HÖLLIN  
www.husgagnahollin.is

## eva solo

Panna 24cm  
**11.192 kr. -13.990 kr.**



Glervasi 18,5 cm.  
**6.392 kr. -7.990 kr.**



Bolli 30cl.  
4 stk í kassa  
**6.368 kr. -7.960 kr.**



Sítrónupressa  
**6.392 kr. -7.990 kr.**



Pottur 4,5l  
**17.192 kr. -21.490 kr.**



Skál 1,2l  
**7.592 kr. -9.490 kr.**



Þú finnur bæklinginn okkar fyrir  
Danska daga á husgagnahollin.is

HÚSGAGNA  
HÖLLIN



## Óttinn



Kristján  
Kormákur  
Guðjónsson  
kristjon@frettabladid.is

**M**agnús Scheving flaug með vél Iceland-air frá München í Þýskalandi sem lenti í Keflavík laugardaginn 29. febrúar. Um borð var einnig kona smituð af hinnu alræmdu kórónaveiru sem hefur nú, nokkrum dögum síðar, sett samfélagið okkar á hvolf.

Konan var fremst í vélinni. Magnús aftast. Þegar heim var komið fór hann beint í sjálfskipaða sóttkvi uppi í sumarhúsið þrátt fyrir að vera hvorki smitaður né skikkaður til að yfirgefa samfélag manna í faeinu vikur. Magnús tók þessa ákvörðun með aðra en sjálfan sig í huga. Fréttablaðið hafði samband við Magnús skömmu eftir heimkomuna. Hann vildi vekja athygli á eyðingarmætti óttans og að hann gæti sundrað heilu samfélögunum yrði hann stjórnlaus.

Magnús benti á að öflugustu mótefni gegn óttanum, skynsemi, ábyrgð og virðing í bland við jákvæðni, samheldni og gleði, myndu helst fleyta þjóðinni yfir þennan dimma öldudal.

Magnús minnti um leið á að við deilum samfélagi með eldra fólki og öðrum með ýmsa undirliggjandi sjúkdóma, sem gætu jafnvel veikt lífshættulega ef þau sýkjast af veirunni.

Magnús beindi því þeim sjálfsögðu tilmælum til okkar allra að halda rónni, vera skynsöm og fylgja ráðleggingum fagfólks. Hann biðlaði til okkar sem stöndum sterkar að vígi að axla ábyrgð: „Lifa í gleði án ótta,“ eins og hann orðaði það. Allt satt og rétt. Á öðrum stað í sömu flugvél, faeinum sætaröðum fyrir framan sýktu konuna, sat þekktur viðskiptajöfur.

Fréttablaðið óskaði eftir viðtali við fjárfestinn, sem aftur á móti lét skýrt í ljós að hann hefði engan áhuga á að ræða við blaðamann. Í gegnum skvöldur og diskaglamur kvæðst hann vera úti að borða og áður en hann sleit samtalinu viðurkenndi hann þó að hafa verið í sömu vél og Magnús, með þeim fyrirvara að honum hefði ekki verið gert að fara í sóttkvi.

Ekki ætla ég að draga það í efa. Og ekki var maðurinn að brjóta nein lög með því að bregða sér á veitingastað. Þetta er spurning um tillitssemi og virðingu fyrir öðrum, samborgurunum. Sérþækan gerir fólk blint á að það er ekki stærra en heildin. Flest þekkjum við dæmi um fólk sem þannig hefur sig yfir allt samfélagið. Stundum ómeðvitað en alls ekki alltaf.

Veiran hefur sýkt, og á eftir að sýkja, fjölda fólks hér á landi. Hún er þegar búin að veikja innviði samfélagsins þannig að við stöndum frammi fyrir fordæmalausri ákvörðun stjórnvalda um samkomubann.

Bannið mun takmarka athafna- og ferðafrelsi okkar en það byggir á ráðum sérfræðinga. Okkur ber öllum að lúta þessum nýju og um margt óþægilegu reglum. Vegna þess að annars ógnum við heilsu fólks í kringum okkur og tefjum fyrir bata samfélagsins alls.

Fram undan eru erfiðir tímar og samstaðan er aldrei mikilvægari en þá. Ekki tala niður til sérfræðinga. Við þurfum öll að ganga í almannavarnaliðið eins og forsætisráðherra sagði. Styðjum hvert með jákvæðni og samheldni að vopni, því óttinn stækkar aðeins skuggann.



Fram undan eru erfiðir tímar og samstaðan er aldrei mikilvægari en þá.

## Gunnar



## Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



## Umkomulaus endursending

**A**lþjóðaheilbrigðismálastofnunin skilgreindi í vikunni COVID-19 faraldurinn sem heimfaraldur. Breytt heimsmynd blasir við, breytt lífssýn. Áhyggjur sem virtust svo stórar fyrir nokkrum vikum – allir tölupóstarnir sem átti eftir að svara, matarboðin sem maður skuldaði – virðast nú léttvægar, jafnvel hlægilegar.

Aföll eiga til að kippa okkur úr hversdeginum og færa okkur yfir í þokukennan hliðarveruleika. Við upphaf árs, þegar kórónavírusinn var lítið annað en eindálkur á innsíðum dagblaða, var mér kippt inn í eina slíka hliðarveröld.

Þegar sex ára dóttir mín var flutt með sjúkrabil á Great Ormond Street barnspítalanum í London með sprunginn botnlanga, áttum við fjölskyldan ekki von á öðru en að við yrðum komin aftur heim eftir nokkra daga. Raunin varð önnur. Í kjölfar fylgikvilla og sýkinga eftir skurðaðgerð ílungdumst við á spítalanum. Í hátt á þriðju viku dvöldum við innlokud í okkar eigin skelfilegu hliðarveröld, umheimurinn órafjarri þótt hann væri enn á sínum stað hinum megin við múrsteinsvegg.

Í næstu stofu við okkur á Great Ormond Street spítalanum lá kornabarn, lítill stúlka sem virtist ekki mikið eldri en sex mánaða. Vikurnar sem við dvöldum á spítalanum var stelpan eini á stofunni, án foreldra, án ættingja, án nokkurs sem virtist henni nákominn og vitjaði hennar. Liðlangan daginn lá stúlkan í rúminu sínu, böðuð ljóma sjónvarpskjá sem hékk úr loftinu fyrir ofan hana þar sem spilaðar voru teiknimyndir. Hjúkrunarfræðingar sáu um að skipta á henni, gefa henni að borða og veita henni athygli þegar stund gafst milli stríða á löngum, erilsömum vöktum.

Við fjölskyldan héldum að endingu heim með marga poka af sýklalyfjum og þá ósk í brjósti að persónuleg krísa okkar væri liðin hjá. Hin umkomulausa stúlka varð eftir í martraðarkenndum hliðarveruleikanum.

Fréttir bárust af því í vikunni að brottvísun ungra íraskra flóttabarna og foreldra þeirra frá Íslandi til Grikklands hefði verið frestað. Í tilkynningu lagði Útlendingastofnun sig fram um að koma því áleiðis að frestunin kæmi ekki til af mannúðarástæðum heldur lægju „bjúrókratískir“ hnökrað baki; boðleiðum fyrir „endursendingarbeiðni í grísku stjórnsýslunni“ hefði verið breytt, en ný „endursendingarbeiðni hefði þegar verið send þar til bæru stjórnvaldi“.

Útlendingastofnun talar um börn eins og misheppnaða internet pöntun sem gerð var seint að kvöldi eftir einum of mörg glösum af Chardonnay; eins og bumbubana frá Alibaba sem hljómaði svo vel í manskri ölgleði en þegar dagur ris er skömminni kyngt og eyðublað fyllt út: „Endursenda“. Enn á ný skýlir Útlendingastofnun sér á bak við reglugerðir og verkferla rétt eins og ferlarnir séu ekki mannanna verk heldur náttúru-lögmál; það sé þyngdaraflið sem togar þessi börn frá Íslandsströndum til Grikklands.

Minningin um umkomulausa, sex mánaða stúlku á Great Ormond Street spítalanum situr í mér. Í aðra röndina fylla örlög hennar mig örvæntingu. Í hina röndina vekja þau með mér von.

Great Ormond Street barnspítalinn er einn fremsti barnspítali í heimi. Heilbrigðisþjónusta í Bretlandi er landsmönnum öllum að kostnaðarlausu en spítalinn aflar fjár með einkarekinni álmu þar sem auðmenn um víða veröld, oliufurstar og ólígarkar, greiða fúlgur fjár fyrir lækniþjónustu til handa börnum sínum.

Ópersónulegir verkferlar sýna hjartalag samfélagsins sem þeir spretta upp úr. Ferlar sem tryggja að ómálga barn – barn sem á engan að, engan sem talar máli þess, engan sem gætir hagsmuna þess, ekki einu sinni aðstandanda sem skiptir á bleiu þess – fær umönnun á sama spítala og börn helstu fursta og fyrir-menna heimsins eru ferlar sem samfélag má vera stolt af. Verkferlar þurfa ekki að vera ómannúðlegir sama hvað Útlendingastofnun segir.

## Erum með mikið úrval af allskonar bílaverkfærum á frábæru verði!



Hleðslutæki  
12V 6A  
4.995

ViAir 12V loftdælur  
í miklu úvali.

Omega  
Viðgerðarkollur  
7.495

Jeppatjakkur  
2.25t 52cm.  
17.995

6T Búkkar  
605mm Par  
9.999

## Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is  
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17



Það sést  
hvaða verk eru  
meistaraverk ...

og hver ekki

## Þú finnur alvöru meistara á **meistarinn.is**

Við val á verktaka er mikilvægt að neytendur horfi til þess hvort um sé að ræða menntaðan einstakling sem er löggiltur iðnmeistari á viðkomandi sviði.

Iðnmeistari hefur hlotið staðfestingu á að hann hafi fullnægjandi færni til að sinna verkum á sínu sérsviði. Á vefsíðunni meistarinn.is eru eingöngu fyrirtæki sem rekin eru af iðnmeisturum sem eru félagsmenn meistarafélaga innan Samtaka iðnaðarins.



2020  
ÁR NÝSKÖPUNAR



Samtök  
iðnaðarins





Valdís Þóra er á fjórða tímabili sínu á mótariðinni. LET/TRISTAN JONES

## Valdís Þóra í toppbaráttu

**GOLF** Skagamærin Valdís Þóra Jónsdóttir deilir sjöunda sæti á Investec South African Women's móttinu í Suður-Afríku, þegar mótið er hálfnað, á tveimur höggum undir pari. Þetta er þriðja árið í röð sem Valdís tekur þátt í móttinu og í annað sinn sem hún kemst í gegnum niðurskurðinn.

Valdís Þóra deildi 17-28. sæti eftir fyrsta hringinn sem hún lék á pari vallarins en tókst að gera enn betur í gær. Þá kom Valdís í hús á sjöttu höggum eða tveimur höggum undir pari vallarins. Valdís fékk tvo fugla, tvo skolla og einn örn á hringnum í gær og lék seinni hluta vallarins undir pari annan daginn í röð.

Hafnfirðingurinn Guðrún Brá Björgvinsdóttir er úr leik eftir tvo hringi í Suður-Afríku. Guðrún Brá átti erfitt uppdráttar á fyrsta hring þegar hún lék á átta höggum yfir pari og náði ekki að leiðrétta það í gær. – kpt

## Nær ekki að stöðva UFC

**MMA** Dana White, hinn málglæði forseti UFC-bardagasamtakanna, segir að útbreiðsla kórónaveirunnar muni ekki koma í veg fyrir næstu bardagakvöld á dagskránni. Hann hafi meðal annars rætt við forseta Bandaríkjanna, Donald Trump, og varaforsetann Mike Pence, um málið. White var gestur í Sports-Center þætti ESPN þar sem hann var spurður út í næstu bardagakvöld.

„Við munum sýna beint frá bardagakvöldinu í Brasilíu í beinni. Forseti Brasilíu setti samkomubann en við verðum með okkar starfsfólk þarna. Svo er það enn á áætlun að bardagakvöldið fari fram eins og áætlað var í London viku síðar.“ sagði White í samtali við ESPN. – kpt

# Íþróttahæimurinn stöðvaður

Búið er að setja hengilás á íþróttaiðkun heimsins og mótum og keppnum er slegið á frest á hverri stundu. Líklegt er að allt verði stöðvað innan skamms og að íþróttaaðdáendur fái lítið fyrir sinn snúð í mars.

**ÍÞRÓTTIR** Það er nánast búið að setja íþróttahengilás á íþróttaiðkun heimsins og mótum og keppnum er unnvörpum slegið á frest. Allar stærstu deildir Evrópu í öllum helstu íþróttagreinunum eru búnar að setja deildirnar í hlé og staðan er ekki auðveldari í einstaklingsíþróttum.

Íslenskt afreksfólk sem keppir víðs vegar um heiminn er að fá fregnir af frestun á síðustu stundu sem kemur sérstaklega illa niður á þeim sem voru með annað augað á Ólympíuleikunum í Tókýó, það er ef leikarnir fara fram.

Flestar frestanir eiga það sameiginlegt að vera til nokkurra vikna og eftir það verður tekin stöðufundur, en ef ekki tekst að stöðva veiruna er hæpið að deildirnar hefjist á ný eftir stutt hlé. Þangað til hægt verður að tryggja öryggi bæði iðkenda og áhorfenda verður ekki blásið í flautuna á ný.

### Fótbolti

Það verður enginn fótbolti í boði á Íslandi næstu vikurnar. Samkvæmt yfirlýsingu sem KSÍ sendi frá sér í gær er öllum leikjum frestað næstu fjórar vikurnar á meðan samgöngubannið stendur yfir, en ákvörðun um leik Íslands og Rúmeníu verður tekin eftir helgi, eftir fund með UEFA.

Í gær bættist enska deildin í stórán hóp deilda sem eru komnar í hlé, sama dag og UEFA frestaði leikjum í Evrópu- og Meistaradeildinni. Þá var ákveðið að fresta leikjum í þýsku deildinni á síðustu stundu, en til stöð að fresta leikjum eftir þessa helgi.

Þá voru engin áform uppi um að fresta leikjum í rússneska boltanum þegar blaðið fór í prentun þar sem tveir Íslendingar leika með CSKA Moskvu þessa dagana, Arnór Sigurðsson og Hörður Björgvin Magnússon.

### Handbolti

Búið er að fresta öllum landsleikjum, Evrópuleikjum og leikjum í stærstu deildunum. Þær fáu deildir sem voru enn með leiki á dagskrá áttu það sameiginlegt að leika fyrir luktum dyrum.

Síðdegis í gær ákvað HSÍ að stiga sama skref og fresta öllum leikjum



Þessi skilaboð eru algeng á völlum þessa dagana. Komið sé hlé á tímabilinu og höllunum lokað. MYND/GETTY

í mótum á vegum HSÍ ótímabundið frá og með gærdeginum. Stjórn HSÍ fundaði með ÍSÍ í gær og var ákvörðun um frestun tekin eftir fundinn.

### Körfubolti

Í gær ákvað KKI að fella niður leiki í neðri deildunum og yngri flokkunum á sama degi og tveir síðustu leikirnir í 21. umferðinni karlamegin fóru fram. Ein umferð er eftir og er enn barátta í gangi um deildarmeistaratitilinn. Kvennamegin eru þrjár umferðir eftir, en Valur er búinn að tryggja sér deildarmeistaratitilinn. KKI fundar aftur í dag um næstu aðgerðir fyrir lokaleiki tímabilsins.

### Engar íþróttir vestanhafs

Ákvörðun var tekin um að fresta öllum leikjum í hafnabolta, íshokki, knattspyrnu og körfubolta í Bandaríkjunum og er því framboð íþróttar af skornum skammti næstu vikurnar. Í mars átti að hefjast hin árlega úrslitakeppni háskóla-körfuboltans sem er einn stærsti íþróttaviðburður Bandaríkjanna

### ☞ Frestanir um heim allan

- PGA- og LPGA-mótaröðin í golfi
- Leikir í Meistara- og Evrópudeild karla- og kvennamegin
- Deildarkeppnir í fótbolta á Englandi, Ítalíu, Spáni og Þýskalandi
- Formúla 1
- NBA-deildin
- Mótaröðin í tennis
- Evrópukeppnin í körfubolta
- Pílukestkeppnin í Rotterdam
- NHL í íshokki
- MLB-deildin í hafnabolta
- HM í frjálsum íþróttum
- Stærstu deildir heims í hand- og körfubolta

en ákveðið var að hætta við hana í fyrsta sinn í 81 ár. Þá er óvíst hvort úrslitakeppnin í körfubolta og íshokki fari fram ef útbreiðsla veirunnar heldur áfram.

### Golf

Tekin var ákvörðun um að fresta Masters-móttinu í gær, fyrsta risamóti ársins, sem átti að fara fram

í næsta mánuði. Ákvörðunin var tekin sama dag og Players-mótið var flautað af eftir fyrsta hring. Ólíklegt er að nokkurt mót á PGA-mótaröðinni fari fram næstu vikurnar, eða í LPGA-mótaröðinni þar sem búið er að fresta einu risamóti.

Í Evrópumótaröð kvenna virðist eiga að klára yfirstandandi mót í Suður-Afríku, sem verður síðasta mótið á mótaröðinni í tvo mánuði, eftir að næsta móti var frestað. Karlamegin er búið að fresta næstu mótum og ekkert mót á næstunni.

### Akstursíþróttir

Búið er að fresta fyrstu keppnum ársins í Formúlu 1 og Formúlu E og ekki er von á að keppnin hefjist fyrr en í júní.

Corona-rallyið í Mexíkó mun fara fram en bjórframleiðandinn hefur verið aðalstyrktaraðilinn á móttinu síðan um aldamótin. Rallyið fer fram í Guanajuato þar sem enginn hefur smitast af veirunni og segja skipuleggjendur að það verði stuð í brekkunni með rétttri tegund af Corona. kristinnpall@frettabladid.is

**18g**  
PRÓTEIN  
OG AÐEINS  
**4%**  
VIÐBÆTTUR  
SYKUR



# Starfsemi Gildis - lífeyrissjóðs 2019

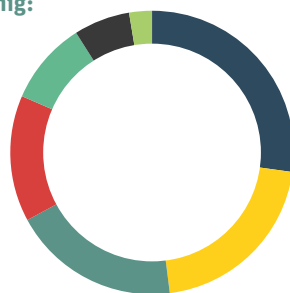
Hrein eign sjóðsins í árslok var 661,1 milljarður króna og hækkaði um 99,9 milljarða á milli ára. Á árinu greiddu 54.679 sjóðfélagar til Gildis og 24.550 fengu greiddan lífeyri. Samtals eiga 242.048 sjóðfélagar réttindi hjá sjóðnum.

## Eignir

Hrein eign samtryggingardeildar til greiðslu lífeyris nam 655.385 milljónum kr. í árslok 2019 og hækkaði um 99.062 m.kr. á árinu. Hrein eign séreignardeildar í árslok 2019 var 5.686 m.kr. og hækkaði um 791 m.kr. frá fyrra ári.

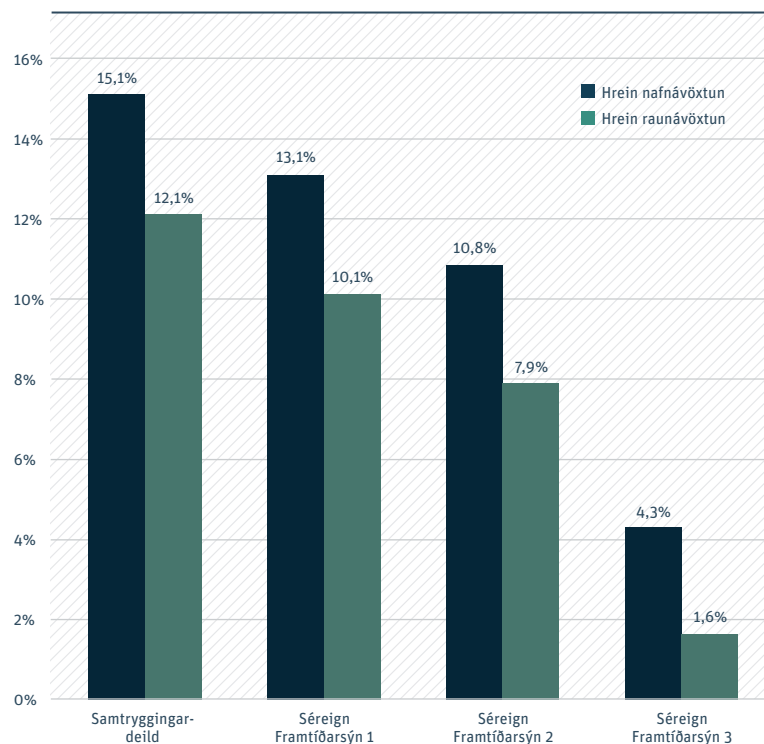
### Eignir samtryggingardeildar skiptast þannig:

- 27,2% Erlend hlutabréf
- 20,8% Ríkistryggð skuldabréf
- 19,1% Innlend hlutabréf
- 14,4% Önnur innlend skuldabréf
- 9,5% Veðskuldabréf
- 6,4% Erlend skuldabréf
- 2,6% Innlán



Ávöxtun sjóðsins á árinu er fyrst og fremst borin uppi af erlendum og innlendum hlutabréfum. Skuldabréf skiluðu einnig góðri ávöxtun á árinu, sem og flestir aðrir eignaflokkar. Vægi eigna í erlendri mynt var 38,2% í árslok 2019, samanborið við 34,6% í árslok 2018. Stefna Gildis er að auka vægi erlendra eigna á komandi árum með það að markmiði að auka áhættudreifingu sjóðsins.

## Ávöxtun 2019



## Stjórn sjóðsins

Gylfi Gíslason (formaður), Stefán Ólafsson (varaformaður), Áslaug Hulda Jónsdóttir, Freyja Önundardóttir, Guðmundur Ragnarsson, Ingibjörg Ólafsdóttir, Margrét Birkisdóttir og Sverrir Sverrisson.

Framkvæmdastjóri sjóðsins er Árni Guðmundsson.

## Efnahagsreikningur

	í milljónum kr.	
	2019	2018
Eignarhlutir í félögum og sjóðum	344.940	273.727
Skuldabréf	293.342	272.050
Bankainnstæður	17.779	10.618
Aðrar fjárfestingar	0	49
Kröfur	5.057	4.809
Varanlegir rekstrarfjármunir	399	399
Skuldir	-446	-434
<b>Hrein eign til greiðslu lífeyris</b>	<b>661.071</b>	<b>561.217</b>

## Breytingar á hreinni eign

	í milljónum kr.	
	2019	2018
Iðgjöld	30.296	28.335
Lífeyrir	-17.918	-16.487
Framlag ríkisins vegna örorku	1.859	1.832
Hreinar fjárfestingartekjur	86.553	31.054
Rekstrarkostnaður	-937	-873
Hækkun á hreinni eign á árinu	99.853	43.861
Hrein eign frá fyrra ári	561.217	517.356
<b>Hrein eign til greiðslu lífeyris</b>	<b>661.071</b>	<b>561.217</b>

## Kennitölur samtryggingardeildar

	2019	2018
Hrein nafnávöxtun	15,1%	5,8%
Hrein raunávöxtun	12,1%	2,4%
Hrein raunávöxtun (5 ára meðaltal)	5,5%	4,8%
Hrein raunávöxtun (10 ára meðaltal)	5,3%	3,9%
Hrein raunávöxtun (15 ára meðaltal)	3,1%	3,3%
Hrein raunávöxtun (20 ára meðaltal)	3,6%	3,7%
Tryggingafræðileg staða	3,7%	-1,1%
Fjöldi virkra sjóðfélaga	35.264	34.216
Fjöldi launagreiðenda	6.431	6.090
Fjöldi lífeyrisþega	24.550	23.397
Rekstrarkostnaður – hlutfall af iðgjöldum	2,9%	2,9%
Rekstrarkostnaður – hlutfall af eignum	0,15%	0,16%
Árlegur rekstrarkostnaður á hvern sjóðfélaga	3.791 kr.	3.642 kr.





Valgerður Guðnadóttir er Mamma Klikk í samnefndri sýningu sem byggð er á bók Gunnars Helgasonar.

## Gömul sál sem er stundum þrælleidinleg

Valgerður Guðnadóttir hefur heldur betur slegið í gegn í hlutverk sínu sem Mamma Klikk í samnefndri sýningu Gafllaraleikhússins. Þegar er orðið uppselt á fimmtíu sýningar og ekkert lát á vinsældum, en á sunnudag er síðasta sýning í bili vegna samkomubanns.

### Hvað ertu að lesa?

Epic hikes of the world og að endurlesa Blindu eftir José Saramago sem fjallar um bráðsmitandi blindu sem gjörbreytir samfélaginu.

### Síðasta kvikmynd sem þú horfðir á?

Parasite. Hún var frábær í öllum skilningi þess orðs.

### Hvað kæmi fólki á óvart í fari þínu?

Mér finnst mjög gott að vera ein, ég get verið óþolinmód og stundum þrælleidinleg, ég er gömul sál og hef yndi af að ráða krossgátur í krossgátublöðum eins og gamla fólkið.

### Hvaða orð eða setningu ofnotarðu?

Ægilega, ægilega skemmtilegt, ægilega leiðinlegt, ægilega myndið – og svo framvegis.

### Hver er uppáhalds skyndibitinn?

Er ekki mikil skyndibitakona en ætli það sé ekki Serrano eða Subway.

### Hvaða daglega verkefni myndirðu helst útvista?

Tiltekta og þvottum.

### Hvað lærdirðu nýtt í síðustu viku?

Til dæmis tvö lög; Söng farmannsins og lag með Spice Girls fyrir gígg sem frestaðist.

Nú og svo komst ég að því að orðið hvinnskur þýðir þjóföttur.

### Hvaða rétt eldarðu oftast?

Lax með kryddjurtum og hvítlauk. Ég stilli á „salmon with herbs“ á ofninum og ofninn sér um þetta.

### Hvaða hlut gætirðu ekki verið án?

Linsa og gleraugna þar sem ég er með mínus 8.5 og án þeirra myndi ég steypast á hausinn ofan í hljómsveitargrýfjuna svo dæmi sé tekið.

### Hver er sætasta syndin?

Súkkulaði og lakkris, helst saman.

# Skreiðarhátíð í Paradís

Kvikmyndahátíðinni Stockfish Film Festival & Industry Days var hrundið af stað í Bíói Paradís nú fyrir helgi og stendur til 22. mars. Þetta er í sjötta sinn sem hátíðin er haldin.

Björk  
Eiðsdóttir  
bjork@frettabladid.is



Um eins konar bransahátíð er að ræða, en með henni var Kvikmyndahátíð Reykjavíkur, sem haldin var frá árinu 1978 til 2001, endurvakin undir nýju nafni. Hátíðin er kvikmynda- og ráðstefnuhátíð fagfólks í kvikmynda-bransanum og er ætlað að styrkja og efla iðnaðinn.

„Stockfish, eða skreið, var um árabil helsta útflutningsvara Íslands. Sem bransahátíð, með það markmið að styrkja og efla kvikmynda-iðnaðinn, er þannig verið að vísa í það markmið að gera íslenska kvikmyndagerð að stærstu útflutningsvöru þjóðarinnar,“ segir Rósa Ásgeirsdóttir, viðburðastjóri í Bíói Paradís.

### Krossa fingur fyrir næsta ár

„Aðsóknin hefur aukist hægt og rólega í gegnum árin, eins og er venjan með nýjar hátíðir, og náðist mesta aðsóknin í fyrra, 2019. Sagt er að hátíð ná almennilegri fótfestu eftir sjö ár, þannig að við krossum fingur um að fá að halda sjöundu útgáfu af Stockfish í Bíói Paradís á næsta ári,“ segir Rósa, en eins og fram hefur komið í fjölmiðlum er framtíð Bíós Paradís óráðin, enda leiguverð hækkað verulega.

Rósa segir 26 titla sýnda á hátíðinni í ár ásamt sex stuttmyndum í stuttmyndakeppni. „Áhersla er lögð á að fá verðlaunakvikmyndir sem hafa vakið athygli á liðnu ári en komust ekki í bióhús hérlendis. Samhliða því að Stockfish ná ákveðinni fótfestu í menningardagskrá Reykjavíkur, hefur þó orðið meira af því að kvikmyndagerðar-fólk hafi samband við hátíðina til að sýna verk sín. Þannig frumsýnum við alls fjórar kvikmyndir á hátíðinni í ár, tvær íslenskar, eina kanadíska og eina breska.“

Áhersla er lögð á fjölbreytni í vali kvikmynda, bæði hvað varðar innihald þeirra og bakgrunn. „Við beinum sérstakri athygli að evrópskum myndum, en hátíðin er alþjóðleg og er því líka að finna þar kvikmyndir frá Suður-Ameríku, Norður-Ameríku, Asíu og Afríku.“

„Nokkrar af kvikmyndunum okkar hafa unnið til verðlauna á stórum hátíðum og verið nefndar af mörgum gagnrýnendum á lista yfir bestu myndir ársins 2019. Má þar nefna þrjár kvikmyndir sem unnu til verðlauna á Cannes: hinar brasilíska Bacurau og Invisible life og hina frönsku It must be heaven.“

### Einstakir persónuleikar

„Við höfum verið í samstarfi við hátíðina Nordisk Panorama og völdum inn á dagskrá okkar þrjár af verðlaunaheimildamyndum þeirra til að sýna á Stockfish. Myndirnar þrjár eru jafnólíkar og þær eru spennandi. Q's Barbershop, sem var opunarmynd Stockfish og fjallar um rakarann Q, sem allir í hverfinu leita til í nýja hársnyrtingu og einlæg ráð. Margir af kúnum Q eru innflytjendur í Danmörku, eins og hann sjálfur, og geta þeir því rætt um áhyggjur sínar og erjur í rakarastólum.“



Rósa Ásgeirsdóttir segir hátíðinni ætlað að styrkja og efla kvikmynda-iðnaðinn. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Humanity on trial er mögnuð frásögn um Salam Aldeen sem var ákærður fyrir smygl á fólki, eftir að hafa aðstoðað flóttafólk sem strandaði á gúmmibátum við Grikkland, oft nær dauða en lífi.

Sú þriðja, Lindy the return of Little Light, fjallar um sænska listamanninn Lindy Larsson og hvernig hann á fullorðinsárum leitar í sitt annað sjálf sem hann hafði skapað í barnæsku til sigrast á djöflum úr fortíð sinni.

Allar þrjár heimildamyndirnar eru einlægur portrett-myndir af einstökum persónuleikum sem hver á sinn hátt tákna tíðarandann á Norðurlöndunum og í Evrópu almennt í dag. Annar þáttur í þessu samstarfi við Nordisk Panorama er pallborðsumræða um stöðu heimildamyndagerðar á Norðurlöndum. Þar verður farið yfir möguleika á



### NOKKRAR AF KVIK-

### MYNDUM OKKAR HAFNA

### UNNIÐ TIL VERÐLAUNA

### Á STÓRUM HÁTÍÐUM OG

### VERIÐ NEFNDAR AF

### MÖRGUM GAGNRÝNENDUM

### Á LISTA YFIR BESTU

### MYNDIR ÁRSINS 2019.

frekara samstarfi milli Norðurlandanna bæði í grasrótar-kvikmyndagerð og heimildamyndum.“

### Frumkýna tvær íslenskar heimildamyndir

Tvær íslenskar heimildamyndir verða frumsýndar á hátíðinni, Eins og málverk og Guðríður hin víðförla. Eins og málverk er heimildamynd um Eggert Pétursson málara, leikstýrt af Gunnlaugi Þór Pétursyni. „Í henni njótum við leiðsagnar þóru Ellenar Þórhallsdóttur grasafræðings, sem sameinar upplifun okkar á íslenski náttúru og flórumengi blómamynda Eggerts. Svo verður einnig sérstök frumsýning á heimildamynd Önnu Disar Ólafsdóttur, The Far Traveller, eða Guðríður hin víðförla, sem rekur sögu Guðríðar Þorbjarnardóttur, víðförlustu konu miðalda.“





**Við þorðum**

**Við börðumst**

**Við sigruðum!**

„Áður þaggaðar og jaðarsettar konur, sem fáir höfðu fram að því haft áhuga á, stigu fram með sjálfsvirðinguna að vopni og skiluðu skömm láglaunastefnunnar þangað sem hún á heima. Allar stofnanir valdsins stóðu sameinaðar gegn okkur, sem átti að berja til hlýðni, eins og tíðkast hefur áratugum saman. En Eflingarfélagar hjá borginni hafa fært valdastéttinni og raunar samfélaginu öllu fréttir; þegar verkafólk kemur saman í krafti fjöldans, samstöðunnar og baráttuviljans þá stöðvar það ekkert. Eflingarfélagar hjá borginni hafa skrifað nýjan kafla í sögu íslenskrar verkalýðsbaráttu.“

*Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar*

**Baráttan fyrir betra lífi heldur áfram!**

  
**EFLING**  
Baráttu fyrir betra lífi





# Mótlætið hefur gert mér gott

**Tinnu Hrafnadóttur** dreymdi alltaf um að verða móðir. Hún reyndi að eignast barn í fimm ár. Draumurinn rættist þegar hún varð ólétt að tvíburum og hún fylltist krafti sem hún nýtir í starfi sínu sem leikstjóri.

Birna Dröfn Jónasdóttir  
birnadrofn@frettabladid.is



**T**inna Hrafnadóttir leikona, leikstjóri, framleiðandi og handritshöfundur, segist alla tíð hafa verið árangursmiðuð, enda meyjja.

„Þegar ég tek mér eitthvað fyrir hendur fylgi ég því eftir og klára það,“ segir hún.

Tinna, sem er fædd í Reykjavík í ágúst árið 1975, segist þó ekki vera hin týpiska meyjja. „Ég er allavega ekki með þrifaði en er góð í að skipuleggja og hef ágætis yfirsýn,“ segir hún og hlær.

Tinna hóf nám í lögfræði við Háskóla Íslands árið 1995, færði sig svo yfir í bókmenntafræði en þegar hún átti eina önn eftir komst hún inn í Leiklistarskólann. Síðan þá hefur hún skapað mikið af sínum verkefnum sjálf og unnið við kvikmyndir, leikhús og sjónvarp.

„Þegar ég útskrifaðist úr Leiklistarskólunum buðust mér hlutverk hjá sjálfstæðum leikhópum en mín stærstu tækifæri á leiklistarbrautinni hafa hingað til verið í kvikmyndabransanum,“ segir Tinna. Árið 2006 hlotnaðist Tinnu aðalhlutverkið í kvikmynd Guðnýjar Halldórsdóttur, Veðramótum, og var tilnefnd til Eddunnar fyrir þá frammistöðu.

„Mín kynni af leikhúsinu urðu því fyrst og fremst af starfi sjálfstæðu leikhúsanna og því þróaðist það þannig að ég stofnaði mitt eigið leikfélag og fór að skapa mín verkefni sjálf,“ segir Tinna.

Hún segir það hafa tekið á sálarlífið að bjóðast ekki tækifæri innan stóru leikhúsanna en að sama skapi hafi hún lært mikið af því. „Lengi vel fannst mér eina leiðin vera annaðhvort starf í í Borgarleikhúsinu eða bjóðleikhúsinu svo á tímabili var ég við það að missa móðinn,“ segir Tinna. „Ég átti erfitt með að finna sjálfstraustið til að standa á eigin fótum en tveir þættir ýttu mér úr vör og gáfu mér kjark til að finna mína leið,“ segir Tinna.

Árið 2005 skræði Tinna sig í MBAnám við Háskólann í Reykjavík. Í náminu segist hún hafa kynnst fólki úr öllum kimum þjóðfélagsins og að sjálfstraust hennar hafi aukist til muna.

„Mér fannst gott að komast inn í annað umhverfi og kynnst nýju fólki. Þarna var fólk úr öllum áttum tilbúið að deila sinni ólíku reynslu, engin samkeppni heldur mikið traust,“ segir hún. „Ég fann

líka hvað listin og mitt listnám var mikilvægt í viðskiptaumhverfinu,“ bætir Tinna við.

## Draumurinn að eignast barn

„Hinn þátturinn var sá að ég og maðurinn minn þurftum að kljást við ófrjósemi og það var ég sem var vandamálið,“ segir Tinna en hún greindist með óútskýrða ófrjósemi og við tóku fimm ár þar sem hún og maðurinn hennar, Sveinn Geirsson leikari, reyndu að eignast barn.

„Ég sagði eitt sinn við vinkonu mína að ef það væri eitthvað sem ég gæti ekki tekist á við þá væri það að geta ekki eignast barn. Svo þegar það varð reyndin stóð ég frammi fyrir því að þurfa að heyja baráttu við eitthvað sem ég hafði ákveðið fyrir fram að ég gæti ekki og það var erfitt,“ útskýrir Tinna.

„Ég reyndi allt til að lækna mig sjálf. Tók mataræðið í gegn, stundaði jóga, heilun og nálastungur, allt sem mér datt í hug því minn allra stærsti draumur var að verða móðir. Það var markmið sem ég ætlaði alltaf að ná, alveg frá því ég man eftir mér,“ segir Tinna.

„Við háðum þessa baráttu í fimm löng ár og oft og tíðum vorum við við það að gefa upp vonina en sem betur fer gáfumst við ekki upp,“ segir hún stolt.

## Varð ólétt að tvíburum

Tinna og Dói, eins og hún kallar hann, fóru í allar þær tæknifrjög- unarmedferðir sem stóðu til boða og á endanum varð Tinna ólétt að tvíburum.

„Ég trúði ekki niðurstöðunni þegar ég pissaði á fyrstu prufuna og sendi Dóa út í búð til að kaupa tíu prufur í viðbót. Svo staðfesti lækniurinn okkar þungunina og ég get ekki lýst þeirri sigurtílfirringu,“ segir Tinna og gleðin skín úr andliti hennar.

Tvíburarnir fæddust heilbrigðir eftir erfíða fæðingu en Tinna þurfti að dvelja í níu daga á spítalanum. „Ég man að ég hugsaði að allt yrði í lagi ef þeir væru í lagi, ég myndi jafna mig. Lífið er svolítið þannig, ef börnin manns eru í lagi, þá er allt gott,“ segir Tinna. „Nú eru þeir orðnir átta ára og ég er stöðugt að vinna í að sleppa takinu og vera ekki of mikil ungamamma,“ segir hún.

## Fékk aukinn kraft

„En við það að sigra í þessari löngu ófrjósemisbaráttu leystist úr læðingi einhver fitonskraftur sem ég bý enn að,“ segir Tinna. „Ég hugsaði, fyrst ég gat þetta, þá hlýt ég að geta allt. Aðrir ósigrar verða að minnsta



Tinna er þessa dagana við tókur á danskri stórmynd um ævi Margrétar fyrstu drottningar. Þar fer Tinna með hlutverk aðstoðarkonu drottningar og leikur á móti fjölda þekktara leikara frá Norðurlöndunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



## ÉG OG MAÐURINN MINN ÞURFTUM AÐ KLJÁST VIÐ ÓFRJÓSEMI OG ÞAÐ VAR ÉG SEM VAR VANDAMÁLID.

kosti mun auðveldari héðan í frá því sá stærsti er unninn. Ég fann fyrir auknu æðruleysi og hugsaði, þó að verkefni mín nái ekki því takmarki sem ég óska mér þá er það enginn heimsendir í stóra samhenginu. Miklu frekar lexía sem mun fleyta mér reynslunni ríkari yfir í næsta verkefni,“ bætir hún við.

„Ég lærði líka að skilja að það eru ekki tækifærin sem bjóðast eða staða manns í lífinu sem skilgreinir mann, heldur miklu frekar hvernig maður vinnur úr henni og því hlutskipti sem lífið veitir manni. Það er nefnilega svo margt undir manni sjálfum komið. Ef maður á sér draum er í raun og veru ekkert sem getur stöðvað mann í að vinna að honum nema maður sjálfur. Mestu máli skiptir bara að halda í trúna og

gefast ekki upp,“ segir hún.

„Í dag er ég gríðarlega þakklát fyrir að hafa þurft að hafa svolítið fyrir hlutunum. Það gerði mér á endanum virkilega gott að þurfa að standa á eigin fótum og komast að því hvað ég gæti. Mótlæti getur nefnilega líka styrkt mann ef manni tekst að sjá það í öðru ljósi. Ég fann líka svo sterka þörf fyrir að segja sögur að ég hreinlega varð að fara að leikstýra og skrifa sjálf,“ bætir hún við.

## Ekki hefðbundið uppeldi

Tinna er alin upp í Vesturbænum þar sem hún gekk í Mela- og Haga-skóla. Hún á þrjú alsystkin og tvö hálf systkin og segir hún fjölskyldulífið ekki hafa verið hefðbundið.

„Ég ólst upp með þremur systkinum mínum og við höfum alla tíð verið mjög náin,“ segir hún.

„Foreldrar mínir skildu á tímabili, tóku svo aftur saman og skildu nokkrum sinnum, svo á köflum var heimilislífið mjög tvístrað,“ heldur hún áfram. „Ég á einstaklega góða móður sem hefur verið mér og systkinum mínum mikil stöð og stytta í gegnum ævina. Hún er alltaf boðin og búin að hjálpa mér með tvíburana og það sem ég tek mér fyrir hendur,“ segir Tinna.

„Margir úr mínum innsta fjölskyldukjarna eru þekktir einstaklingar og hafa verið mikið á milli tannanna á fólki svo það að vera „frægur“ hefur aldrei verið

heillandi fyrir mér. Mér fannst oft óþægilegt þegar ég var lítil að allir vissu hver hinn og þessi í minni fjölskyldu væri því þess konar athygli getur búið til ákveðna meðvitund hjá barni sem skekkir veruleikann, þó það sért ekki þú sem ert þekktur heldur bara einhver sem tengist þér,“ segir Tinna. „Ég óttaðist því oft álit annarra og gat miklað hlutina fyrir mér,“ segir hún.

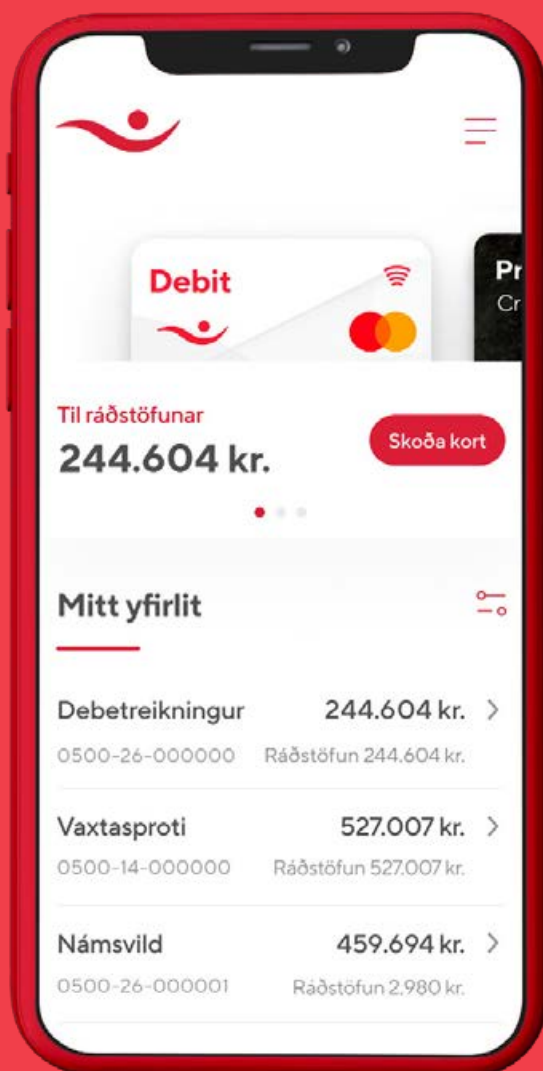
„Samskipti við föður minn hafa síðustu ár fjarad út af mörgum ástæðum. Á ákveðnu tímabili fór ég í mikla sjálfsskodun og komst að því hversu mikilvægt það er að setja mörk,“ segir hún. „Því ef þú setur ekki mörk og virðir þau sjálf, geturðu ekki ætlast til að aðrir geri það,“ segir Tinna. „Það getur þó verið erfitt að gera greinarmun á meðvirkni og því sem manni ber að gera, en þegar það lærist skapast ákveðið frelsi sem hjálpar manni að standa með sjálfum sér og því sem skiptir manni máli,“ útskýrir hún.

Tinna fór til sálgræinis og fékk hjálp við að vinna úr ýmsum spurningum um sig og sitt líf sem hún átti erfitt með að svara sjálf. „Ég held að allir hefðu gott af einhvers konar sjálfsskodun því flest búum við að einhverri reynslu sem við kunnum ekki að vinna úr sjálf,“ segir hún. „Það þarf ekki endilega að vera sár eða erfíð reynsla. Bara það að vera manneskja getur stundum verið alveg óskaplega flókið,“ segir Tinna og hlær.





# Við hvetjum til notkunar stafrænna lausna



Í ljósi aðstæðna hvetjum við viðskiptavini til að nýta sér stafrænar lausnir bankans fyrir allar helstu aðgerðir og takmarka komur í útibú bankans.

Í Íslandsbankaappinu er hægt að:

- Millifæra
- Sækja um lán allt að tveimur milljónum
- Breyta yfirdrætti
- Dreifa greiðslum
- Greiða reikninga
- Sjá PIN-númer

Við bendum einnig á netspjall bankans sem er opið milli klukkan 9-18 alla virka daga og hægt er að hringja í síma 440-4000.

## Öflug fræðsla

Á vef bankans finnur þú áhugaverð myndbönd, fræðandi greinar og góð ráð. Meðal annars er hægt að finna kennslumyndbönd fyrir Íslandsbankaappið.

[islandsbanki.is](https://islandsbanki.is)





Tinna segist afar spennt fyrir þeim verkefnum sem eru fram undan og sérstaklega því að prufa í fyrsta sinn að starfa erlendis. Það segir hún geta opnað sér ýmsar dyr. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

### Ný kvikmynd á leiðinni

Um þessar mundir standa yfir tökur á nýrri kvikmynd Tinnu, Skjálfta. Handritið er byggt á skáldsögu Auðar Jónsdóttur, Stóra skjálfta, og er leikstjórn í höndum Tinnu. Þá skrifaði hún einnig handritið, sá um leikaraval og tekur þátt í framleiðslu myndarinnar.

„Þegar ég las bókina tengdi ég strax við aðalpersónuna, Sögu, og skildi vel hvað hún var að ganga í gegnum. Það er alltaf gott þegar maður þekkir á eigin skinni það sem maður er að skrifa um og ég er einstaklega þakklát fyrir það traust sem Auður sýndi mér,“ segir Tinna.

Við gerð handritsins hefur Tinna aðlagð söguna að hvíta tjaldu en kjarninn er sá sami. Skjálfti fjallar um konu á fertugsaldri sem vaknar upp eftir að hafa fengið heiftarlegt flogakast í fyrsta sinn í áraradír og finnur ekki son sinn. Við kastið tapar Saga minni og þarf að kafa djúpt í fortíðina til að ná tökum á lífi sínu að nýju.

„Þetta er saga um það þegar þú kemst á þann tímamark í lífinu þar sem þú verður að staldra við og horfast í augu við það hver þú ert og af hverju þú ert eins og þú ert,“ segir Tinna. „Flogaveikin í þessari sögu er í raun og veru bara myndlíking fyrir það ástand sem getur skapast þegar fólk missir tókin,“ heldur hún áfram.

Stefnt er að frumsýningu myndarinnar á næsta ári en þrátt fyrir að tökuri standi enn yfir hefur sagan og þróun myndarinnar hlotið mikið lof um víða veröld. Tinna var meðal annars einn af tíu leikstjórum sem voru valdir til þátttöku á kvikmyndaleikstjórasmíðju á Kvikmyndahátíðinni í Toronto (TIFF) sem er ein stærsta kvikmyndahátíð heims.

„Við Hlín Jóhannesdóttir, framleiðandinn minn, fengum ótrúlega jákvæðar viðtökur í þróunarferlinu því þetta er saga sem talar til svo



### Á ÁKVEDNU TÍMABILI FÓR ÉG Í MIKLA SJÁLFSKOÐUN OG KOMST AÐ ÞVÍ HVERSU MIKILVÆGT ÞAÐ ER AÐ SETJA MÖRK.

margra,“ segir Tinna.

Ásamt því að vinna að Skjálfta hefur Tinna tekið að sér hin ýmsu verkefni að undanförunu og var hún meðal annars vikulegur gestur í sjónvörpum landsmanna á sunnudögum í vetur þar sem hún fór með hlutverk lögreglukonunnar Helgu í sjónvarpsþáttaröðinni Brot. Þá fer hún einnig með hlutverk í þáttaröðinni Ráðherrann sem sýnd verður á RÚV næsta haust.

### Hlutverk í danski stórmynd

Nýlega hlotnaðist Tinnu einnig hlutverk í danski stórmynd um ævi Margrétar fyrstu drottningar. Tökur á myndinni standa nú yfir í Prag og fer Tinna með hlutverk aðstoðarkonu drottningar.

„Flest Norðurlöndin kom að framleiðslunni. Þarna er ég í hópi reyndra leikara og fæ að leika á móti Trine Dyrholm sem er ein af mínum uppáhaldsleikkonum,“ segir Tinna og brosir út að eyrum. „Síðan verður gerð þriggja þátta sería upp úr efninu svo saga Margrétar mun fara víða.“

Landsmenn þekkja margir Dyrholm úr þáttaröðinni Erfingjarnir



Þegar Tinna varð ólétt að tvíburunum Starkaði Mána og Jökli Þór eftir að hafa reynt að eignast barn í fimm ár, rættist draumur hennar. MYND/AÐSEND



Í framtíðinni sér Tinna fyrir sér að bæði leika og leikstýra. Hún leikstýrir nú kvikmyndinni Skjálfta, sinni fyrstu mynd í fullri lengd. MYND/LILJA JÓNSD.

sem sýnd var hér á landi fyrir nokkrum árum, en þar fór hún með hlutverk Gro Grønnegaard. Þá fara meðal annars Simon J. Berger úr norsku þáttunum Exit og danski leikarinn Søren Malling einnig með stór hlutverk.

Hlutverk Tinnu í myndinni felur í sér mikil ferðalög og mikla vinnu. Hún segir það hafa verið erfiða ákvörðun að taka hlutverkinu en að hún sé afar spennt fyrir verkefninu. „Þetta kemur auðvitað á sama tíma og ég er að vinna að Skjálfta svo fram að þáskum verð ég vonandi til skiptist í tókum í Prag og hér á Íslandi, ef kórónaveiran setur ekki strik í reikninginn,“ segir hún.

### Langar bæði að leika og leikstýra meira

„Mér hefur þó hlotnast óvenju mikið af hlutverkum upp á síðkastið en ég hélt að þegar ég byrjaði að leikstýra myndi fólk endanlega afskrifa mig sem leikkonu en hið gagnstæða gerðist,“ segir hún. „Ég er líka sérstaklega spennt fyrir því að fá núna tækifæri til að vinna erlendis. Þar mun ég kynnst aðilum sem eflaust geta kennt mér mikið og mögulega opnað einhverjar dyr sem gætu hjálpað mér í framtíðinni. Þetta verður álag en ég er tilbúin í þetta og hef mikla trú á báðum verkefnum því það er svo gott fólk með mér,“ segir Tinna.

Aðspurð að því hvað sé á dagskrá þegar tórinn líkur segir Tinna að sig langi til að leika og leikstýra meira. „Kannski mun mér einhvern tímann bjóðast að vinna í öðru hvoru stofnanaleikhúsinu, ég á enn eftir að tékka í það box,“ segir hún og hlær. „En með fram þessu er ég að þróa sjónvarpsseríu með Ottó Geir Borg vini mínum sem ber vinnutílinn Heima er best og er þegar farin að leggja drög að næstu kvikmynd. En fæðing barnanna minna var minn stærsti draumur svo ég dey sátt ef verkefnin verða ekki fleiri.“





# NÝR FRUMSÝNINGARVIKA

LAUGARDAG - LAUGARDAGS 14.-21. MARS

# FORD PUMA

# MILD HYBRID ECOBOOST



## JAFN SNÖGGUR OG LIPUR OG HANN LÍTUR ÚT FYRIR AÐ VERA!

Nýr Ford PUMA kallar fram bros á öllum öikumönnum enda er hann frábærlega skemmtilegur í akstri, kraftmikill (125 hestöfl) og einstaklega lipur. Mild Hybrid tæknin kemur þar sterk inn. Hún gerir hann einnig afar hagstæðan í rekstri með lága CO<sub>2</sub> losun og sérlega sparneytinn. Nýr Ford Puma er frábærlega hannaður og skottið er einkar stórt en þú kemur t.d. tveimur golfsettum í það!

Verð frá aðeins: 3.560.000 kr.

### FRUMSÝNINGARVIKA!

Í stað einnar stórsýningar þá dreifum við frumsýningu á heila viku. Komdu og reynsluaktu nýjum Ford Puma!

ALLT AÐ 90% FJÁRMÖGNUN  
MEÐ SÖGULEGA LÁGUM VÖXTUM  
TÖKUM NOTAÐA BÍLA UPPÍ

DAEMI:

**29.949 kr.**  
Á MÁNUÐI

- Kaupverð 3.560.000 kr.
- Útborgun eða upptökubíll 1.600.000 kr.
- Vextir 6,25%
- Lánstími 84 mánuðir
- Árleg hlutfallstala kostnaðar 7,64%



Brimborg Reykjavík  
Bíldshöfða 6  
Sími 515 7000

Nýir og notaðir bílar:  
Sölueldir eru opnar mán-fim kl. 9-17 og föstudaga 9-16.15  
og laugardaga kl. 12-16

[ford.is](http://ford.is)





Hjördís Sigurðardóttir hefur unnið að því að koma upp borgargarði í fimm ár en persónuleg reynsla hennar hefur haft áhrif á verkefnið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Björk  
Eiðsdóttir  
bjork@frettabladid.is



# Hefur lagt allt undir

Hjördís hefur unnið í um fimm ár að undirbúningi borgargarðsins ALDIN Biodome sem samþykkt hefur verið að rísi í Löngugróf í suðurjaðri Elliðaárdals. Loks virðist sjá fyrir endann á verkefninu sem töluverður styr hefur staðið um.

En hver er þessi stórhuga kona sem barist hefur fyrir því að reistur verði yfirbyggður garður innan borgarinnar með það að markmiði að þar fari fram matjurtaræktun í gróðursælu umhverfi og borgarbúar geti þar sótt sér andlega sem líkamlega næringu?

„Ég er alin upp í sveit, nánar tiltekið að Kastalabrekku í Ásahreppi, og hafði uppvöxturinn í sveitinni mikil áhrif á persónu mína. Ég lærði síðar matvælafræði og starfaði við gæðastjórnun í matvælaíðnaðinum í um áratug. Áhugi minn fór svo að beinast frekar að samspili manns og umhverfis og hvernig umhverfið hefur áhrif á líðan okkar.“ Hjördís ákvað því að bæta við sig menntun í umhverfisskipulagi við Háskólann á Hvanneyri og segir það hafa opnað sýn sína á margt. „Ég lærði betur á sjálfa mig en á þessum tíma fór ég einnig í gegnum erfiðan skilnað.“ Eftir útskriftina hélt Hjördís utan í MSc-nám í landslagsarkitektúr og skipulagi við Wageningen-háskóla í austurhluta Hollands.

## Í meistaranám erlendis ein með fjögur börn

Börn Hjördísar voru þá 5, 7, 13 og 15 ára og viðurkennir hún að það hafi verið áskoran að rífa sig upp ein með ung börn en það hafi hjálpað sér að ofhuga það ekki á þeim tímamarki. „Það var vissst frelsi fylgið í því að komast í burtu. Þetta var mjög erfiður skilnaður sem tók á okkur

Hjördís Sigurðardóttir reif sig upp eftir erfiðan skilnað og flutti ásamt börnum sínum fjórum til Hollands þar sem hún tók MSc í skipulagsfræði. Þar fékk hún hugmynd að borgargarðinum ALDIN Biodome sem stefnt er á að verði að veruleika árið 2023.

öll og því var gott að skipta alfarið um umhverfi. Það gekk mjög vel úti og námið hjálpaði mér að halda fokus enda var ég að þúsla saman fjölmörgum hlutum og með margt á minni könnu. Börnin æfðu fótbolta og um helgar var ég í því að keyra þau á leiki í öðrum bæjum. Þess á milli stóð billinn kyrr og maður fór hjólandi allra sinna ferða,“ rifjar Hjördís upp og segist hafa kynnst umhverfi sínu á allt annan hátt en þegar ekið er á milli staða.

## Brotnaði saman yfir ósöttu rusli

Hjördís segir að börnunum hafi gengið vel á nýjum stað og þau þurft að læra tungumálið á stuttum tíma enda gengið í barnaskóla sem sérhæfði sig í kennslu tvítýngdra barna með fjölbreyttan menningarlegan bakgrunn. Hollendingar tóku fjölskyldunni vel en á köflum var álagið eðlilega mikið. „Ég man

eftir einu augnabliki þegar ég hafði haft ansi margt á minni könnu, enda að mörgu að huga við að koma sér inn í nýtt samfélag. Það var komið að rusla-afhendingardegi sem var einu sinni í viku en þá átti maður að fara með flokkaðar tunnur út á gangstétt. Ég var búin að passa þetta vel – hver ruslategund með sinn afhendingardag. Þegar ég kom svo heim úr skólanum var mín tunna ein eftir ótæmd. Ég bara brotnaði saman og fór að gráta,“ rifjar Hjördís upp hlæjandi. „Það þurfti ekki meira til á þessum tímamarki.“

## Hugmyndin spratt úr kúrs í náminu

Hjördís segir einn kúrsinn í náminu hafa haft sérlega mótandi áhrif á sig. „Þá fengum við sem hópur í hendurnar eyju sem við áttum að skipuleggja út frá hámarksnýtingu orku og efnis, með því að stilla saman orkuuppsprettu og orkunýtingu



## ÞAD ER SVO SKONDIÐ

## HVERNIG VIÐ ERUM

## ALLTAF Í ÞESSU ÁPREIFANLEGA EN SVO ER ÞAD

## KANNSKI BARA SÁLIN

## SEM GERIR LÍKAMANN

## PREYTTAN.

hlið við hlið og loka þannig öllum ferlum. Þetta var ótrúlega áhugavert verkefni í anda hringrásarhagkerfisins. Undir lok þess gerði ég rannsókn á borgarbúskap, eða „urban farming“, í Detroit og Rotterdam. Á þessum tíma voru haldnar ráðstefnur um hvort borgir gætu fætt sig sjálfar, framleitt sjálfar matvæli fyrir íbúa sína og stuðlað þannig að meiri sjálfbærni. Þetta vakti mikinn áhuga hjá mér og ekki síst landnotkunarsíðfræðin sem lögð var áhersla á. Þegar ég kortlagði þessa ferla sýndu niðurstöður að áhrifin á samfélagið væru gríðarlega jákvæð. Í framhaldinu gat ég ekki hætt að hugsa hvernig þetta gæti passað okkur Íslendingum. Þegar maður býr erlendis og sér Ísland úr fjarlægð lærir maður mikið um landið sitt ekki síður en sjálfan sig, áskoranir og tækifæri.“

## Reynslan sem aðstandandi hafði áhrif

Hugmyndin að borgargarðinum þróaðist í huga Hjördísar og hún sótti um þátttöku í Startup Reykja-

vík viðskiptahraðlinum árið 2015 og var samþykkt sem þátttakandi. Þá fór boltinn að rúlla.

Samkvæmt heimasíðu ALDIN Biodome er ætlunin að bjóða upp á stað þar sem hægt verður að nýta tímann til ihugunar, fræðslu, versla með ferskar matjurtir beint af beði, njóta á kaffihúsum og fleira. Hugmyndin er að fólk kaupi sér aðild að garðinum og lofar Hjördís hófstíllu verði. „Aðild ætti að kosta um það bil tíu sinnum minna en aðgangur í líkamsræktarstöð. Ég sé fyrir mér að þetta geti verið staður þar sem til dæmis eldra fólk getur farið í göngu innandyra eftir fallegum leiðum þegar það kannski treystir sér ekki út í veturinn.“

Hjördís bendir einnig á að kvíði sé sífellt að verða algengari meðal ungs fólks og það sé hennar markmið að garðurinn verði uppbyggjandi og róandi staður. „Þessi fimm ár frá því að hugmyndin að verkefninu kviknaði hef ég jafnframt verið aðstandandi einstaklings með fikni- og gedröskun og það hefur haft mikil áhrif á þróun ALDIN Biodome og löngun mína til að vinna að velliðan fólks.“

## Strangir staðlar um sjálfbærni

Ég var svo heppin að vorið 2017 var skrifuð grein um verkefnið, eftir að ég fékk verðlaun frá Alþjóðlegum samtökum uppfinningakvenna og frumkvöðla. Þar fékk ALDIN Biodome viðurkenningu sem framúrskarandi samfélagsverkefni og nýsköpun og þá opnuðust dyrnar að alþjóðlegu hönnunarteymi. Þetta fólk hefur gert svipaða hluti áður, þau hafa ástríðu fyrir verkefninu og það er svo sannarlega gefandi að vinna með svoleiðis fólki.“ Hjördís segir verkefnið falla einkar vel að sjálfbærnimarkmiðum Sameinuðu þjóðanna. „Hönnunarteymi okkar hefur reynslu af svipuðum verkefnum og munum við vinna það út frá ströngum stöðlum um sjálfbærni og heilsusamleg mannvirki. Það



mun tryggja að við séum að gera vel á sem flestum sviðum, bæði í uppbyggingu og í framhaldinu í rekstri.“

#### Gagnrýni á framkvæmdirnar

Hugmyndin hefur mætt mismiklum skilningi og hafa tiltekni hópar lýst yfir áhyggjum af atríðum eins og mögulegri ljósmengun og nálægð byggingarinnar við Elliðaárna. „Ég lít á þetta sem eðlilegan hlut sem gert er ráð fyrir í skipulagsferli og ég hef hlustað mjög vel á gagnrýni og hönnunarteymið brugðist við henni þannig að hún hefur að mörgu leyti bætt verkefnið.“

Til lengri tíma litið held ég að flestir geti fundið sig sem einhvers konar sigurvegara. Byggingin verður utan verndarsvæðis Elliðaárdalsins og á ekki að hafa nein áhrif á ána. Verkefnið er í eðli sínu byggt á sjálfbærnimarkmiðum á öllum sviðum, svo að það að skaða umhverfið væri í hreinni andstöðu við markmið þess. Við ætlum að bæta umhverfið – á öllum sviðum. Við elskum Dalinn og viljum styðja við hann og gera betri.“

Hjördís segir að ljósmengun muni ekki verða vandamál enda ræktunin mikið niðurgráfin. „Hátækniræktun verður undir torfbaki og því truflar lýsingin frá henni ekkert.“

#### Mótstaðan hefur tekið á

Hjördís segir hægagang stjórnsýslunnar oft geta reynst frumkvöðlum erfiður og mótstaðan hafi jafnframt tekið á. „Þetta hefur oft verið erfitt og ég hef alveg orðið vonsvikin en þá hjálpar að vera með gott samstarfsfólk, fjölskyldu og vini sem virka hreinlega eins og áttavitar og beina manni í réttar áttir.“

Ég viðurkenni að síðasta sumar rakst ég á vegg og orkan var eiginlega búin. Ég þurfti að fá hjálp og var vel fram á haustið að ná mér.“ Hjördís þurfti að hægja á taktinum og til dæmis hætta að hlaupa og fara frekar í langa göngutúra úti við. Hún leitaði bæði til læknis og sálfræðings og hlær að því að aldrei hafi neitt neikvætt komið út úr blóðprufunum. „Það er svo skondið hvernig við erum alltaf í þessu áþreifanlega en svo er það kannski bara sálin sem gerir líkamann þreyttan. Sálin þarf svo mikinn stuðning í þessum nútíma heimi og það á ALDIN Biodome að gera – að hlúa að sálinni. „Ég viðurkenni að þetta tók á, ég er mannleg og er svona að ná dampi núna.“

#### Höfuðstöðvar Amazon innblástur

Hjördís segist hafa sótt töluverðan innblástur til Biosphere-höfuðstöðva Amazon í Seattle, „Workplace of the Future“. „Það er gróður-sæll vettvangur fyrir starfsmenn Amazon, en þeir hafa opið fyrir almenning víska daga í mánuði, því fólk langar að sjá og upplifa. Einnig er Eden Project í Cornwall mjög mikill innblástur ásamt Gardens by the bay í Singapore sem mínir arkitektar hönnuðu. Svo eru mörg smærri verkefni í Hollandi jafnframt að þróast þar sem matvælaræktun er færð nær fólki án óþarfa-umbúða.“

Aðspurð hvað drífi hana áfram svarar Hjördís: „Þessi löngun til að skapa heilbrigðara borgarumhverfi. Jákvæða leið til að lifa. Ég hef fundið hversu gott það er að geta fengið stuðning til að hugsa vel um sig, borða vel og gera vel. Það er bara frekar flókið og ég hef trú á að ALDIN geti verið gríðastaður fyrir svo marga í þessu sambandi.“

#### Hvað með gróðasjónarmið?

„Þau drífa mig ekki áfram þó verkefnið verði að vera arðbært, það er partur af sjálfbærni hugtakiinu. En hins vegar er ég búin að leggja allt undir og verð að fá það til baka, fyrir mig og börnin mín.“

Nú þegar tilskilin leyfi eru komin segist Hjördís bjartsýn á að klára fjármögnun innan fjögurra mánaða. „Þá taka við um fjórir til sex mánuðir í að klára alla hönnunarvinnu og loks ætti uppbyggingin að taka um tvö ár. „Ég er bjartsýn á að við getum opnað í upphafi árs 2023.“



## ALDIN Biodome

Borgargarðinum ALDIN Biodome er ætlað að rísa í Löngugróf í suðurjaðri Elliðaárdals. Garðinum er ætlað að bjóða upp á heilandi upplifun innan um gróður allan ársins hring. Aðalstarfsemin mun fara fram undir visthvefingum sem skiptast í þrjú meginrymi: Dalbæ, garðyrkjurými undir torfbaki og svo matjurtaskógana Laufás og Hraunprýði með annars vegar Miðjarðarhafs- og hins vegar hitabeltisloftslagi.

MYND/© SPOR Í SANDINN / WILKINSONEYRE ARCHITECTS

# Tækni færi



SIEMENS

### Bakstursofn, iQ700

Stórt 71 lítra ofnrými. 13 hitunaraðgerðir, þar á meðal 4D-heitur blástur. Hraðhitun. Kjöthitamælir. Nákvæm hitastýring frá 30 - 300° C. TFT-skjær með texta. Brennslusjálfræisun.

Tækifærisverð (svart stál): HB 874GCB1S

**157.900 kr.**

Fullt verð: 199.900 kr.



SIEMENS

### Spanhelluborð, iQ500

Með svörtum stálhlíðum og slípuðum framkanti. Fjórar spanhellur, þar af „combiZone“-hella: Tvær hellur sem nota má hvora í sínu lagi eða saman fyrir stór ílát. Snertisleði. Breidd: 81,2 sm.

Tækifærisverð: ED 877FSB5E

**139.900 kr.**

Fullt verð: 189.900 kr.

Opið virka daga frá kl. 8.30 - 18 og á laugardögum frá kl. 11 - 14. Einnig má panta vörur í gegnum síma 520 3002.



SIEMENS

### Uppþvottavél, iQ700

14 manna. Zeolith®-þurrkun. Átta kerfi, þar á meðal hraðkerfi á 60° C (klukkustund). Fimm sérkerfi, meðal annars tímastýtt. Hljóð: 39 dB. Hnífaparaskúffa og -karfa. „aquaStop“-flæðivörn.

Tækifærisverð (stál): SN 478S36T5

**159.900 kr.**

Fullt verð: 199.900 kr.



SIEMENS

### Þvottavél, iQ700

Vindur upp í 1600 sn./mín. Kolalaus mótur með 10 ára ábyrgð. Sérkerfi: Útifatnaður, skýrtur, blandaður þvottur, mjög stutt kerfi (15 mín.), viðkvæmt/silki, ull o.fl.

Tækifærisverð: WM 16W468DN

**134.900 kr.**

Fullt verð: 174.900 kr.



SIEMENS

### Espressó-kaffivél

Útbýr helstu kaffidrykki með einum hnappi. Hraðvirk upphitun. Kaffikvörn úr keramik. Snertiskjár með myndum. Þrýstingur: 19 bör. Flóar mjólk sjálfvirk.

Tækifærisverð: TE 655203RW

**149.900 kr.**

Fullt verð: 189.900 kr.



### Atom Hangandi ljós

Tækifærisverð: AN15906-15

**27.900 kr.**

Fullt verð: 36.900 kr.

# SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 · Sími 520 3000  
www.sminor.is





Bióprógrömmir eru skemmtilegar heimildir um lífliga biódaga liðinna áratuga þótt minningar um ferðir í horfin kvikmyndahús séu oft tregablandnar, ekki síst þegar Paradisarmissir vofir yfir.

# Margir hafa biódagar lit sínum glatað

Blikur eru á lofti þannig að biógaldra og hugmyndafræðilegar brellur gæti þurft til að bjarga síðasta kvikmyndahúsinu í 101 frá því að enda í bióhöll minninganna.

Þórarinn Þórarinnsson  
thorarinn@frettabladid.is



Vegna yfirvofandi Bióparadisarmissis endursýnum við hér leiftur ljúfsárra bióminninga sem eru eina lífsmarkið á föllnum tjöldunum í bióhöll eilífðarinnar.

## Austurbæjarbíó Snorrabraut 1947-2002

Kvikmyndahúsið var opnað í október 1947. Ég hef ætíð elskað þig og Hótel Casablanca, I've Always Loved You og A Night in Casablanca, voru fyrstu myndirnar sem þar voru sýndar. Þangað til Árni Samúelsson opnaði Bióhöllina í upphafi níunda áratugarins og mólbraut alíslenska og rótgróna skiptareglu kvikmyndahúsanna í Reykjavík sýndi

Austurbæjarbíó myndir frá Warner Bros. Þannig að þar fór til dæmis Clint Eastwood hamförum með Magnum .44, öflugustu skambbyssu veraldar, á lofti í myndunum og löggutuddann Dirty Harry.

Bo Derek tryllti einnig lýðinn í Austurbæjarbíói í 10 eftir Blake Edwards og löngu áður gerði ofur-töffarinn Paul Newman slíkt hið sama sem Cool Hand Luke.

Sambíóakóngurinn Árni Samúelsson eignaðist Austurbæjarbíó 1985 og nafni þess var breytt í Bióborgin tveimur árum síðar. Bióborgin var fyrsta kvikmyndahúsið á Íslandi til að státa af THX-hljóðkerfi og þar voru Cape Fear, Lethal Weapon 2 og Ace Ventura: Pet Detective sýndar svo eitthvað sé nefnt.

## Gamla bíó Ingólfsstræti 1927-1980

Húsið, sem síðar hýsti Íslensku óperuna, var reist 1927 yfir starf-

semi Reykjavíkur Biograftheater, „gamla bíós“ og var rekið sem slíkt til 1980 þegar það varð óperuhús. Fyrsta kvikmyndin sem varpað var á tjald hússins var Ben Húr með Ramon Novarro.

Gamla bíó var lengi vel varnarping Walt Disney á Íslandi og þar mættu spennir biógestir á öllum aldri til dæmis til fundar við refinn Hróa Hött og fleiri Disney-hetjur úr dýraríkinu og jafnvel mannheimum líka í til dæmis The Treasure of Matabumbe með Peter Ustinov, að ógleymdri risastórmyndinni Á hverfanda hveli, Gone With the Wind.

## Nýja bíó Lækjargötu 1912-1987

Nokkrir athafnamenn stofnuðu Nýja bíó 1912 sem var fyrst í gömlum veitingasal í austurenda Hótel Íslands. Nafnið fékk bíóið til aðgreiningar frá nágðranum, gamla bíóinu, Reykjavíkur Biograftheater, í Fjalakettinum. Sumarið 1920 flutti Nýja bíó í nýrisið hús á mörkum Austurstrætis og Lækjargötu.

Nýja bíó lifir ekki síst í ljúfum bernskuminningum þeirra sem eru komnir vel á miðjum aldri og fóru sínar fyrstu ferðir til vetrarbrautar langt, langt í burtu þar sem á öðrum tíma gerðust slík undur og stórmerki að ekkert þeim líkt hafði nokkru sinni sést á kvikmynda-tjaldi, hvorki á Íslandi né annars staðar, þegar Star Wars hóf leika sem enn sér ekki fyrir endann á.

Lífsmyndir meistara Bráns Bertelssonar sem óneitanlega mörkuðu tímamót í íslenski gamanmynda-gerð gengu fyrir fullum sal í Nýja bíói þar sem ævintýri Þórs og Danna hófust með frumsýningu Nýs lífs á nýársdegi 1984. Vinsældunum fylgdi Þráinn síðan eftir með Dalalífi og Löggulífi.

Árni Samúelsson er frekur til fjörsins í bíósögu Íslands og árið

1986 tók hann Nýja bíó á leigu, kallaði það Bióhúsið og reyndi til skamms tíma að leggja áherslu á menningarlegar, evrópskar „mánu-dagsmyndir“ en magnaðasta myndin sem sýnd var undir merkjum Sambíóanna er án efa Blue Velvet sýra Davids Lynch.

Kvikmyndasýningar lögðust af í húsinu 1987 og þar var síðar opnaður skemmtistaðurinn Tunglið sem fuðaði eftirminnilega upp 30. júlí 1998 þegar húsið gjöreyðilagðist í eldsvoða.

## Tónabíó Skiptahóli 1962-1987

Tónabíó tók við af Trípólíbíói sem Tónlistarfélag Reykjavíkur rak á Melunum í vestræði Reykjavíkur. Gamanmyndin Some Like It Hot, Enginn er fullkominn, með Marilyn Monroe, Tony Curtis og Jack Lemmon, var fyrsta myndin sem sýnd var í bíóinu sem annars sýndi aðallega myndir frá United Artists.

Þannig áttu lengi vel Clouseau lögregluföringi, í myndunum um Bleika pardusinn, og James Bond lögheimili á Íslandi í Skiptahóli 33. Tónabíó sýndi einnig fyrstu þrjár myndirnar um hnefaleikarann Rocky og hina margrómuðu spaghetivestra Sergio Leone með ungum Eastwood í hlutverki teppalagða byssumannsins nafnlausar.

Halla fór undan fæti 1987 en þá tóku nýir eigendur, sem urðu gjaldþrota tveimur árum síðar, við. Síðasta kvikmyndin sem sýnd var í Tónabíói var sá annars ágæti unglingsahrollur April Fool's Day, Fyrsti apríl.

Stórstúka Íslands keypti Tónabíó, breytti því í Vinabæ þar sem bingo hafa verið haldin síðan 1990.

## Stjörnubíó Laugavegi 1949-2002

Fyrsta mynd Stjörnubíós var Bon-

nie Prince Charlie, Sagan af Karli Skotaprins, frá 1948 með David Niven í aðalhlutverki. Kvikmynda-húsið sýndi myndir frá Columbia Pictures og sýningaskráin í gegnum tíðina er býsna tilkomumikil en þar börðu Íslendingar augum myndir eins og Rock Around the Clock, Brúna yfir Kwai, Byssurnar í Navarone og hina dásamlegu norsku leikbrúðumynd Fláklypa Grand Prix frá 1975.

Flestar myndir Óskars Gíslasonar voru frumsýndar í Stjörnubíói en aðrar íslenskar sem þar gengu eru til dæmis Morðsaga, eftir Reyni Oddsson, Eins og skepan deyr, eftir Hilmar Oddsson, Börn náttúrunnar, eftir Friðrik Þór Friðriksson, og Ingaló, eftir Ásdís Thoroddsen.

Myndir leikstjórans Woody Allen voru margar sýndar í Stjörnubíói jafnvel þótt eigandi kvikmyndahússins hafi undir lok síðustu aldar látið hafa eftir sér að aðsóknin stæði varla undir textunarkostnaðinum.

Kvikmyndasýningum í Stjörnubíói var hætt snemma árs 2002 og húsið var rífið áður en árið var úti og á rústum þess stendur nú bíla-stæðahúsið Stjörnuport sem með nafni sínu bergmálar dauft glæsta fortíð sem minnisvarði um hvað eftir stendur þegar listin vikur fyrir markaðsöflunum.

## Regnboginn Hverfisgötu 1977-2009

Regnboginn þótti mikið undur þegar hann var opnaður enda fyrsta fjölsalakovikmyndahúsið í Reykjavík og segja má að hann lifi enn sem einhvers konar menningarlegt kraftaverk.

Við enda Regnbogans fannst nefnilega Bió Paradís sem hefur verið sem vin í þeirri bíóeyðimörk sem áður blómlegur miðbær Reykjavíkur var með perlunum Gamla, Nýja og Stjörnu.



# FEIÐ

LAUGARDAGUR 14. MARS 2020

## Helgin



Guðríður opnaði ÍslandsApótek á Laugavegi 46 fyrir rúmum tveimur árum með eiginmanni sínum, lyfjafræðingnum Skúla Skúlasyni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

**EINSTAKT  
KOLLAGEN  
RAKAKREM**

**GEFUR GÓÐA  
NÆRINGU OG  
MIKINN RAKA**



Fæst í flestum apótekum, Heilsuver,  
[www.lyfja.is](http://www.lyfja.is) og [www.heilsanheim.is](http://www.heilsanheim.is)

# Þeir sem einu sinni prófa koma aftur og aftur

Guðríður Hallgrímsdóttir, eigandi ÍslandsApóteks, segir Feel Iceland kollagen gera sér gott á margan hátt. Hún prófar sjálf flest vítamín og bætiefni í apótekinu og segist ekki hafa upplifað jafn góðan árangur af öðru kollageni. ➔2





Guðríður mælir heilshugar með kollageni frá Feel Iceland fyrir fólk á öllum aldri, enda hefur hún sannreynt góð og heilsuþætandi áhrif þess á eigin líkama. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Komin eru tvö ár síðan Guðríður Hallgrímsdóttir, eigandi ÍslandsApóteks, byrjaði að nota Feel Iceland kollagen sér til heilsuþátar. Árangur og aukin vellíðan létu ekki sér standa.

„Ég ákvað að prófa þetta frábæra kollagen því ég er þeirrar gerðar að þykja óþægilegt að mæla með vörum í apótekinu sem ég er ekki viss um hvernig virka. Ég er því dugleg að prófa bæði vítamín og fæðubótarefni á eigin skinni því ég get illa selt vöru ef mér líkar ekki við hana,“ segir Guðríður sem mælir heilsu hugar með Feel Iceland kollageni fyrir viðskiptavinum sína í ÍslandsApóteki.

„Feel Iceland kollagenið gerir mest fyrir mig á svo margan hátt. Ég hef prófað að taka inn kollagen frá öðrum framleiðendum en Feel Iceland hefur reynst mér langbest. Ég er með sóríasis og fann fljótt hvernig hann batnaði til muna, húðin varð teygjanlegri og nærðari. Ég fann líka mikinn mun á hári mínu og nöglum. Ég hef miknið og þykkt háran en að sama skapi þurr. Ég er eftir að taka inn kollagen frá Feel Iceland hefur það orðið víðráðanlegra, rakinn er meiri og það rafmagnast séru. Þá vaxa neglurnar hraðar, eru sterkari og brotna síður,“ upplýsir Guðríður.

#### Kollagenið frábær viðbót

Guðríður setur kollagenið frá Feel Iceland út í Bulletproof-kaffi-drykki, holla þeytinga, skyr og ýmsa rétti og segir mikinn kost að kollagenið komi í duftformi.

„Mér finnst gott að geta sett það út í mat og drykki. Ég reyni að forðast sætindi og ís alla jafna, en þegar sykurþörfin gerir vart við sig útbý ég gjarnan ómótstæðilegan og djúsi eftirrætt úr Örnú-skyri sem ég bæti kollageni út í ásamt MCT-olíu, sykurlausu karamellusírópi, berjum og toppa

með þeyttum, laktósafríum rjóma. Það er algjört sælgæti en auðvitað bráðhollt,“ segir Guðríður sem aðhyllist lágkolvetna mataræði.

„Stundum dett ég auðvitað af vagninum en mér liður best þegar ég er á ketó- eða lágkolvetna mataræði. Ég reyni því að forðast sykurlausu, borða hollt og stunda heilsurækt af fremsta megni en finnst kollagenið frábær viðbót þegar kemur að góðri líðan og betri heilsu. Ég ráðlegg því fólki á öllum aldri að taka inn kollagen og ekki sist þeim sem upplifa verki í stírdum liðum því kollagen bætir liðheilsu til muna,“ segir Guðríður.

Hún stundar hjólræiðar og finnur mikinn mun á skrokknum eftir að hún fór að taka inn Feel Iceland kollagen.

„Ég er með ónytt bak og þarf að stunda hreyfingu til að halda mér góðri en þar kemur kollagenið líka að gagni og ég finn mikinn mun á liðum og í baki því ef ég ætla að hreyfa mig miknið þarf ég að taka inn fæðubót sem hjálpar mér að byggja upp vöðva, auka efna-skiptin og viðhalda líkamanum í góðu standi,“ segir Guðríður.

#### Finnur mun á meiri raka og teygjanleika í húð

Guðríður og eiginmaður hennar Skúli opnuðu ÍslandsApótek á Laugavegi 46.

„Sem mikil áhugamanneskja um húð og húðvörur veit ég hversu mikilvægt er að hugsa um húðina og taka inn góða næringu. Því skiptir máli hvað maður lætur á sig og tekur inn. Um 60 ára aldur hefur kollagen í líkamanum minnkað um 50 prósent og því tel ég mikilvægt að taka inn fæðubót þegar aldurinn færir yfir og sérstaklega ef maður finnur fyrir skorti sem getur komið vegna álags eða lífsstíls. Að ráðleggja fólki góða húðvöru, og mæla með góðri fæðuviðbót eins og kollageni, tel



Við höfum sent Feel Iceland kollagen til útlanda, til ferðafólks sem keypti það hjá okkur í heimsókn sinni til Íslands, prófaði kollagenið og vill meira. Það væri hvorki veruleikinn ef kollagenið virkaði ekki, né heldur ef þeir sem neyta þess fyndu ekki mun á sér til góðs.

ég vera frábæra blöndu og vona að fólk finni þann mun sem ég hef fundið með þessu tvennu saman,“ segir Guðríður.

Eftir að hún bætti Feel Iceland kollageni við fæðuna hafa finnar línur í andliti líka minnkað.

Guðríði þykir gott að Feel Iceland kollagenið sé í duftformi því þá er hægt að bæta því við í hvers kyns mat og drykk, eins og þennan æðislega eftirrætt úr bláberjaskyri, rjóma, kollageni og sykurlausu karamellusírópi.

#### Dýrindis og djúsi skyrábætir Gurrýjar

með kollageni

Hálf dós bláberja- eða vanilluskyr frá Örnú

15 ml MTC-olíu

Ein skeið Feel Iceland kollagen

Hrærið öllum hráefnum saman. Þeytið því næst rjóma og bætið við skyrblönduna ásamt sykurlausu karamellusírópi frá Torani, eða þar til blandan verður „fluffy“. Setjið í skál og skreytið með þeyttum rjóma, dropum af hlýnsírópi og berjum að vild. Gott er að frysta í 20 mínútur til að fá ísáferð á eftirrættinn.

„Eftir að ég varð fertug fór ég að finna mun á húðinni og sjá finnar línur myndast en með kollageninu hefur dregið úr þeim og meiri fylling orðið í húðinni. Því er ekki ofsögum sagt að kollagen hafi yngingarhrif á húð,“ segir Guð-

riður og hlær.

„Feel Iceland kollagen er al-íslensk, hrein og skaðlaus náttúruafurð. Kollagen er eitt aðal byggingarefni líkamans og gerir okkur ekkert nema gott. Það byggir upp kroppinn á alla lund og hefur áhrif á húð, hár, neglur, slímhúð, liðbönd og bein, enda er stór hluti beinvefnsins úr kollageni,“ segir Guðríður.

#### Erlendir ferðamenn hrifnir af hreinu íslensku kollageni

Inn af Laugavegi koma í ÍslandsApótek jafnt Íslendingar sem ferðafólk frá öllum heimshornum.

„Þeir sem einu sinni prófa Feel Iceland kollagen koma til okkar aftur og aftur, því þeir finna hvað það hefur góð áhrif á skrokkinn og útlitið. Við reynum að vera með besta verðið og gefum að auki 10 prósentu afslátt fyrir eldri borgara og öryrkja. Hingað koma því margar eldri konur til að nýta sér „unglingaafsláttinn“ því þær finna á sér mikinn mun og það munar um minna,“ segir Guðríður.

„Erlendir ferðamenn sem koma í apótekið eru yfirhófuð mjög hrifnir af íslenskum heilsuvörum og ekki færri útlandingar en Íslendingar sem kaupa Feel Iceland kollagen hjá okkur. Við höfum því sent Feel Iceland kollagen til útlanda, til ferðafólks sem keypti það hjá okkur í heimsókn sinni til Íslands, prófaði kollagenið og vill meira. Það væri hvorki veruleikinn ef kollagenið virkaði ekki, né heldur ef þeir sem þess neyta fyndu ekki mun á sér til góðs.“

Feel Iceland vörurnar fást meðal annars á eftirtöldum stöðum: Lyfju, Heilsuhúsinu, Lyfjum og heilsu, Fjarðarkaupum, Apótekar- anum, Frihöfninni og Jurtaapótekinu. Sjá nánar á feeliceland.



# Höfuðverkur og mígreni geta tengst ójafnvægi í þarmaflórunni þinni

Þarmaflóran gegnir gríðarlega mikilvægu hlutverki í heilsufari okkar, hvort sem um er að ræða líkamlega eða andlega heilsu. Gagnlegir stofnar góðgerla geta dregið úr líkum á ýmsum kvillum.

Fjöldi rannsókna hefur sýnt fram á að þarmaflóran gegni lykilhlutverki í samspili garna og heila (gut-brain-axis) og getur ójafnvægi í þarmaflórunni m.a. tengst ýmsum taugasjúkdómum. Tenging milli tauga- og meltingarfærasjúkdóma getur hugsanlega verið afleiðing aukins gegndræpis í þörmunum þar sem óæskileg efni úr þeim ná að komast út í blóðrásina og valda ýmiss konar kvillum. Gagnlegir stofnar af örverum í þörmunum gegna lykilhlutverki í að styðja við heilbrigði meltingarfæra.

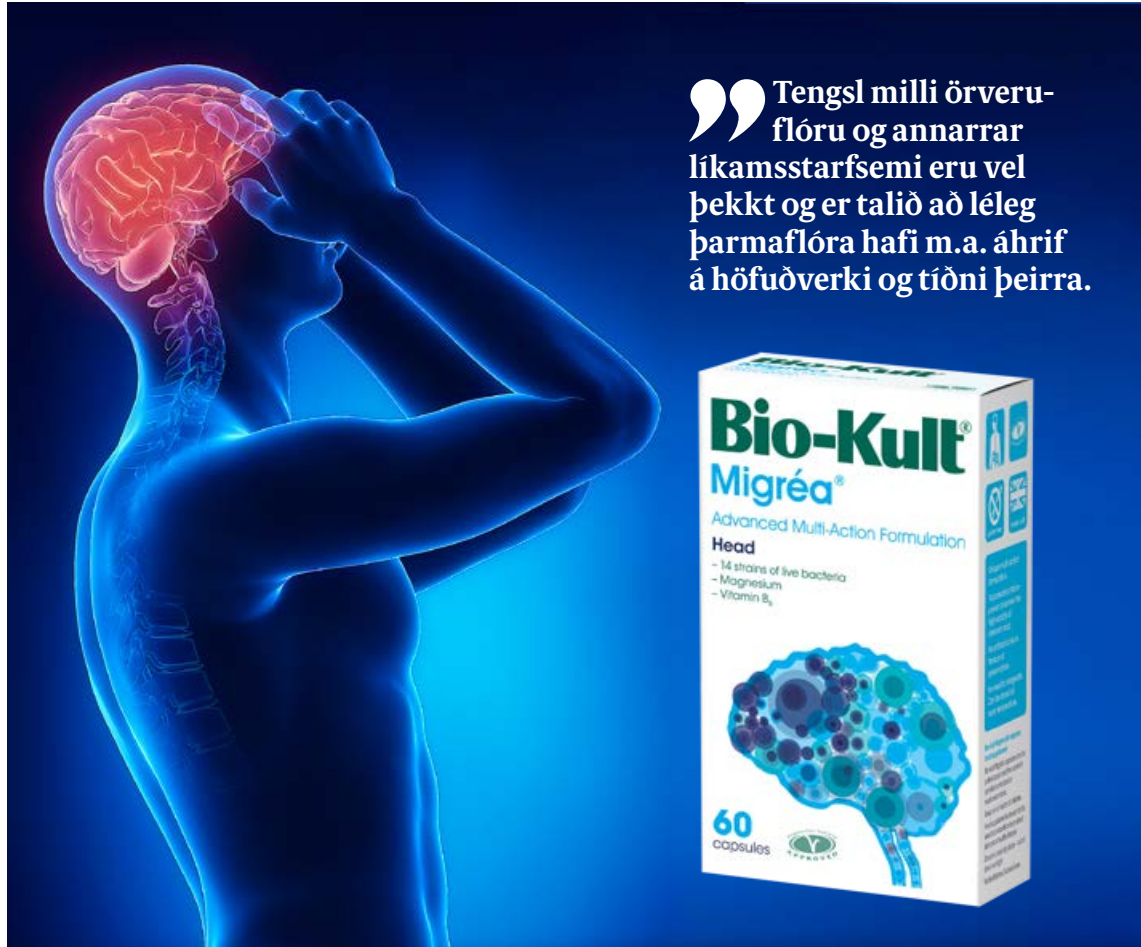
## Ójafnvægi á þarmaflóru

Þegar ójafnvægi kemst á þarmaflórana (örveruflórana) í meltingarveginum, koma fram óþægindi sem geta verið af ýmsum toga. Til dæmis:

- Uppþemba
- Brjóstsviði
- Harðlífi
- Húðvandamál
- Þreyta og eymsli
- Iðraólga (IBS)

## Mataræði, lyf og streita

Það er ýmislegt sem getur valdið ójafnvægi í þarmaflórunni þannig að við finnum fyrir óþægindum. Slæmt mataræði hefur mikil áhrif og eins og alltaf þá eru unnin mat-



”Tengsl milli örveruflóru og annarrar líkamsstarfsemi eru vel þekkt og er talið að léleg þarmaflóra hafi m.a. áhrif á höfuðverki og tíðni þeirra.

Það er ýmislegt sem getur valdið ójafnvægi í þarmaflórunni þannig að við finnum fyrir óþægindum.

væli og sykur þar fremst í flokki. Lyf eins og sýklalyf, sýrubindandi lyf og gigtarlyf eru slæm fyrir þarmaflórana og svo getur streita einnig haft alvarlegar afleiðingar.

## Bio-Kult Migréa

Bio-Kult Migréa er blanda af 14 góðgerlastofnum en einnig inniheldur Migréa magnesíum og B6-vítamín, en það tvennt stuðlar að eðlilegri starfsemi taugakerfisins og dregur úr þreytu og lúða. B6 stuðlar að eðlilegri starfsemi ónæmiskerfisins og að því að halda reglu á hormónastarfsemi líkamans.

Bio-Kult Migréa er ný vara í Bio Kult góðgerlalinunni sem margir kannast við. Hver vara er sérstök og hönnuð til að vinna á eða draga úr ákveðnum einkennum. Migréa, eins og nafnið bendir til, er þróað með það í huga að ná bæði til meltingarfæra og heilastarfsemi. Eins og fram kemur hér að framan eru tengsl milli þarmaflóru og annarrar líkamsstarfsemi vel þekkt og er talið að léleg þarmaflóra geti m.a. haft áhrif á höfuðverki og tíðni þeirra.

Bio-Kult Migréa hentar ófrískum konum og hylkin eru vegan.

Útsölastaðir: Öll apótek, heilsverslanir og heilsuhillur stórmarkaða.

# Eru eymsli í liðum að hrjá þig?

Glúkósamín sem hefur verið eitt vinsælasta liðbættiefnið erlendis um langa hríð fæst nú í bættiefnaformi hér á landi. Talið er að það auki viðgerðarhæfni líkamans og dragi úr eymslum í liðum.

Eitt af algengustu vandamálum stoðkerfisins eru liðeymsli. Mismunandi er í hvaða liðum eymslin eru, en oft eru það hné eða fingurnir sem láta mest finna fyrir sér. Margir finna líka fyrir í mjóðmum, ökkulum eða öðrum liðum, en sama hvar er þá skal ávallt hafa í huga að kyrrseta er aldrei til bóta og það er ýmislegt hægt að gera til að láta sér líða betur.

## Leiðir til úrbóta

Það er ýmislegt í lífsstílnum sem hefur áhrif á liðheilsu og því er um að gera að huga vel að ákveðnum þáttum sem geta haft jákvæð áhrif og jafnvel dregið úr eymslum. Þar ber helst að nefna mataræði og hreyfingu.

Mikilvægt er að borða sem mest af hreinni fæðu og taka inn bæði D-vítamín og Omega-3. Þegar við tökum mataræðið í gegn getur það leitt til þess að við léttumst, sem er í flestum tilfellum jákvætt því ofþyngd reynir meira á liðina. Ofþyngd leiðir oft af sér hreyfingarleysi eða minni hreyfingu en annars og þannig myndast vítahringur þar sem þyngd, eymsli og hreyfingarleysi yta hvað undir annað.

Stundaðu hreyfingu við hæfi og styrktu vöðvana kringum liðina. Köld böð geta einnig hjálpað, en númer 1, 2 og 3 er að hafa mataræðið í lagi því það sem við látum ofan í okkur hefur ótrúlega mikil áhrif á liðan okkar.



Glucosamine & Chondroitin Complex frá Natures Aid er vel samsett lið-bættiefnablanda þar sem tekið er á fjölmörgum þáttum sem tengjast liðeymslum.

”Samhliða heilbrigðu mataræði, réttri hreyfingu og að sjálfsögðu góðum svefni, getur blanda eins og Glucosamin & Chondroitin Complex nýst á jákvæðan hátt.

## Glúkósamín og kondrotín bættiefnablanda

Glucosamine & Chondroitin Complex frá Natures Aid er vel samsett lið-bættiefnablanda þar sem tekið er á fjölmörgum þáttum sem tengjast liðeymslum. Auk glúkósamíns inniheldur bættiefnið kondrotín sulfat sem er byggingar efni brjósks og eru þessi tvö efni góð blanda fyrir liðina en dag-

skammtur inniheldur 1000 mg af glúkósamíni og 200 mg af kondrotíni, ásamt engifer, túrmeríki, C-vítamíni og rósaldini (rosehips). Engifer og túrmerík eru rætur sem eru þekktar fyrir bólgueyðandi eiginleika og C-vítamín stuðlar að eðlilegri myndun kollagens fyrir eðlilega starfsemi brjósks. Líkaminn framleiðir sjálfur glúkósamín, en sú framleiðsla minnkar

með aldrinum og því getur verið mikilvægt að taka inn glúkósamín þar sem það eykur framboð þess í líkamanum, sem þýðir að viðgerðarhæfni hans eykst umfram það sem annars væri mögulegt.

Útsölastaðir: Öll apótek, heilsverslanir og heilsuhillur stórmarkaða.



# Fúlt að hitta ekki vinina

Hringur Einarsson er einn þeirra nemenda í MH sem voru settir í sóttkví á dögunum. Sóttkviin hefur gengið áfallalaust fyrir sig, hann stundar nú fjarnám en fjarveran frá vinunum er þó erfið.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir  
hjordiserne@frettabladid.is



Hringur er bæði í námi og vinnu og hefur sóttkviin því umtalsverð áhrif á hans daglega líf. „Ég er 17 ára, bý í Vesturbænum og er á fyrsta ári í MH. Er líka í hlutastarfi í Hagkaup á Eiðistorgi.“

## Fékk samtöl frá landlækni

Samnemandi Hrings reyndist sýktur. „Ég var í tíma með öðrum nemanda sem mætti í skólann án þess að vita að hann væri smitaður af Covid-19. Á þriðjudeginum fer ég í tíma og rektorinn kemur inn og segir okkur frá þessu. Svo sendir hann okkur bara beint heim í sóttkvi.“

Hann segir upplifunina hafa verið óþægilega. „Þetta var frekar óþægilegt, það var mjög mikill óróleiki í herberginu og smá sjokk fyrir alla að meðtaka þetta. Maður var búinn að fréttu í hádegishléinu að einhver væri sýktur. Stuttu seinna fengum við póst um að sá aðili væri í tíma með okkur og svo í tímanum kemur rektorinn. Maður átti smá von á þessu en samt ekki. Þetta var skrítið.“

Sem betur fer hefur Hringur ekki fundið fyrir einkennum og daginn eftir að sóttkviin hófst fékk hann samtöl frá yfirvöldum. „Landlæknir hringdi í mig á miðvikudag og gaf mér leiðbeiningar, ef ég byrjaði að finna fyrir einkennum þá ætti ég að koma beinustu leið í prufu og sýnistöku og eitthvað svona.“

## Sóttkvi og sambýlisfólk

Eins og flestir 17 ára nemendur býr Hringur heima hjá foreldrum sínum sem eru þó ekki í sóttkvi. Ástandið hefur því haft töluverð áhrif á heimilislífið. „Þetta hefur töluverð áhrif á mitt daglega líf því ég er kominn í sóttkvi til 24. mars. Mamma og pabbi eru ekki í sóttkvi því einungis er um varúðarráðstöfun að ræða.“

Þetta hefur þó gengið að óskum. „Það hefur gengið vel, við erum að reyna að halda þessari tveggja metra fjarlægð sem okkur var ráðlagt að hafa. Við reynum að passa okkur, að nota ekki sömu glösin og svona. Þetta hefur alveg smá áhrif en ekkert það mikil. Ég borða alveg



Hringur Einarsson, nemandi í MH, tekur ástandinu með æðruleysi og fer samvisskusamlega eftir fyrirmælum frá landlækni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

inni í eldhúsi, það er bara búð að setja á diskinn og ég er ekki að fikta í neinu.“

Þá reynir hann að viðra sig en fer þó samvisskusamlega eftir fyrirmælunum sem honum voru gefin. „Ég má fara út í göngutúr en ef ég mæti einhverjum þá fer ég bara yfir á hina gangstéttina. Ég má ekki fara í búð og svona, fer einstaka sinnum út með hundinn og passa mig þá bara að halda mig í hæfilegri fjarlægð frá öllum.“

## Námið heldur áfram

Hann segir fjarnámið hafa gengið

„Maður var búinn að fréttu í hádegishléinu að einhver væri sýktur. Stuttu seinna fengum við póst um að sá aðili væri í tíma með okkur og svo í tímanum kemur rektorinn. Maður átti smá von á þessu en samt ekki. Þetta var skrítið.“

vel. „Ég er búin að fá fullt af leiðbeiningum frá kennurum og fæ að sofa meira út því ég get lært hvenær sem ég vil, þetta er mjög þægilegt fjarnám. Ég reyni bara að standa mig. Það er aðallega fúlt að hitta ekki vinina, er farinn að sakna þeirra frekar mikið.“

Aðspurður að því hvort þetta sé eins og hálfert stofufangelsi segir Hringur svo vera. „Já, smá. Það má eiginlega bara túlka það þannig.“ Hann saknar líka litlu hlutanna, eins og skjótast út í búð. „Ég sakna þess að fara út í búð. Stundum langar mann í nammi.“

Hann er brattur og heldur ró sinni. „Mér líður bara vel og reyni bara að taka þessu öllu með mikilli ró, en til að byrja með var þetta alveg smá sjokk og það tók smá tíma að meðtaka þessar fréttir. Ég reyni helst að einbeita mér að skólaverkefnum því námið heldur áfram þótt ég sé í sóttkvi. Þetta ástand gefur manni samt tækifæri til að sofa út, spila tölvuleiki og svoleiðis. Netflix hjálpar líka við þessar aðstæður.“

Hvað tekur við að lokinni sóttkvi? „Bara reyna hitta sem flesta vini mína.“

## Mest selda liðbætiefni á Íslandi

LIDVERKIR, STIRÐLEIKI EÐA BRAK Í LIÐUM?



2-3ja mánaða skammtur í hverju glasi

## Kjúklingur í mjúku taco

Ef maður á kjúkling í frysti er einfalt að útbúa gómsæta rétti á margvíslegan hátt. Ágætt er að eiga líka tortilla-kökur, jafnt minni sem stærri. Hér er skemmtilegur mexíkóskur réttur með heimagerðu guacamole, ananas og chilli. Uppskriftin miðast við sex manns.

### Kjúklingur með sesam

4 kjúklingabringur  
2 msk. maizena-mjöl  
1 ½ msk. sojasósa  
8 msk. sesamfræ  
2 msk. olía

Skerið kjúklinginn í strimla og veltið upp úr maizena-mjölínu. Vætið hann með sojasósu og látið standa í 30 mínútur. Rúllið kjúklingnum síðan upp úr sesamfræjunum og steikið í olíu í 3-4 mínútur.



Taco er í uppáhaldi hjá mörgum, eins og aðrir mexíkóskir réttir.

### Guacamole

2 lárperur  
1 hvítlauksrif  
½ grænn chilli-pípar, fræhreinsaður  
Safi úr ½ límónu  
½ dl olía  
Ferskt kóriander  
Salt og pípar

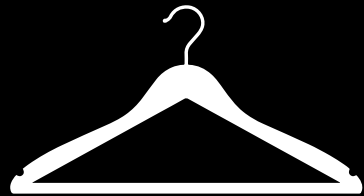
Maukið allt með töfrasprota.

### Salsa

½ ferskur ananas, skorinn smátt  
1 rauður chilli-pípar, fræhreinsaður og skorinn smátt  
1 msk. olía  
Salt og pípar  
Blandið öllu vel saman.

Hitið tortillakökur á pönnu og fyllið þær með salati, kjúklingi, guacamole og salsa.





VINSÆLA  
LAGERSALA  
NTC

MÖRKIN 4



OPIÐ 12-18 ALLA DAGA  
NÆSTU VIKUR

EINFALT, AÐEINS ÞESSI VERÐ!

1.000 KR - 2.000 KR - 3.000 KR

4.000 KR - 5.000 KR - 7.000 KR

9.000 KR - 12.000 KR - 15.000 KR

VÖRUR FRÁ  
EFTIRTÖLDUM VERSLUNUM

galleri sautján

GK  
REYKJAVÍK

eva

COMPANYS

Kultur

SMASH  
URBAN

FRANSÍ

Kultur  
menn

KARAKTER  
KONUR

gs skór

SAMSØE SAMSØE

five  
UNITS

YFIR 100 VINSÆL VÖRUMERKI

carhartt

DAY

BIRGER ET MIKKELSEN

MOSS  
REYKJAVÍK

PART TWO

billi bi  
COPENHAGEN

J.LINDBERG

NIKE

BY MALENE BIRGER

VANS

Herschel  
TRADE MARK

Nudie Jeans co

Calvin Klein

InWear

enVII

Paul Smith

FILA

TIGER OF SWEDEN

Matinique

lagersalantc



# Tískutáknið Celine Dion

Poppstjarnan Celine Dion tók New York með trompi þegar hún hélt tónleika þar fyrir nokkrum dögum. Hún gekk um götur borgarinnar eins og sannkölluð tiskugyðja og naut sín í botn.

Elin  
Albertsdóttir  
elin@frettabladid.is



Celine, sem er 51 árs, er á tónleikaferðalagi um heiminn þessa stundina til að fylgja eftir plötu sinni, *Courage*, en hún kom út síðastliðið haust. Tónleikaferðalagið nefnist *Courage World Tour* en söngkonan mun ferðast um Bandaríkin og Kanada áður en hún heldur til Evrópu í maí. Hún virtist kunna vel við þá athygli sem hún fékk í New York og hefur sjaldan litið betur út, eftir því sem blöðin ytra skrifa.

Celine birtist í nýjustu hönnun Michael Kors á götum New Yorkborgar og leit út sem fullkomið tískutákn. Hún gaf sig á tal við aðdáendur sem áður höfðu hyllt hana á tónleikum í Barclays Center í Brooklyn.

Celine er fædd og uppalin í Québec í Kanada. Hún söng fyrst inn á plötu áðeins tólf ára. Íslendingar muna eftir henni þegar hún vann Eurovision fyrir Sviss árið 1988 en frægðarferill hennar hefur verið óstöðvandi síðan. Hún vakti athygli með söng sínum í kvikmyndunum *Beauty and the Beast* árið 1991 og Óskarsverðlaunaglaginu *My heart will go on* í *Titanic* 1997. Árið 1999 tók hún sér fri frá söngnum til að sinna fjölskyldu sinni en kom aftur fram á sjónarsviðið árið 2002. Undanfarin ár hefur hún verið með fasta tónleika í Las Vegas sem hafa verið gríðarlega vinsælir.

Eiginmaður Celine, René Angélil sem hafði verið eini maðurinn í lífi hennar, lést úr krabbameini árið 2016, þá 73 ára. Þau eignuðust þrjú börn. Celine Dion hefur selt meira en 250 milljónir platna, hlotið fimm Grammy-verðlaun og hefur auk þess unnið á þriðja hundrað alþjóðleg verðlaun víða um heim.

Söngkonan hefur sést á ferð með vini sínum en hún segist ekki vera í föstu sambandi. Hún leggur sig fram um að njóta lífsins og hugsa um börnin sín en tvíburarnir hennar eru einungis níu ára.



Glæsilega klædd tiskugyðja þegar hún kom fram hjá Jimmy Fallon.



Blómum skrydd frá toppi til tótar og er ekkert feimin við athyglina.



Celine Dion er ekkert hrædd við að ganga í litum. Hér í fallegri dragt.



Glæsileg skvísu í fatnaði úr sumarlinunni frá Michael Kors.



Celine Dion klædd hönnun frá Moncler frá Richard Quinn fyrir haustið 2020. MYNDIR/GVFA

## Sæbjúgnahylkin eru bylting

Magnús Friðbergsson mælir með sæbjúgnahylkjum frá Arctic Star en hann finnur mun á sér eftir að hann fór að nota þau. Sæbjúgu innihalda fimmtíu tegundir af næringarefnum.

Í Kína eru sæbjúgu þekkt sem heilsubótarfæði og notuð til bóta við hinum ýmsu meinum. Kínverjar kalla sæbjúgu gjarnan „ging-seng hafsins“ og til eru sagnir um notkun sæbjúgna þar fyrir meira en þúsund árum.

Arctic Star sæbjúgnahylkin innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum sem geta haft jákvæð áhrif á lífeðlisfræðilega starfsemi mannlíkamans, til dæmis er mikið kollagen í þeim en það er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans.

### Finnur mikinn mun á sér

Á síðustu árum hefur Arctic Star sérhæft sig í þróun á fæðubótarefnum, svo sem framleiðslu, markaðssetningu og sölu á hágæða sæbjúgnahylkjum. Hylkin eru framleidd úr íslenskum, hágæða, villtum sæbjúgum sem eru veidd í Atlantshafinu.

Magnús Friðbergsson, verkefnastjóri hjá Landspítala, hefur tekið sæbjúgnahylkin frá Arctic Star undanfarin tvö ár. „Vinur minn kynnti mig fyrir sæbjúgnahylkjum og þar sem ég hafði lengi verið slæmur í hnjám, með liðverki og lítið getað beitt mér, ákvað ég að prófa. Tveimur til þremur vikum seinna fann ég mikinn mun. Nú hef ég tekið sæbjúgnahylkin í tvö ár og fer allra minna ferða án óþæginda. Það er algjör bylting frá því sem áður var. Nú get ég gert hluti eins og að fara í langar gönguferðir, sem ég gat varla



Magnús er betri í hnjám og finnur minna fyrir liðverkjum eftir að hann fór að taka sæbjúgnahylkin. Hylkin eru nú komin í nýjar umbúðir eins og sjá má á myndinni.

MYND/GVFA

gert áður. Að minnsta kosti gerði ég það ekki með bros á vör og það tók mig langan tíma að jafna mig eftir álag.“ útskýrir hann.

Magnús, sem er 69 ára gamall í dag, hafði fengið að heyra frá lækni að mikið slit væri í hnjám hans og ekki væri von á að það gengi til baka. „Hann sagði mér að kíkjja á fæðingardaginn minn og að ég gæti ekki búist við að fara aftur í tíma. Mér fannst vont að heyra þetta og var því tilbúinn að prófa ýmislegt sem gæti mögulega lagað þetta. Sæbjúgnahylkin frá Arctic Star virka mjög vel á mig og ég mæli með að fólk prófi þau.“

Framleiðandi sæbjúgna er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á [arcticstar.is](http://arcticstar.is). Arctic Star sæbjúgnahylki fást í flestum apótekum og heilsuþúðum og í Hagkaupum.





## FRAMKVÆMDASTJÓRI

ABÍ var stofnað 1970 og er í eigu íslensku váttryggingafélaganna. Félagið uppfyllir ýmsar lagalegar skuldbindingar sem lagðar eru á íslensku tryggingafélögin að uppfylla á sviði ökutækjetrygginga. Þar má nefna uppgjör tjóna tengdum akstri óváttryggðra og óþekktra ökutækja. ABÍ ber ábyrgð á að tjón sem valdið er af öikumönnum erlendra ökutækja hér á landi og að tjón vegna aksturs íslenskra ökutækja erlendis fái bætt eftir reglum sem um slíkt gilda. ABÍ er skilgreind tjónsuppgjör- og upplýsingamiðstöð fyrir Ísland skv. íslenskum lögum og reglum.

Leitað er að öflugum aðila til að vera í forsvari fyrir félagið. Spennandi verkefni eru framundan en þar má nefna samstarf við erlendar systurskrifstofur, íslensk og erlend váttryggingafélög og áframhaldandi þróun ýmissa kerfa t.d. fyrir tjón og sjálfvirka upplýsingagjöf.

### Helstu verkefni:

- Daglegur rekstur
- Ábyrgð á uppgjörum tjóna
- Rekstur upplýsingaskrifstofu í samræmi við lög um ökutækjetryggingar
- Rekstur gagnabanka ökutækjetrygginga
- Samskipti við stjórn félagsins, aðildarfélagin, erlendar systurskrifstofur og stofnanir, tjónanefndir og Samtök fjármálafyrirtækja

### Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þekking á ökutækjetryggingum
- Reynsla af rekstri
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Gott vald á ensku

Umsóknarfrestur er til og með **23. mars nk.**

Umsóknir með ítarlegri ferilskrá og kynningarbréfi óskast fylltar út á [hagvangur.is](http://hagvangur.is).

HAGVANGUR



## Norðurál leitar að iðnaðarmönnum

Við hjá Norðuráli leitum að metnaðarfullum rafeinda-, raf- og vélvirkjum til starfa í álverið okkar á Grundartanga. Verkefnin eru fjölbreytt og áhugaverð og felast m.a. í bilanagreiningum, fyrirbyggjandi viðhaldi, nýsmíði, endurnýjun og endurbótum á tæknibúnaði.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Sveinspróf í rafeinda-, raf- eða vélvirkjum
- Faglegur metnaður, öguð og nákvæm vinnubrögð
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Sterk öryggisvitund
- Lipurð í mannlegum samskiptum
- Góð kunnátta í íslensku og almennri tölvunotkun
- Reynsla af vinnu í iðnaðarumhverfi eða við sambærileg störf er æskileg

Umsóknarfrestur er til og með **22. mars 2020**. Sótt er um starfið á [www.nordural.is](http://www.nordural.is). Farið verður með umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum svarað.

Norðurál er eitt stærsta iðnfyrirtæki á Íslandi. Hjá fyrirtækinu starfa um 600 manns með fjölbreytta menntun og bakgrunn. Norðurál vill stuðla að jöfnu hlutfalli karla og kvenna innan fyrirtækisins og jöfnum tækifærum til starfsþróunar.



## Vilt þú hjálpa okkur að gæta hagsmuna þjóðarinnar?

Fiskistofa óskar eftir að ráða metnaðarfulla og jákvæða starfsmenn í veiðieftirlit í **Stykkishólmi** og á **Höfn í Hornafirði**. Ef ekki tekst að ráða í störfun á fyrrgreindum starfsstöðvum, miðað við hæfniskröfur þá verður unnið úr umsóknum um störf á starfsstöð í **Hafnarfirði** og á **Akureyri**.

**Veiðieftirlit er einn mikilvægasti þáttur í starfsemi Fiskistofu og er eftirlitið í stöðugri þróun.**

### Helstu verkefni:

- Eftirlit á sjó, en í því felst m.a. lengdarmæling á fiski og tillögugerð um lokanir veiðisvæða, eftirlit með aflasamsetningu, veiðarfærum, hlutfalli smáfisks í afla og brottkasti afla. Þá fylgjast veiðieftirlitsmenn einnig með því að afladagbækur séu rétt útfylltar og séu í samræmi við veiðar og afla um borð.
- Eftirlit í landi, en það felur m.a. í sér eftirlit með löndun, vigtnun og skráningu afla, eftirlit með veiðarfærum og aflasamsetningu, lengdarmælingar á afla og eftirlit með færslu afladagbóka. Eftirlit með löndunum erlendra skipa og úttektir á afurðum vinnsluskipa, eftirlit með lax- og silungsveiði ásamt skrifstofustörfum s.s. skýrslugerð þegar vettvangsstörfum lýkur, að fylgjast með löndunum og skráningum í aflaskráningarkerfi Fiskistofu og öflun gagna vegna brotamála sem upp koma.

Mögulegt er að semja um hlutfall sjósóknar í starfinu.

Nánari upplýsingar um störfun veitir **Sævar Guðmundsson**, deildarstjóri í veiðieftirliti eða **Hildur Ösp Gylfadóttir** sviðsstjóri mannauðs og fjármála í síma 5697900.

Ferilskrá á íslensku sem hefur m.a. að geyma ítarlegar upplýsingar um menntun, fyrri störf og umsagnaraðila sem og kynningarbréf þar sem hæfni viðkomandi umsækjanda í starfið er rökstudd sendist í gegnum heimasíðu fiskistofu, [www.fiskistofa.is](http://www.fiskistofa.is) í kynningarbréfi skal koma skýrt fram við hvaða starfsstöð umsækjandi óskar eftir að starfa við.

**Umsóknarfrestur er til og með 31. mars 2020.**

Laun taka mið af kjarasamningi ríkisins við Sameyki.

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

Athygli er vakin á því að umsóknir munu gilda í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, með vísan til 3. tl. 2. mgr. 2. gr. regla nr. 464/1996 um auglýsingar á lausum störfum, með síðari breytingum, sem settar eru samkvæmt heimild í 2. mgr. 7. gr. laga nr. 70/1996 um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins.

Fiskistofa er þjónustu- og eftirlitsstofnun með sex starfsstöðvar um land allt og eru höfuðstöðvar á Akureyri. Stofnunin annast stjórnsýslu á sviði sjávarútvegs og lax- og silungsveiði ásamt því að safna og vinna úr upplýsingum um þá málaflokka. Nánari upplýsingar um Fiskistofu má finna á [www.fiskistofa.is](http://www.fiskistofa.is).

## Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent\_\_

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

[capacent.is](http://capacent.is)



## Deildarstjóri í barnavernd

Fullt starf Félagráðgjafi

Velferðarsvið Ísafjarðarbæjar auglýsir laust til umsóknar starf deildarstjóra í barnavernd.

**Umsóknarfrestur til 20.03.2020**  
**Sjá nánar á Job**

# job

Finnum draumastarfið saman



REYKJALUNDUR  
endurhæfing



## Sjúkraliði

Við leitum að sjúkraliða í 80 – 100% starfshlutfall á hjúkrunardeild okkar. Unnið er á þrískiptum vöktum og þriðju og fjórðu hvoru helgi er unnið á 12 tíma vöktum. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið starf sem fyrst.

Á Reykjalundi er unnið í þverfaglegri teymisvinnu þar sem áhersla er lögð á skjólstæðingsmiðaða nálgun og heilðræna sýn. Krafist er frumkvæðis, sjálfstæðis í vinnubrögðum, skipulagshæfileika og góðrar hæfni í mannlegum samskiptum.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sjúkraliða-félags Íslands og fjármálaráðherra auk stofnanasamnings Sjúkraliðafélags Íslands og Reykjalundar.

Upplýsingar um störfun veita Ingibjörg Óskarsdóttir hjúkrunarstjóri í síma 585-2150/585-2151, netfang: [ingibjorgo@reykjalundur.is](mailto:ingibjorgo@reykjalundur.is) og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri, netfang: [gudbjorg@reykjalundur.is](mailto:gudbjorg@reykjalundur.is)

**Umsóknarfrestur er til 29. mars 2020.**

Umsóknarform má finna á heimasíðu Reykjalundar [www.reykjalundur.is](http://www.reykjalundur.is)

# Verkefnisstjóri/ tæknimaður óskast

Eykt óskar eftir að ráða **byggingatæknifræðing**, **byggingaverkfræðing** eða **byggingafræðing** í starf verkefnisstjóra við framkvæmdir hjá fyrirtækinu.

Tekið er við umsóknum með upplýsingum um menntun og starfsreynslu á skrifstofu Eyktar á Stórhöfða 34–40 eða með tölvupósti á [palld@eykt.is](mailto:palld@eykt.is). Upplýsingar um starfið gefur Páll Daníel Sigurðsson á skrifstofu Eyktar.



**Eykt ehf.** / Stórhöfða 34–40 / 110 Reykjavík / Sími 595 4400 / [eykt.is](http://eykt.is)

**Þekkingarfyrirtæki í byggingariðnaði**



# Forstjóri

Starf forstjóra Íslenskra orkurannsóknna, ÍSOR, er laust til umsóknar. Leitað er eftir leiðtoga með frumkvæði, metnað og kraft til að vinna að markmiðum stofnunarinnar. Starfið felur í sér tækifæri til að vinna að framtíðarstefnumótun á sviði orkurannsóknna. Hjá stofnuninni starfa nú 67 starfsmenn.

Umsóknarfrestur

**30. mars**

## Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Stefnumótun og innleiðing stefnu í samvinnu við stjórn.
- Daglegur rekstur og stjórnun stofnunarinnar og mannauðs.
- Áætlanagerð og eftirfylgni áætlana.
- Ábyrgð á verkefnaöflun og að leiða markaðsstarf stofnunarinnar.
- Samskipti við viðskiptavini, stjórnvöld og hagaðila.
- Alþjóðlegt samstarf.

Upplýsingar og umsókn

**capacent.com/s/24062**

## Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf á meistarastigi sem nýtist í starfinu.
- Víðtæk og farsæl reynsla af stjórnun og rekstri.
- Þekking eða reynsla á fagsviði stofnunarinnar.
- Reynsla af vinnu við stefnumótun og breytingastjórnun.
- Leiðtogahæfileikar og hæfni til að leiða fólk til samvinnu og árangurs.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur.
- Gott vald á íslensku og góð kunnátta í ensku.



Íslenskar orkurannsóknir, ÍSOR, er sérstök ríkisstofnun sem heyrir undir umhverfis- og auðlindaráðuneytið. Hlutverk ÍSOR er að vinna að verkefnum og rannsóknum á sviði náttúrufars, orkumála og annarra auðlindamála. ÍSOR starfar á viðskiptalegum grundvelli á samkeppnismarkaði og aflar sér tekna með sölu á rannsóknum, ráðgjöf, þjónustu og upplýsingum eða öðrum verkefnum á starfsviði ÍSOR. Hluti af jarðhitastarfsemi ÍSOR er erlendis.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_

# Starfsmaður í þjónustu- og innkaupadeild Þorbjarnar hf.

Þorbjörn hf. óskar eftir að ráða metnaðarfullan og framsækinn einstakling í starf í þjónustu- og innkaupadeild. Í starfinu felst umsjón með viðhaldi og viðhaldskostnaði deilda hjá Þorbirni hf. í Grindavík.

Umsóknarfrestur

**22. mars**

## Starfs- og ábyrgðarsvið:

- Skipulagning viðhalds og þjónustu skipa og landvinnslu í samstarfi við yfirmann deildar
- Forgangsröðun verkefna, samþykktir og framkvæmd verkantana
- Utanumhald á viðhaldskostnaði og eftirlit með þjónustuaðilum
- Tæknilegur stuðningur við iðnaðarmenn og vélstjóra
- Innleiðing og utanumhald á miðlægni þjónustu- og innkaupakerfi
- Samþykktir og yfirferð á þjónustu- og innkaupareikningum
- Viðvera við móttöku og brottfarir skipa, í slippum og inniverum skipa

Upplýsingar og umsókn

**capacent.com/s/24060**

## Menntunar- og hæfniskröfur:

- Vélstjórnarmenntun eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi æskileg
- Reynsla af rekstri viðhalds og/eða þjónustu
- Góð kunnátta í íslensku og ensku og geta til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta
- Vilji til að læra og þróast í starfi
- Jákvæðni og hæfni til að vinna í teymi
- Geta til að skipuleggja og leiða verkefni



Þorbjörn hf. hefur rekið fiskvinnslu í Grindavík frá stofnun og einnig í Vogunum frá árinu 2000. Fyrirtækið hefur gert út netbáta, línubáta, loðnubáta og togara og verið með frystitogararekstur frá árinu 1990. Í dag gerir Þorbjörn hf. út sex skip og starfrækir þrjá landvinnslur.

Frekari upplýsingar má finna hér: [www.thorfish.is](http://www.thorfish.is)

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent\_

Capacent\_

Capacent flokkun  
Sparar **tíma** og fyrirhöfn!

Nýtt!



Alfred



## Starfsmaður í móttöku

EY óskar eftir að ráða áreiðanlegan og þjónustulífran einstakling til starfa í móttöku. Um 50% starf er að ræða. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

### Helstu verkefni

- Móttaka gesta og símsvörun
- Umsjón með fundarherbergjum og veitingum
- Yfirlestur texta á íslensku og ensku
- Önnur verkefni í samráði við yfirmann

### Hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi og góð tölvukunnátta
- Samskiptafærni, jákvætt viðmót og rík þjónustulund
- Samviskusemi, snyrtimennska og þagmælska
- Góð kunnátta í ritaðri og talaðri íslensku og ensku

Umsóknir ásamt ferilskrá sendist til Signýjar Aðalsteinsdóttur, [signy.adalsteinsdottir@is.ey.com](mailto:signy.adalsteinsdottir@is.ey.com), eða í gegnum heimasíðu EY.

Umsóknarfrestur er til og með 24. mars nk.

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



**EY**  
Building a better  
working world

© 2020 Ernst & Young ehf. Öll réttindi áskilin.



## Skólastjóri Tónlistarskóla Rangæinga

Stjórn Tónlistarskóla Rangæinga bs. auglýsir lausa stöðu skólastjóra við Tónlistarskóla Rangæinga frá og með 1. ágúst 2020. Aðalskrifstofa skólans er á Hvolsvelli, en kennsla fer fram á Hvolsvelli, Hellu og Laugalandi. Skólinn býður upp á grunn-, mið- og framhaldsnám í hljóðfæraleik. Alls stunda 352 nemendur nám við skólann og þar af eru 182 grunnskólanemendur í forskólanámi við skólann.

### Helstu verkefni og ábyrðarsvið

- Stjórnun og ábyrgð á rekstri skólans og daglegri starfsemi
- Fagleg forysta á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi

### Menntunar og hæfniskröfur

- Framhaldsmenntun á sviði tónlistar
- Reynsla af tónlistarkennslu og tónlistarflutningi
- Reynsla í stjórnun og rekstri er áskilin
- Leiðtoga-hæfileikar og færni í mannlegum samskiptum

Umsókn um starfið skal fylgja ítarleg ferilskrá ásamt greinargerð með rökstuðningi fyrir hæfni viðkomandi til starfens.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og hlutaðeigandi stéttarfélags.

### Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2020.

Upplýsingar um starfið veita Sigurgeir Guðmundsson skólastjóri [sigurgeir@tonrang.is](mailto:sigurgeir@tonrang.is) og Ágúst Sigurðsson stjórnarformaður [agust@ry.is](mailto:agust@ry.is). Umsóknum skal skila með rafrænum hætti til [agust@ry.is](mailto:agust@ry.is)



## Aðstoðardeildarstjóri hjúkrunar hjá Hrafnistu

Laust er til umsóknar starf aðstoðardeildarstjóra hjúkrunar á Hrafnistu Laugarási. Aðstoðardeildarstjóri er staðgengill deildarstjóra í fjarveru hans og aðstoðar hann að jafnaði með ýmis verkefni tengd rekstri og stjórnun deildarinnar.

### Starfssvið

- Aðstoð við stjórnun og rekstur á starfsemi hjúkrunardeildar
- Skipuleggur störf starfsfólks í samræmi við þarfir þjónustuþega
- Eftirlit og mat á gæðum hjúkrunar
- Ráðgjöf og fræðsla til sjúklinga og aðstandenda
- Teymisvinna

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi
- Reynsla af stjórnun kostur
- Reynsla af Rai-mælitækini kostur
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar

Umsóknarfrestur er til og með 30. mars 2020

Allar nánari upplýsingar um starfið veitir **Sigrún Stefánsdóttir**, forstöðumaður, í síma **664-9400** eða [sigrun.stefansdottir@hrafnista.is](mailto:sigrun.stefansdottir@hrafnista.is). Umsækjendum er bent á að sækja um starfið í gegnum [mannaudur@hrafnista.is](mailto:mannaudur@hrafnista.is).

Hrafnista rekur átta öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa um 1500 manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Stöðugildi eru um 800 talsins. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstæðinga heimilanna.



Erum við að passa saman?

# Óskum eftir vaktstjórum í Krónunni!

Fylltu út umsókn á [kronan.is/atvinna](http://kronan.is/atvinna)  
Umsóknarfrestur er til 22. mars

# KRÓNAN





# KERFISSTJÓRI HÁTÆKNIBÚNAÐAR

Við leitum að kröftugum og útsjónarsömum aðila til að móta nýtt starf, taka þátt í uppbyggingu nýrrar þjónustu fyrir viðskiptavinum Völku og vera öflug viðbót við lifandi og skemmtilegan vinnustað.

Kerfisstjóri þjónustu hefur umsjón með rekstri Linux og Windows hugbúnaðarkerfa hjá viðskiptavinum Völku, vali á tölvu- og netbúnaði fyrir kerfin og skipulagningu uppfærslna. Hann/hún heyrir undir þjónustusvið Völku en vinnur einnig náið með hugbúnaðardeild.

Sótt er um starfið á vef Völku: [valka.is/jobs](http://valka.is/jobs)

Nánari upplýsingar: Leifur Geir Hafsteinsson, mannauðsstjóri Völku

**Umsóknarfrestur er til og með 29. mars nk.**

## HELSTU VERKBÆTTIR:

- Skipulagning, uppsetning og viðhald vöktunar og afritunartöku hjá viðskiptavinum
- Umsjón með uppfærslum stýrikerfa, stoðkerfa, tækjastýringar og kerfa Völku
- Umsjón með öryggismálum búnaðar
- Samskipti og ráðgjöf til viðskiptavina Völku
- Hönnun og uppsetning netkerfa ásamt vali á búnaði
- Fyrirbyggjandi viðhald, stöðugar umbætur og hagræðing
- Sjálfvirknivæðing og stöðlun ferla
- Villugreining og bestun á lausnum í tæknumhverfi

## HÆFNISKRÖFUR:

- Mikil og farsæl reynsla og menntun sem nýtist í starfi
- Farsæl reynsla af kerfisstjórnun í Windows, Linux, Ubuntu
- Góð þekking á virkni netbúnaðar og eldveggja
- Reynsla af rekstri PHP, MySQL, DNS og DHCP
- Kostur að þekkja Ansible, Chef, sýndarvélar og VMware
- Góð samskiptafærni og rík þjónustulund
- Dugnaður, útsjónarsemi og metnaður
- Skipulögð og öguð vinnubrögð

## UM VÖLKU

Valka er alþjóðlegt og ört vaxand hátæknifyrirtæki sem hefur þróað, hannað og framleitt vél- og hugbúnað á heimsælikvarða fyrir sjálfvirka fiskvinnslu út um allan heim frá stofnun árið 2003.

Hjá Völku gegnir hugvit, þekking og kunnátta starfsmanna lykilhlutverki og við leggjum ríka áherslu á að byggja upp framsækinn, kraftmikinn og samheldinn vinnustað þar sem fólk líður vel.

Við leitum sífellt að öflugum fólki með menntun á sviði iðngreina, verkfræði, tölvunarfræði og tæknifræði og hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um störf hjá okkur.



[valka.is](http://valka.is)

Ertu að leita að sérfræðingi?

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)

 HAGVANGUR



Hagkaup er leiðandi smásölu-  
fyrirtæki sem býður breitt úrval af  
vörum til daglegra þarfa í matvöru,  
fatnaði, snyrtivöru, húsbúnaði og  
tómstundavöru. Hagkaup leggur  
sérstaka áherslu á þjónustu og gott  
aðgengi að vörum og kappkostað  
er við að gera verslunarferðina eins  
ánægjulega og hagkvæma fyrir  
viðskiptavininn og mögulegt er.



## Gæða- og þjónustustjóri

Hlutverk gæða- og þjónustustjóra er að hafa yfirumsjón með mótun gæðastefnu Hagkaups, kynningu hennar og eftirfylgni. Í starfinu felst m.a. aðhald við ferla í tengslum við heilbrigðismál, samskipti við opinbera eftirlitsaðila, gerð áhættumats, eftirfylgni útbótaáætlunar, ábyrgð á gerð og viðhaldi gæðahandbóka og mótun umhverfisstefnu fyrirtækisins.

### Hæfniskröfur

- Háskólamenntun í matvælafræði eða sambærileg menntun.
- Þekking á stjórnábyrgð og opinbera eftirlitsaðila í tengslum við matvælaeignaræskileg.
- Afbragðs geta til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku.
- Góð almenn tölvufærni.
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Um er að ræða fullt starf og æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. **Umsóknarfrestur er til og með 20. mars 2020** og skulu umsóknir berast í tölvupósti á [rekstur@hagkaup.is](mailto:rekstur@hagkaup.is).

Aðeins umsóknir sem innihalda ferilskrá verða teknar til greina. Hagkaup skorar jafnt á konur sem karla að sækja um starfið.

Nánari upplýsingar veitir Svanberg Halldórsson – [svanberg@hagkaup.is](mailto:svanberg@hagkaup.is).

# HAGKAUP



## Söngkennari

**Tónlistarskóli Kópavogs auglýsir stöðu söngkennara frá og með skólaárinu 2020-21.**

Við leitum að einstaklingi/einstaklingum með söngmenntun á háskólastigi og reynslu af flutningi og kennslu í klassískum söng.

Áhugasamir sendi umsókn ásamt ferilskrá á netfangið [tonlistarskoli@tonlistarskoli.is](mailto:tonlistarskoli@tonlistarskoli.is) eða skili á skrifstofu skólans fyrir **20. mars**.

Nánari upplýsingar gefur skólustjóri í síma 570-0410.

Tónlistarskóli Kópavogs er vel búinn mannafla og býr við fyrirtaks aðstöðu. Í skólanum er boðið upp á nám í hljóðfæraleik, söng, tölvutónlist og tónfræðagreinum í samræmi við aðalnámskrá tónlistarskóla.

Í söngdeildinni hefur á liðnum árum verið lögð rækt við að þjálfa nemendur í að taka reglulega þátt í uppsetningum á óperusýningum.

## Sumarstörf

**Almenn garðyrkjustörf, flokkstjórar og vélamenn**

Störfin tilheyra garðyrkjudeild Kirkjugarða Reykjavíkurprófastsdæma og felast í almennri umhirðu útisvæða s.s. slátt, gróðursetningu og illgresishreinsun í Fossvogskirkjugarði, Gufuneskirkjugarði, Hólavallagarði við Suðurgötu og Kópavogskirkjugarði.

Ráðningartími er 10-14 vikur frá miðjum maí.

**Hæfniskröfur almenn garðyrkjustörf**

- Umsækjandi sé fæddur árið 2003 eða fyrr
- Stundvísi og samviskusemi

**Hæfniskröfur flokkstjóra**

- Reynsla af garðyrkjustörfum
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Færni í mannlegum samskiptum
- Stundvísi og samviskusemi

**Menntun og hæfniskröfur vélamanna**

- Dráttarvélaréttindi
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Stundvísi og samviskusemi

Umsókn berist skrifstofu Kirkjugarða Reykjavíkurprófastsdæma í Fossvogi, Vesturhlíð 8, 105 Reykjavík fyrir **15. mars 2020**, merkt "Sumarstörf".

Einnig er hægt að fylla út umsókn á [www.kirkjugardar.is](http://www.kirkjugardar.is)

og senda rafrænt.



## Tónlistarkennarar - fjölbreytt tækifæri í Húnavatnssýslu

**Tónlistarskóli A-Húnavatnssýslu óskar eftir að ráða kennara á tré- og málmblásturshljóðfæri, gítar, bassa og slagverk frá september 2020**

Viðkomandi þarf að hafa þekkingu og góða færni á sín hljóðfæri, vera fær í mannlegum samskiptum og hafa ánægju af að vinna með börnum. Þá þarf viðkomandi að vera metnaðarfullur, áreiðanlegur og áhugasamur. Til greina kemur að kennari á blásturshljóðfæri stofni lúðrasveit eða samspilssveit en skólinn á stórt og fjölbreytt safn nótna fyrir lúðrasveit sem og gott úrval hljóðfæra.

**Hægt er að búa til 100% stöðu fyrir einstakling sem treystir sér í kennslu á nokkrum sviðum.**

Skólinn hefur þrjár starfsstöðvar, á Skagaströnd, Blönduósi og Húnavöllum og eru nemendur skólans rúmlega 100. Kennarar eru öll helstu hljóðfæri og er gott samstarf milli grunnskóla og tónlistarskóla. Stór hluti nemenda kemur á skólatíma í kennslustundir.

Um er að ræða stöðu fyrir einn eða fleiri einstaklinga, allt eftir bakgrunni og sérsviði hvers og eins.



**Hæfniskröfur:** Tónlistarkennaramenntun eða haldgöð tónlistarmenntun sem nýtist í starfi.  
**Laun:** Samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og FÍH/FT.

**Nánari upplýsingar:**  
Hugrún Sif Hallgrímsdóttir skólustjóri  
tónlistarskólans í síma 868 4925 eða á netfanginu [tonhun@tonhun.is](mailto:tonhun@tonhun.is).  
**Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl nk**  
Umsóknir skilist á [tonhun@tonhun.is](mailto:tonhun@tonhun.is).



**TÓNLISTARSKÓLI**  
Austur-Húnavetninga

[tonhun.is](http://tonhun.is)



# ASKO

– vi forsyner Norge med mat

ASKO hefur fært Norðmönnum matvörur frá árinu 1866 og telur í dag 3300 starfsmenn. ASKO starfrækir 13 útibú víða um Noreg, Frá Lillesand í suðri til Tromsø í norðri.

ASKO Rogland AS er leiðandi heilidsölu- og dreifingarfyrtæki með yfir 5 milljarða veltu árlega.

Markaðurinn eru matvöruverslanir, birgjar, mótuneyti og veitingahús innan svæðissins frá Bømlo í norðri og allt til Moi í suðri. Fyrirtækið sjálf er staðsett í Skurve í Gjesdal (ca 30 mínútur frá Stavanger).

## Blundar ævintýrabráin í þér? Við óskum eftir íslenskum atvinnubílstjórum í sumar!

### Við bjóðum:

- Örugga vinnu frá 1. júní og út ágúst og jafnvel fasta vinnu eftir sumarið
- Flug til Noregs (svo fremi sem unnið er út samningstíma)
- Húsnæði til leigu, í göngufæri við fyrirtækið
- Aðgang að æfingasal, squashesal og sauna
- Íslenskan tengilið

### Hæfniskröfur:

- Ökuréttindaflokkur C og CE (meiraprófið)
- Vandvirkni, þjónustulipurð og snyrtimennska
- Reynsla
- Góð norsku/sænsku/dönsku -kunnátta eða mjög góð enska

### Helstu verkefni:

- Lestun og losun
- Dreifing á vörum til viðskiptavina
- Að vera góður fulltrúi ASKO fyrir viðskiptavinum

Nánari upplýsingar veitir Sigríð Thors í síma 0047 95 55 17 17

Áhugasamir sendi stutta ferilskrá ásamt nöfnum og símanúmerum til meðmælenda til: [sigrid.thors@asko.no](mailto:sigrid.thors@asko.no)



## FÉLAGSBÚSTAÐIR

Félagsbústaðir eru stærsta þjónustufyrirtæki á leigumarkaði hérlandis með yfir 2.800 íbúðir til útleigu í Reykjavík. Á skrifstofunni starfa um 25 manns í anda gilda um samvinnu, virðingu og góða þjónustu. Félagsbústaðir eru í eigu Reykjavíkurborgar og eru í hópi framúrskarandi fyrirtækja á Íslandi 2019.

## Félagsbústaðir leita að þjónusturáðgjöfum og sérfræðingi

Félagsbústaðir leita að kraftmiklu og lausnamiðuðu **þjónusturáðgjöfum** í fjölbreytt þjónustuverkefni. Í boði eru spennandi tækifæri fyrir rétta aðila í að taka þátt í að byggja upp og móta þjónustu og samskipti við leigjendur og samstarfsaðila.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Móttaka, úrvinnsla og eftirfylgni margskonar fyrirspurna og erinda í síma og á miðlum fyrirtækisins
- Utanumhald og umsýsla leigusamninga: undirbúningur, samningagerð og eftirfylgni
- Samskipti og upplýsingagjöf til leigjenda og tengdra aðila (þjónustumiðstöðva, Reykjavíkurborgar o.fl.)
- Ábyrgð og þátttaka í ýmsum þróunar- og úrbótaverkefnum á sviði þjónustu og samskipta við leigjendur og samstarfsaðila

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Rík þjónustulund, áhugi á fólki, hlýlegt viðmót og framúrskarandi samskiptafærni
- Skipulagshæfileikar og lausnamiðuð hugsun
- Færni til að vinna í teymi og vilji til að læra
- Stúdentspróf skilyrði, háskólagráða sem nýttist í starfi er kostur
- Reynsla og þekking af velferðarþjónustu er kostur
- Góð tölvufærni
- Góð íslensku og enskukunnátta

Félagsbústaðir leita að öflugum og lausnamiðuðum **sérfræðingi** til að sinna fjölbreyttum verkefnum á sviði þjónustu við leigjendur félagsins og samstarfsaðila.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Samskipti og samvinna við leigjendur, þjónustumiðstöðvar Reykjavíkurborgar og tengda aðila
- Afgreiðsla, úrvinnsla og úrlausn erinda s.s. vegna húsgreina-brota, vanskila, samskiptavanda í fjölþýlishúsum o.fl.
- Ábyrgð og þátttaka í ýmsum þróunar- og úrbótaverkefnum á sviði þjónustu og samskipta við leigjendur og tengda aðila

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýttist í starfi, t.d. í félagsráðgjöf, sálfræði, félagsfræði eða tengdum greinum
- Reynsla af sambærilegu starfi af sviði velferðarþjónustu er kostur
- Framúrskarandi samskiptafærni, áhugi á fólki, hlýlegt viðmót og rík þjónustulund
- Skipulagshæfileikar, metnaður og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Færni til að vinna í teymi og vilji til að læra
- Góð tölvufærni
- Góð íslensku og enskukunnátta

Ferilsskrá og kynningarbréf skal senda Þóru Þorgeirsdóttur, sviðsstjóra þjónustu og samskipta í [thora@felagsbustadir.is](mailto:thora@felagsbustadir.is)  
**Umsóknarfrestur er til og með 25.mars 2020.** Viðkomandi þyrfti að geta hafið störf sem fyrst.  
Konur jafnt sem karlar eru hvött til að sækja um.

## Verkefnisstjóri á Ströndum

Vestfjarðastofa, með stuðningi Bygðastofnunar, auglýsir eftir verkefnisstjóra á Ströndum. Verkefnisstjóri gegnir hlutverki leiðtoga verkefnisins Brothættra byggða í Strandabyggð ásamt verkefnastjórn og starfar hann í umboði hennar að aðgerðum til eflingar byggðar og mannlífs í Strandabyggð. Önnur verkefni verkefnisstjóra miða að því að laða fjárfestingar til Vestfjarða og fjölga þar störfum.

Um er að ræða 100% starf sem skiptist í 50% stöðu verkefnisstjóra Brothættra byggða og 50% önnur verkefni Vestfjarðastofu.

### Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýttist í starfi, framhaldsmenntun æskileg
- Reynsla af ráðgjöf, fjárfestingum eða atvinnuþróun æskileg
- Haldbær starfsreynsla og reynsla af verkefnastjórnun æskileg
- Þekking, skilningur og reynsla af byggðamálum mikilvæg
- Reynsla af rekstri kostur
- Frumkvæði, jákvæðni, sköpunargleði, samstarfsfærni og sjálfstæð vinnubrögð eru mikilvægir eiginleikar

### Helstu verkefni:

- Fylgja eftir ákvörðunum verkefnastjórnar
- Hafa frumkvæði að nýjum verkefnum í byggðunum
- Upplýsingamiðlun og skýrslugerð til íbúa og samstarfsaðila
- Íbúafundur og þátttaka í samfélagsverkefnum í sveitarfélaginu
- Gerð viðskiptaáætlana og markaðsgreininga
- Móta tækifæri til atvinnuskapandi fjárfestinga á Vestfjörðum

**Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.** Starfsstöð verkefnisstjóra verður á Hólmavík. Nánari upplýsingar má finna á [www.vestfiridir.is](http://www.vestfiridir.is) Upplýsingar um verkefnið Brothættra byggðir er að finna á heimasíðu Bygðastofnunar ([www.byggdastofnun.is](http://www.byggdastofnun.is)).

### Umsóknarfrestur er til 31. mars 2020.

Nánari upplýsingar veitir: Sigríður Ó. Kristjánsdóttir ([sirry@vestfiridir.is](mailto:sirry@vestfiridir.is))  
Umsóknir ásamt ferilskrá skal senda á netfangið: [sirry@vestfiridir.is](mailto:sirry@vestfiridir.is) merkt: Verkefnisstjóri á Ströndum.



Vestfjarðastofa

VESTFJARÐASTOFA | ÁRNAGÖTU 2-4, 400 ÍSAFJÖRÐUR | VESTFIRIDIR.IS



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

Auglýst er eftir hjúkrunarfræðingi (e. study nurse/study coordinator) í fullt starf við vísindarannsóknina **Blóðskimun til bjargar, skimunarrannsókn og lyfjarannsókn** við Læknadeild Háskóla Íslands. Markmið hennar er að rannsaka árangur skimunar fyrir forstigi mergæxlis. 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 mergæxlis með blóðprufu og þeim einstaklingum sem greinast með forstigi mergæxlis fylgt eftir í klíniskri rannsókn. Þátttakendur eru kallaðir inn í frekari rannsóknir og fá eftirfylgd með reglubundnum hætti. Þeim sem greinast með mergæxli er hinsvegar boðið að taka þátt í lyfjarannsókn.

Hjúkrunarfræðingar rannsóknarinnar koma bæði að uppvinnslu og eftirfylgd í skimunarrannsókn og uppvinnslu og meðferð í lyfjarannsókn. Starfið býður upp á einstaka innsýn og reynslu af rannsóknarvinnu og klíniskri starfi.

### Helstu menntunar- og hæfniskröfur:

- BS-gráða í hjúkrunarfræði, auk íslensks hjúkrunarleyfis
- Reynsla af vinnu við vísindaverkefni er kostur
- Þekking á good clinical practice (GCP) er kostur
- Reynsla af hjúkrun krabbameinsveikra og krabbameinslyfjagjöf er kostur
- Reynsla af því að vinna í teymi
- Sjálfstæð, skipulögð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Framúrskarandi samskiptahæfni, nákvæmni, útsjónarsemi
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti
- Gott vald á upplýsingatækni og hæfni til að tileinka sér nýjungar á því sviði



HÁSKÓLI ÍSLANDS  
HEILBRIGÐISVÍSINDASVIÐ

Hægt er að sækja um og fá allar nánari upplýsingar á heimasíðu HÍ: [http://www.hi.is/laus\\_storf](http://www.hi.is/laus_storf)

Umsóknarfrestur er til og með 23. mars 2020



# Deildarstjóri tæknideildar á Austursvæði

 **Vegagerðin**

Vegagerðin auglýsir eftir verkfræðingi eða tæknifræðingi til að sinna starfi deildarstjóra tæknideildar á Austursvæði. Um er að ræða fullt starf og starfstöðin er á Reyðarfirði.

## Helstu verkefni og ábyrgð

Við erum að leita eftir verkfræðingi eða tæknifræðingi sem hefur áhuga á að takast á við krefjandi verkefni á sínu fagsviði, áætlanagerð og tæknilegan undirbúning vegna nýframkvæmda og viðhaldsverka, ásamt umsjón með nýframkvæmdum.

## Menntunar- og hæfniskröfur

- Verkfræðingur eða tæknifræðingur.
- Reynsla af ámóta störfum er kostur.
- Reynsla af verkefnastjórnun er kostur.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Frumkvæði og faglegur metnaður.
- Skipulögð og öguð vinnubrögð í starfi.
- Góð íslenskukunnátta.
- Kunnátta í ensku.



Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert. í umsókninni komi fram persónulegar upplýsingar ásamt upplýsingum um umbeðnar menntunar- og hæfniskröfur, þar með talið menntunar- og starfsferilsskrá. Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Öllum umsóknum um starfið verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Starfshlutfall er 100%. Umsóknarfrestur er til og með 16. mars 2020. Nánari upplýsingar veitir Sveinn Sveinsson - sveinn.sveinsson@vegagerdin.is, sími 522 1000.



## Sjúkraliði

Laus er til umsóknar 80-100% staða sjúkraliða á Hlein. Um dagvinnustarf er að ræða og mun viðkomandi veita stuðning við stjórnun einingarinnar.

Hlein er heimili sjö fatlaðra einstaklinga sem hafa fatlast af völdum sjúkdóma eða slysa. Hlein er rekið af Reykjalundi endurhæfingarmiðstöð.

## Hæfniskröfur eru:

- Íslenskt starfsleyfi
- Góð samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæði og skipulagshæfni

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sjúkraliða-félags Íslands og fjármálaráðherra auk stofnana-samnings Sjúkraliðafélags Íslands og Reykjalundar.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Dís Níelsdóttir forstöðuproskaþjálfari í síma 585-2091 eða í gegnum netfangi dis@reykjalundur.is og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri í síma 585-2143 eða í gegnum netfangið gudbjorg@reykjalundur.is

## Umsóknarfrestur er til 29. mars 2020

Umsóknarform og upplýsingar um Reykjalund má finna á heimasíðunni [www.reykjalundur.is](http://www.reykjalundur.is) Reykjalundur, endurhæfingarmiðstöð SÍBS. Sími 585 2000 – [www.reykjalundur.is](http://www.reykjalundur.is)

## Fagstjóri náms og skírteinamála sjófarenda



Samgöngustofa auglýsir lausa til umsóknar stöðu fagstjóra í náms og skírteinamálum sjófarenda á stjórnarsýslu- og þróunarviði stofnunarinnar. Starfshlutfall er 100%.

## Helstu verkefni fagstjóra

- Fagleg umsjón og útgáfa á skírteinum einstaklinga.
- Viðurkenning á námskeiðum/námskrám hjá þjálfunarfyrtækjum/skólum.
- Viðvarandi eftirlit með þjálfunarfyrtækjum/skólum.
- Upplýsingamiðlun til hagsmunaaðila.
- Þátttaka í innleiðingarverkefnum og þróun og viðhaldi gæðamála.
- Þátttaka í alþjóðlegu samstarfi um nám og skírteinamál einstaklinga.
- Yfirferð og samþykki á öryggismönnun skipa.
- Fagleg umsjón með lögskráningum sjómanna.

## Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Skipstjórnar- og/eða vélstjórnarréttindi eða sambærileg reynsla æskileg.
- Þekking á íslenskum og alþjóðlegum siglingamálum.
- Frumkvæði, sjálfstæði og fagmennska í starfi ásamt skipulagningu og ögun í verkum.
- Mjög góð samskiptahæfni.
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku í ræðu og riti.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þekking á gæða- og/eða öryggisstjórnunarkerfum er kostur.

Í boði eru spennandi störf hjá metnaðarfullri stofnun í alþjóðlegu umhverfi. Við bjóðum góða starfsaðstöðu og frábæra vinnufélaga.

Við hvetjum jafnt konur sem karla til að sækja um.



Umsóknarfrestur er til 24. mars 2020

Hægt er að sækja um störfin rafrænt á [samgongustofa.is/storf](http://samgongustofa.is/storf)

Upplýsingar um Samgöngustofu má finna á [samgongustofa.is](http://samgongustofa.is)



Sveitarfélagið  
**ÁRBORG**

## BARNASKÓLINN Á EYRAR-BAKKA OG STOKKSEYRI SKÓLAÁRIÐ 2020 – 2021

Í Barnaskólanum eru 140 nemendur í 1. – 10. bekk og kennt er á tveimur starfsstöðvum. Á Stokkseyri eru nemendur í 1. – 6. bekk og á Eyraþakka eru nemendur í 7.–10. bekk. Skapandi greinar fá mikið vægi í skólastarfinu, gott samstarf er við leikskólann og áhersla er lögð á góða samvinnu við heimilin.

## UMSJÓNARKENningar

Um er að ræða umsjónarkennara á yngri stigi. Tvær stöður eru til eins árs vegna fæðingarorlofs. Aðrar eru til lengri tíma.

## LIST- OG VERKGREINAKENningar

Um er að ræða smíðakennslu, textilkennslu og tónmenntakennslu.

## NÁMSRÁÐGJAFI

Um er að ræða 50% stöðu námsráðgjafa.

## Menntun og færnikröfur:

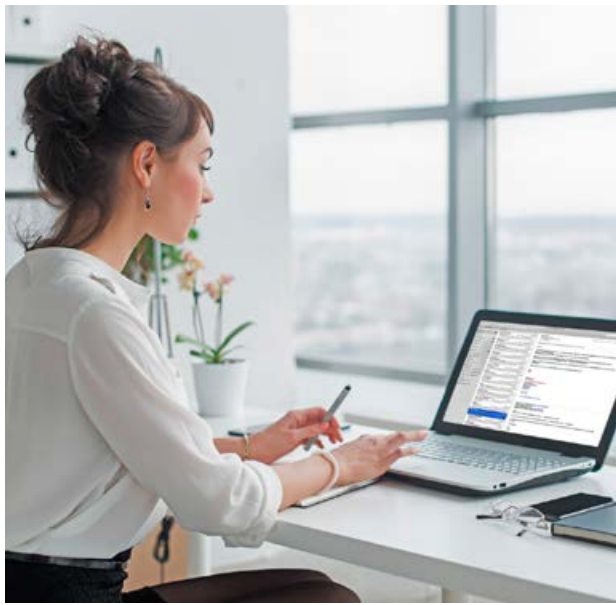
- Kennararéttindi eða önnur háskólamenntun sem nýtist í starfi æskileg.
- Námsráðgjafaréttindi.
- Mikil hæfni í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfileikar
- Frumkvæði í starfi
- Áhugi fyrir teymiskennslu
- Sértek hæfni á grunnskólastigi

Frekari upplýsingar veitir Magnús J. Magnússon, skólastjóri, símar 480 3200 og 893 2136. Netfang: [magnus@barnaskolinn.is](mailto:magnus@barnaskolinn.is)

## Umsóknarfrestur er til 2. apríl 2020.

Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launa-nefndar Sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Starfið hentar jafnt konum sem körlum. Allar nánari upplýsingar um skólastarf BES er hægt að nálgast á heimasíðu skólans [www.barnaskolinn.is](http://www.barnaskolinn.is) og sveitarfélagsins [www.arborg.is](http://www.arborg.is)





# Við ráðum

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

## Stjórnendaleit

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

## Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

## Almennar ráðningar á markaði

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

## Sveigjanleg nálgun

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



Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Staða leikskólastjóra við leikskólann Árborg

### Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir stöðu leikskólastjóra Árborg lausa til umsóknar.

Árborg er þriggja deilda leikskóli þar sem dvelja 60 börn við leik og störf. Leikskólinn er staðsettur á falletum stað í jaðri Elliðaárdals þar sem ríkir mikil veðursæld og stutt er í fallega náttúru og fuglalíf. Útivist er ríkur þáttur í daglegu starfi leikskólans. Í leikskólanum eru aldursblandaðar deildir þar sem yngri börnunum gefst tækifæri til að læra af þeim eldri svo sem samskipti og tjáningu en unnið er með grunnþætti menntunar í aldurskiptum hópum. Leiðarljós leikskólans eru traust, samvinna, lífsgleði og nám. Í Árborg er lögð áhersla á fjölmenningu, læsi og sjálfsefingu. Nýlega innleiddi leikskólinn þróunarverkefnið Leiðtoginn í mér sem hefur það markmið að hjálpa börnunum að vinna með styrkleika sína auk þess sem unnið er að innleiðingu Réttindaskóla UNICEF á grunni Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna.

**Leitað er að einstaklingi sem býr yfir leiðtogaþæfileikum og er tilbúinn til að leiða áfram gott og metnaðarfullt leikskólastarf í Árborg.**

#### Meginhlutverk leikskólastjóra er að:

- Vera faglegur leiðtogi leikskólans og móta framtíðarstefnu hans innan ramma laga, reglugerða, aðalnámskrár og stefnu Reykjavíkurborgar.
- Bera ábyrgð á daglegu starfi í leikskólanum.
- Skipuleggja foreldrasamstarf í samvinnu við foreldra og starfsmenn.
- Hafa yfirumsjón með innra mati á starfi leikskólans og umbótaáætlunum.
- Hvetja til þróunar og nýbreytni í leikskólastarfi.
- Stýra rekstri leikskólans á grundvelli fjárhagsáætlunar.
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, svo sem ráðningum, vinnutilhögun og starfsþróun.
- Skipuleggja tengsl skólans við ýmsa samstarfsaðila.

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Leyfisbréf til kennslu á leikskólastigi.
- Viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynsla á leikskólastigi.
- Reynsla af stjórnun æskileg.
- Stjórnunarþæfileikar og vilji til að leita nýrra leiða.
- Þekking á rekstri, áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Lipurð og hæfni í samskiptum.
- Sjálfstæði og frumkvæði.

**Í öllu starfi skóla- og frístundasviðs er unnið að innleiðingu Menntastefnu Reykjavíkur, „Látum draumana rætast“, þar sem leiðarljósir eru virkni og þátttaka barna, aukíð samstarf og fagmennska.**

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf til kennslu á leikskólastigi og greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á starf í leikskólanum.

**Ráðið verður í stöðuna frá 1. júní 2020. Umsóknarfrestur er til og með 30. mars nk.**

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands vegna Félags stjórnenda leikskóla.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)

Nánari upplýsingar veitir Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir, skrifstofustjóri fagskrifstofu leikskólamála í síma 411 1111 og á netfanginu [ingibjorg.m.gunnlaugsdottir@reykjavik.is](mailto:ingibjorg.m.gunnlaugsdottir@reykjavik.is)

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



Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Staða leikskólastjóra við leikskólann Ægisborg

### Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir stöðu leikskólastjóra Ægisborgar lausa til umsóknar.

Ægisborg er fjögurra deilda leikskóli við Ægissíðu í Vesturbæ Reykjavíkur þar sem lögð er áhersla á að skapa hlýlegt lærdóms-samfélag barna og fullorðinna. Í Ægisborg er menntandi umhyggja höfð að leiðarljósi og þess kappkostað að leikur, gleði og virðing einkenni leikskólabraginn. Leikurinn er höfuðþrýði Ægisborgar og einnig er mikil áhersla á læsi sem er samofið öllu starfi. Ægisborg leggur áherslu á sjálfsefingu og félagsfærni sem eru tveir af grundvallarþáttum menntastefnu Reykjavíkurborgar. Eitt af einkennum leikskólans er þátttaka í þróunarverkefnum og má þar nefna Læsi í leiðinni, verkefni um hreyfingu í samstarfi við Íþróttafélagið KR og um gildi í leikskólastarfi í samstarfi við RannUng auk þess sem stefnt er að því að leikskólinn verði réttinda-skóli UNICEF á grunni Barnasáttmálans

**Leitað er að einstaklingi sem býr yfir leiðtogaþæfileikum og er tilbúinn til að leiða áfram gott og metnaðarfullt leikskólastarf í Ægisborg.**

#### Meginhlutverk leikskólastjóra er að:

- Vera faglegur leiðtogi leikskólans og móta framtíðarstefnu hans innan ramma laga, reglugerða, aðalnámskrár og stefnu Reykjavíkurborgar.
- Bera ábyrgð á daglegu starfi í leikskólanum.
- Skipuleggja foreldrasamstarf í samvinnu við foreldra og starfsmenn.
- Hafa yfirumsjón með innra mati á starfi leikskólans og umbótaáætlunum.
- Hvetja til þróunar og nýbreytni í leikskólastarfi.
- Stýra rekstri leikskólans á grundvelli fjárhagsáætlunar.
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, svo sem ráðningum, vinnutilhögun og starfsþróun.
- Skipuleggja tengsl skólans við ýmsa samstarfsaðila.

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Leyfisbréf til kennslu á leikskólastigi.
- Viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynsla á leikskólastigi.
- Reynsla af stjórnun æskileg.
- Stjórnunarþæfileikar og vilji til að leita nýrra leiða.
- Þekking á rekstri, áætlanagerð og fjármálastjórnun.
- Lipurð og hæfni í samskiptum.
- Sjálfstæði og frumkvæði.

**Í öllu starfi skóla- og frístundasviðs er unnið að innleiðingu Menntastefnu Reykjavíkur, „Látum draumana rætast“, þar sem leiðarljósir eru virkni og þátttaka barna, aukíð samstarf og fagmennska.**

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf til kennslu á leikskólastigi og greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á starf í leikskólanum.

**Ráðið verður í stöðuna frá 1. júní 2020. Umsóknarfrestur er til og með 30. mars nk.**

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands vegna Félags stjórnenda leikskóla.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)

Nánari upplýsingar veitir Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir, skrifstofustjóri fagskrifstofu leikskólamála í síma 411 1111 og á netfanginu [ingibjorg.m.gunnlaugsdottir@reykjavik.is](mailto:ingibjorg.m.gunnlaugsdottir@reykjavik.is)

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



# VélRás -vilt þú koma í skemmtilegan hóp?

## Verkstjórnandi - Klettagörðum

Við leitum af aðila sem getur sinnt verkstjórnun samhliða viðgerðarstörfum á verkstæði okkar að Klettagörðum 12. Helstu kröfur:

- Góð þekking og reynsla af viðgerðum á atvinnubifreiðum-
- Þarf að geta unnið sjálfstætt - Hafa góða samskiptahæfileika og geta miðlað upplýsingum til samstarfsfélaga-
- Æskilegt er að viðkomandi hafi meirapróf-
- Mikilvægt er að viðkomandi hafi yfirgripsmikla fagþekkingu og helst faggildingu sem gagnast á þessu sviði-
- Viðkomandi starfsgildi heyrir undir yfirverkstjóra í Klettagörðum 12-

## Bókari - Álhelli

Við leitum af aðila með eftirfarandi reynslu og þekkingu:

- Með góða bókhaldsþekkingu og reynslu af bókhaldsstörfum-
- Góða reynslu og þekkingu á DK bókhalds hugbúnaði-
- Getur undirbúið mánaðarleg uppgjör í samstarfi við stjórnendur -
- Þekkingu og reynslu af launabókhaldi-
- Þarf að geta unnið sjálfstætt- Hefur góða samskiptahæfileika og getur miðlað upplýsingum um bókhald og fjármál-
- Hefur frumkvæði af því að þróa starfið í samstarfi við stjórnendur

**Umsóknir sendist á [velras@velras.is](mailto:velras@velras.is)  
Frekari upplýsingar í síma 552-6270**

Hjá VélRás starfar um 60 manna hópur við hin ýmsu störf. Fyrirtækið rekur tvær starfsstöðvar, höfuðbækistöðvar að Álhelli 8 í Hafnarfirði og síðan útibú að Klettagörðum 12 í Reykjavík. Aðaláhersla fyrirtækisins felst í því að veita alhliða viðgerðarþjónustu fyrir atvinnubifreiðar og tæki. Auk viðgerðarþjónustu sinnir fyrirtækið m.a. bifreiðaumboði fyrir VDL rútubifreiðar á Íslandi - Sérsmíði á fjallatrúkkum - Vettvangsþjónustu o.fl.



## Skólastjóri Tónlistarskóla Rangæinga

Stjórn Tónlistarskóla Rangæinga bs. auglýsir lausa stöðu skólastjóra við Tónlistarskóla Rangæinga frá og með 1. ágúst 2020. Aðalskrifstofa skólans er á Hvolsvelli, en kennsla fer fram á Hvolsvelli, Hellu og Laugalandi. Skólinn býður upp á grunn-, mið- og framhaldsnám í hljóðfæraleik. Alls stunda 352 nemendur nám við skólann og þar af eru 182 grunnskólanemendur í forskólanámi við skólann.

### Helstu verkefni og ábyrðarsvið

- Stjórnun og ábyrgð á rekstri skólans og daglegri starfsemi
- Fagleg forysta á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi

### Menntunar og hæfniskröfur

- Framhaldsmenntun á sviði tónlistar
- Reynsla af tónlistarkennslu og tónlistarflutningi
- Reynsla í stjórnun og rekstri er áskilin
- Leiðtogaþæfileikar og færni í mannlegum samskiptum

Umsókn um starfið skal fylgja ítarleg ferilsskrá ásamt greinargerð með rökstuðningi fyrir hæfni viðkomandi til starfens.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og hlutaðeigandi stéttarfélags.

### Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2020.

Upplýsingar um starfið veita Sigurgeir Guðmundsson skólastjóri [sigurgeir@tonrang.is](mailto:sigurgeir@tonrang.is) og Ágúst Sigurðsson stjórnarformaður [agust@ry.is](mailto:agust@ry.is). Umsóknum skal skila með rafrænum hætti til [agust@ry.is](mailto:agust@ry.is)



Heilbrigðisstofnun  
Vestfjarða



## Sérnámsstöður í heilsugæsluhjúkrun

Lausar eru til umsóknar 12 sérnámsstöður hjúkrunarfræðinga í heilsugæsluhjúkrun. Stöðurnar eru sex við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins (HH), tvær við Heilbrigðisstofnun Norðurlands (HSN), ein við Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU), ein við Heilbrigðisstofnun Austurlands (HSA), ein við Heilbrigðisstofnun Suðurnesja (HSS) og ein við Heilbrigðisstofnun Vestfjarða (HVEST). Hver sérnámsstaða er 80% og veitist frá 1. ágúst 2020 til eins árs.

### Umsóknarfrestur er til og með 26. mars 2020

Sérnám í heilsugæsluhjúkrun er í samstarfi við Háskólann á Akureyri. Námið samanstendur af fræðilegu námi við Háskólann á Akureyri og klínískri þjálfun á heilsugæslustöð hjá HH, HSN, HSU, HSA, HSS eða HVEST undir handleiðslu lærimeistara. Námið er skipulagt til eins árs og lýkur með viðbótardiplóma gráðu.

### Markmið sérnáms

- Efla hæfni hjúkrunarfræðinga, meðal annars í þverfaglegu samstarfi á heilsugæslustöð
- Móta viðhorf og sýn til þjónustu heilsugæslunnar í komandi framtíð
- Veita nemendum tækifæri til að rýna í og innleiða gagnreynda starfshætti í daglegu starfi undir handleiðslu lærimeistara á heilsugæslustöð

### Menntunar- og hæfniskröfur Nánari upplýsingar veita

- Almennt hjúkrunarleyfi, BS gráða (lágmarkseinkunn 7,00)
- Viðkomandi sé starfandi á heilsugæslustöð og hafi a.m.k. eins árs starfsreynslu í heilsugæslu
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í starfi
- Hæfni í mannlegum samskiptum er skilyrði

- Sesselja Guðmundsdóttir, Þróunarmiðstöð íslenskrar heilsugæslu, s. 513-5046 eða sesselja.gudmundsdottir@heilsugaeslan.is
- Guðný Friðriksdóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar HSN, s. 860-7750 eða gudnyf@hsn.is
- Anna María Snorraddóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar HSU, s. 432-2007 eða annamaria@hsu.is
- Nína H. Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar HSA, s. 470-3054 eða ninahronn@hsa.is
- Alma María Rögnvaldsdóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar HSS s. 422-0625 eða alma@hss.is
- Hildur Elísabet Pétursdóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar HVEST s. 450-4500 eða hildurep@hvest.is

Nánari upplýsingar á [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is)

Erum við að passa saman?

Óskum eftir vaktstjórum í Krónunni!

Fylltu út umsókn á [kronan.is/atvinna](http://kronan.is/atvinna)  
Umsóknarfrestur er til 22. mars

[f](#) [i](#) [g](#)

**KRÓNAN**



Capacent

Nýtt!

Capacent  
flokkun  
Sparar tíma og  
fyrirhöfn!



Alfred

## Arctic Fish leitar að hæfileikaríku og áhugasömu fólki til starfa

Arctic Fish leitar að hæfileikaríku og áhugasömu fólki til starfa við sjóeldi fyrirtækisins við Patreksfjörð og Tálknafjörð. Arctic Fish er leiðandi fyrirtæki í laxeldi á Íslandi með það að markmiði að halda áfram að byggja upp arðbæra og sjálfbæra starfsemi þar sem fiskeldi er stundað í sátt við umhverfið og samfélagið.

**Hefur þú áhuga á að vera með?**

Skipstjórnar og/eða vélstjórnarréttindi æskileg. Starfið felur í sér verkefni við fóðrun, daglegt eftirlit, ásamt tilfallandi vinnu við kvíahringi og fóðurpramma. Unnið er í sjö daga og síðan eru sjö dagar í frí.

Um tvær stöður er að ræða: Eitt framtíðarstarf — Tímabundið starf frá 1. apríl til 1. september.

### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Frumkvæði og metnaður í starfi
- Stundvísi
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Skipstjórnunarréttindi og/eða vélstjóraréttindi
- Reynsla úr fiskeldi er kostur
- Þekking á eða reynsla á uppsetningu verkferla og vinnuferla í sjókvíaelði er kostur
- Skilningur á mikilvægi heilbrigðs umhverfis í fiskeldi
- Enskukunnátta áskilin

Við viljum sérstaklega hvetja konur til að sækja um starfið.

Umsóknum skal skila rafrænt til Kristínar Hálfðánsdóttir, kh@arcticfish.is. Umsókn skal innihalda stutta starfsferilskrá auk kynningabréfs. **Umsóknarfrestur er til 20. mars 2020.**



info@arcticfish.is || www.arcticfish.is



## Verkstjóri á Selfossi

RARIK ohf. auglýsir eftir verkstjóra rafíðnaðarmanna fyrirtækisins á Suðurlandi með aðsetur á Selfossi. Hér er um fjölbreytt starf að ræða við stjórnun á öflugum vinnuflokki sem staðsettur er bæði á Selfossi og Hvolsvelli og vinnur við nýframkvæmdir, viðhald og viðgerðir á dreifikerfi RARIK. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

### Helstu verkefni

- Vinna við dreifikerfi RARIK.
- Mönnun verkefna.
- Eftirfylgni með framkvæmd verka.
- Vinna samkvæmt öryggisreglum.
- Eftirlit með tækjum og búnaði.

### Hæfniskröfur

- Rafmagnsiðnfræði/sveinspróf í rafvirkjun.
- Reynsla af stjórnun.
- Reynsla af rafveiturekstri æskileg.
- Drifkraftur og geta til að vinna sjálfstætt.
- Góð tölvukunátta.

Nánari upplýsingar veitir Guðlaugur Valtýsson, deildarstjóri framkvæmdasviðs á Suðurlandi eða starfsmannastjóri RARIK í síma 528 9000. Umsóknarfrestur er til 30. mars 2020 og skal skila umsóknum með ferilskrá á vef RARIK, 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.





# SKÓLASTJÓRI FLATASKÓLA Í GARÐABÆ

Garðabær auglýsir laust til umsóknar starf skólastjóra Flataskóla. Skólinn er heilsueflandi grænfánaskóli með um 485 nemendum á aldrinum 4 - 12 ára.

Lögð er áhersla á öflugt og framsækið skólastarf með áherslu á samfellu í námi barna og samstarfi milli skólastiga. Flataskóli er einn af fyrstu réttindaskólum UNICEF á Íslandi og vinnur markvisst með Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. Gildi skólans eru menntun, árangur og ánægja.

Í Garðabæ er lögð rík áhersla á sjálfstæði skóla, fjölbreytni og valfrelsi sem felst meðal annars í því að foreldrar hafa fullt frelsi um val á skóla fyrir börn sín. Leik- og grunnskólar Garðabæjar skapa sérstöðu í áherslum sínum til að koma sem best á mótis við fjölbreyttar þarfir nemenda.

Skólastjóri tekur þátt í að móta metnaðarfullt skólasamfélag Garðabæjar með uppbyggilegum og framsýnum hætti.

#### Helstu verkefni:

- Að vera faglegur leiðtogi
- Að bera faglega og rekstrarlega ábyrgð á starfi skólans, stjórna daglegri starfsemi og hafa forgöngu um mótun og framgang stefnu skólans
- Að vinna náið með starfsfólki að því að skapa nútímalegt og frjótt námsumhverfi fyrir alla nemendur
- Að leiða og hvetja starfsfólk með það að markmiði að tryggja sem best vellíðan og árangur nemenda og starfsmanna

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Kennaramenntun og leyfisbréf til kennslu
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af kennslu
- Reynsla af starfsmannastjórnun og rekstri
- Framsækni og metnaður til að leita nýrra leiða í skólastarfi
- Góðir skipulagshæfileikar
- Lipurð og færni í samskiptum
- Áhugi og reynsla í að leiða þróunarstarf
- Sveigjanleiki og víðsýni

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá um störf umsækjanda, menntun, stjórnunarreynslu og verkefni sem hann hefur unnið að og geta varpað ljósi á færni hans til að sinna starfi skólastjóra. Þá skal fylgja umsókninni greinargerð um hugmyndir umsækjanda um starfið og hvernig hann sér Flataskóla próast undir sinni stjórn.

**Umsóknarfrestur er til og með 29. mars 2020.** Staðan er laus frá og með 1. ágúst 2020.

**Nánari upplýsingar um starfið veita** Eiríkur Björn Björgvinsson, sviðsstjóri fræðslu- og menningar sviðs, s. 525 8500, [eirikurbjorn@gardabaer.is](mailto:eirikurbjorn@gardabaer.is) og Katrín Friðriksdóttir, grunn- og tónlistarskólafulltrúi, s. 525 8500, [katrinf@gardabaer.is](mailto:katrinf@gardabaer.is)

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Skólastjóraráðs Íslands.

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um. Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar <https://starf.gardabaer.is>



GARÐABÆR  
gardabaer.is



## Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing




**FAST** Ráðningar

[lind@fastradningar.is](mailto:lind@fastradningar.is)  
[mjoll@fastradningar.is](mailto:mjoll@fastradningar.is) [www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)

**job**  
Finnum draumastarfið saman

Erum við  
að leita að þér?

## Umsóknir um dvöl í íbúð fræðimanns í Kaupmannahöfn 2020-2021.



Íbúð fræðimanns í Kaupmannahöfn, skv. reglum um hús Jóns Sigurðssonar, er laus til afnota tímabilið **26. ágúst 2020 til 24. ágúst 2021.**

Allar nánari upplýsingar og sérstök eyðublað er að finna á heimasíðu Jónshúss: [jonshus.dk](http://jonshus.dk) (Fræðimannsíbúð).

**Umsóknir um íbúðina skulu hafa borist skrifstofu Alþingis eigi síðar en þriðjudaginn 14. apríl nk.**

## Auglýsing frá Sænsk-íslenska Samstarfssjóðnum

Árið 2020 verða veittir ferðastyrkir úr Sænsk-íslenska samstarfssjóðnum til að styðja íslenska þátttakendur í sænsk-íslenskum verkefnum. Markmið sjóðsins er að stuðla að auknu samstarfi Svíþjóðar og Íslands á sviði vísinda, menntunar og menningar. Vegna tæknilegra örðugleika hefur umsóknarfrestur Sænsk-íslenska sjóðsins verið framlengdur til **22. mars 2020.**

Er óskað eftir því allar umsóknir verði endursendar skv. upplýsingum á heimasíðu sjóðsins. <https://svenskislandskafonden.se/> Frekari upplýsingar má einnig finna á tenglinum <https://norden.se/sok-bidrag-fran-svensk-islenska-samarbetsfonden/>



## Fundarboð

**Aðalfundur** Skipulagsfræðingafélags Íslands verður haldinn miðvikudaginn 25. mars 2020 kl: 16:30 að Hallveigarstöðum Túngötu 14, 101 Reykjavík.

#### Dagskrá:

Venjuleg aðalfundarstörf  
Veitingar

Nánari dagskrá á [skipulagsfraedi.is](http://skipulagsfraedi.is)

**Félagsmenn eru hvattir til að mæta !**



# Vörðufell

BYGGINGAFRÆÐINGUR / TÆKNIFRÆÐINGUR

Vörðufell óskar eftir að ráða byggingafræðing eða tæknifræðing með víðtæka reynslu af stjórnun framkvæmda í stöðu verkefnastjóra.

Vörðufell hefur verið starfandi í 15 ár og vinna þar að jafnaði um 15 manns. Fyrirtækið hefur starfsstöðvar á Selfossi og í Reykjavík. Vegna hinna fjölda verkefna sem framundan eru, viljum við fá til liðs við okkur afkastamikinn og ábyrgan verkefnastjóra til að hafa umsjón með hinum fjölbreyttu verkefnum sem fyrirtækið er að sinna. Auk menntunar er gerð krafa um að viðkomandi hafi að lágmarki 3-5 ára starfsreynslu í byggingariðnaði.

Allar umsóknir skulu berast í netfang [vordufell@vordufell.is](mailto:vordufell@vordufell.is)  
Nánari upplýsingar eru að finna í síma 897-8960, Valdimar Bjarnason.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Húsmíðameistari
- Byggingafræðingur
- Verkefnastjóri
- Tæknifræðingur
- Iðnfræðingur
- Eða öðru sambærilegu

Viðkomandi þarf að:

- Vera skipulagður og vinnusamur
- Hafa gott vald á rituðu máli
- Búa yfir lipurð í samskiptum
- Hafa góða kunnáttu á öllum helstu tölvuforritum

Í starfinu felst m.a.:

- Verkefnastjórnun
- Byggingastjórn
- Ástandsgreining og eftirlit



Vantar þig starfsfólk?

**HAGVANGUR**

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)



## Embætti lögreglustjóra á höfuðborgarsvæðinu laust til umsóknar

**Auglýst er laust til umsóknar embætti lögreglustjórans á höfuðborgarsvæðinu.**

Lögreglustjórinn á höfuðborgarsvæðinu fer með stjórn lögregluliðs í sínu umdæmi, þ.e. Reykjavík, Kópavogi, Hafnarfirði, Garðabæ, Mosfellsbæ, Seltjarnarnesi og Kjósarhrepps. Hann annast daglega stjórn og rekstur lögreglunnar í umdæminu og ber ábyrgð á framkvæmd lögreglustarfa innan þess. Hjá embættinu starfa rétt um 300 lögreglumenn og tæplega 90 í öðrum störfum.

Umsækjendur skulu fullnægja skilyrðum 2. mgr. 28. gr. lögreglulaga nr. 90/1996.

**Aðrar hæfniskröfur eru:**

- Góð yfirsýn og þekking á verkefnum lögreglunnar æskileg
- Góð þekking og/eða reynsla af störfum innan stjórnsýslunnar æskileg
- Reynsla af stjórnun og stefnumótun æskileg
- Rekstrarþekking og/eða reynsla er æskileg
- Reynsla af alþjóðlegu samstarfi kostur
- Mjög góð forystu-, samvinnu- og samskiptahæfni
- Fagmennska, frumkvæði, drifkraftur og jákvæðni
- Mjög gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Þekking á einu Norðurlandamáli æskileg

Dómsmálaráðherra skipar lögreglustjóra til 5 ára í senn, sbr. lög um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins, nr. 70/1996. Miðað er við að skipað verði í embættið frá og með 1. maí 2020. Um laun og starfskjör lögreglustjóra fer eftir ákvörðun kjara- og mannauðssýslu fjármála- og efnahagsráðuneytisins.

Upplýsingar um starfið veitir Haukur Guðmundsson ráðuneytisstjóri í síma 545 9000.

Umsóknarfrestur er til og með 30. mars 2020. Dómsmálaráðuneytið hefur ákveðið að fela nefnd að fara yfir þær umsóknir sem berast og á nefndin að skila ráðherra rökstuddu álitni á hæfni umsækjenda. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun liggur fyrir.

Umsóknum skal skila rafrænt á [starf@dmr.is](mailto:starf@dmr.is).

Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá, afrit af prófskírteinum, upplýsingar um umsagnaraðila og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig viðkomandi uppfylli hæfniskröfur fyrir starfið.

Umsækjandi skal í kynningarbréfi gera skýra grein fyrir hæfni sinni í samræmi við þær hæfniskröfur sem fram koma í 2. mgr. 28. gr. laga nr. 90/1996 og auglýsingunni. Í umsókn skulu enn fremur koma fram upplýsingar um: 1) menntun, 2) reynslu af stjórnun, 3) reynslu af lögmánsstörfum, saksókn, dómstörfum, 4) reynslu af stjórnsýslustörfum, 5) upplýsingar um samskiptafærni og sjálfstæði, 6) aðrar upplýsingar sem varpað geta ljósi á faglega eiginleika og færni umsækjanda sem máli skipta fyrir störf lögreglustjóra.

**Stjórnarráð Íslands**  
Dómsmálaráðuneytið

Faxaflóahafnir sf  
Associated  
Icelandic  
Ports

Reykjavík  
Grundartangi  
Akranes  
Borgarnes

## Útboð

Faxaflóahafnir sf. óska eftir tilboðum í verkið:

### Faxagarður, lagnavinna

Verkið felst í lagningu lagna í jörðu á Austurbakka í Reykjavík auk uppsetningu á lögnum undir bryggjunni á Faxagarði. Lagnir verða lagðar frá stofnum Veitna í Austurbakka, í gegnum stálþil milli Austurbakka og Faxgarðs og að nýrri dreifistöð á Faxagarði.

Þaðan verða lagðar lagnir að afhendingastöðum veitukerfa úti á Faxagarði. Allar lagnir sem lagðar eru undir bryggjunni á Faxagarði verða lagðar í lagnastiga sem festir verða í bryggjuna neðan frá. Leggja á frárennslis-, hitaveitu-, neysluvatns- og raflagnir auk lagnastokks fyrir háspennustrengi Veitna. Vinna fer að miklu leyti fram undir Faxagarði þar sem gætir flóðs og fjöru og mun því vinnan taka mið af því.

#### Nokkrar helstu magntölur eru:

Vatnslagnir í jörðu	45 m
Einangraðar lagnir undir bryggju	220 m
Fráveitulagnir í jörðu	45 m
Fráveitulagnir undir bryggju	10 m
Hitalagnir í jörðu	45 m
Hitalagnir undir bryggju	200 m
Raflagnir í jörðu	70 m
Raflagnir undir bryggju	1000 m
Lagnastigar	450 m
Afgreiðsluskápar vatns og rafmagns	3 stk.

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi með því að senda ósk um það á [irh@verkis.is](mailto:irh@verkis.is).

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Faxaflóahafna 31. mars kl. 11:00.

**VERKÍS**  
VERKFRÆÐISTOFA



## KYNNINGARFUNDUR

Skipulagslýsing vegna breytingar á aðalskipulagi Hafnarfjarðar 2013–2025 Reitur ÍB2, Hraun-vestur (Gjótur)

**Norðurhelli 2**  
**fimmtudaginn 19. mars 2020**  
**kl. 17:00 – 18:00**

Aðalskipulagsbreytingin nær til 10 ha reits í Hraunum-vestur, sem afmarkast af Flatahrauni, Hjallahrauni, Reykjavíkurvegi og athafnasvæði AT1 að vestanverðu. Reiturinn er merktur sem ÍB2 í Aðalskipulagi Hafnarfjarðar 2013-2025.

Breyting á aðalskipulagi felst í því að landnotkun reitsins breytist úr íbúðarsvæði ÍB2 í miðsvæði M4.

Skipulagslýsing aðalskipulagsbreytingarinnar er nú í kynningu og má nálgast hana á heimasíðu Hafnarfjarðarbæjar [hafnarfjordur.is](http://hafnarfjordur.is)

Skipulagsfulltrúi



HAFNARFJÖRÐUR

585 5500 [hafnarfjordur.is](http://hafnarfjordur.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](http://www.ríkiskaup.is)

RÍKISKAUP



ÖLFUS

## Útboð

Sveitarfélagið Ölfus óskar eftir tilboðum í verkið:

### Þjónustuíbúðir aldraðra Egilsbraut 9, Þorlákshöfn

Verklok eru 1. febrúar 2021

Verkið felur í sér fullnaðarfrágang á þjónustuíbúðum fyrir aldraða

Helstu magntölur eru:

Jarðvegsskipti:	800 m3
Steypumót - Undirstöður, veggir og plata:	1.645 m2
Bendistál	20.250 kg
Steinsteypa	187 m3
Innveggir	164 m2
Málun	1.190 m2
Útanhússklæðningar	292 m2

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með miðvikudeginum 18. mars 2020. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Jón Stefán Einarsson með því að senda tölvupósti á netfangið [jon@jees.is](mailto:jon@jees.is) og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til skrifstofu Sveitarfélagsins Ölfus, Hafnarbergi 1, 815 Þorlákshöfn, fyrir kl. 11:00 miðvikudaginn 8. apríl og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Byggingarfulltrúi Ölfus

## ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

• Hliðarendi – Yfirborðsfrágangur. Eftirlit,

EES útboð nr. 14775.

Nánari upplýsingar er að finna á  
[www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)



Reykjavíkurborg

Innkaupskrifstofa

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík

Sími 411 1111

Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)



Landsvirkjun

Útboð nr. 20312

Fljóttdalsstöð

Múr- og steypuviðgerðir

Landsvirkjun óskar eftir tilboðum í Múr- og steypuviðgerðir á svæði Fljóttdalsstöðvar, samkvæmt útboðsgögnum nr. 20312.

Verkefnið felst að mestu í hefðbundinni viðhaldsvinnu á steypum mannvirkjum á rekstrarsvæði Fljóttdalsstöðvar auk tilfallandi annarra svipaðra viðhaldsverkefna.

Helstu verkefni eru steypuviðgerðir á steyptri vatnskápu Kárahjúkastíflu, múr- og steypuviðgerðir á húsakosti Fljóttdalsstöðvar og aðrar almennar múr- og steypuviðgerðir á mannvirkjum Fljóttdalsstöðvar.

Helstu magntölur eru áætlaðar:

Tímavinna verkamanna	2000 klst
Tímavinna iðnaðarmanna	2000 klst

Vinnusvæðið er að mestu í um 600 til 800 metra hæð yfir sjávarmáli.

Gert er ráð fyrir að verk geti hafist í byrjun maí 2020.

Útboðsgögn eru aðgengileg á útboðsvef Landsvirkjunar: <https://in-tendhost.co.uk/landsvirkjun.aspx/Home>

Tilboðum skal skila í gegnum útboðsvef Landsvirkjunar á slóðinni:

<https://in-tendhost.co.uk/landsvirkjun.aspx/Home>

fyrir klukkan 13:00 fimmtudaginn 2. apríl 2020, niðurstöður tilboða, nöfn bjóðenda og heildarfjárhæðir með vsk verða birtar eftir kl. 14:00 sama dag á útboðsvefnum.



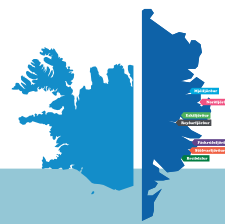
## Vinnslusvæði Norðurorku við Hjalteyri, Hörgársveit – auglýsing deiliskipulagstillögu

Sveitarstjórn Hörgársveitar auglýsir tillögu að deiliskipulagi fyrir vinnslusvæði Norðurorku í Arnarholti við Hjalteyri skv. 1. mgr. 41. skipulagslaga nr. 123/2010. Skipulagssvæðið er 14,5 ha og er skilgreint sem iðnaðarsvæði (I1) og athafnasvæði (AT3) í gildandi aðalskipulagi sveitarfélagsins. Skipulagstillagan tekur til þriggja borholuhúsa, tveggja dælustöðva, nýs skiljubúnaðar til viðbótar við búnað sem fyrir er, rafstöðvar og núverandi íbúðarhúss í Arnarholti.

Greinargerð og uppdættir skipulagstillögu munu liggja frammi á skrifstofu sveitarfélagsins frá 9. mars 2020 til og með 20. apríl 2020. Gögnin verða einnig aðgengileg á vef sveitarfélags, horgarsveit.is.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við deiliskipulagstillöguna til mánuðagsins 20. apríl 2020. Athugasemdir skulu vera skriflegar og skulu berast á skrifstofu Sveitarfélagsins Hörgársveitar, Skólátröð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri, eða á skrifstofu Skipulags- og byggingarfulltrúa Eyjafjarðar, Skólátröð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri.

Skipulags- og byggingarfulltrúi



## Kynning á skipulags- og matslýsingu vegna endurskoðunar á Aðalskipulagi Fjarðabyggðar 2007-2027

Í skipulags- og matslýsingu er farið yfir ýmis mál sem skipta máli við endurskoðun Aðalskipulags Fjarðabyggðar 2007-2027. Aðalskipulag gerir grein fyrir stefnu bæjarstjórnar í mörgum málaflokkum, einkum þeim sem varða ráðstöfun lands, t.d. fyrir byggð og opin svæði. Aðalskiplagið hefur því áhrif á réttindi og skyldur þeirra sem búa og starfa í sveitarfélaginu.

Skipulags- og matslýsing vegna endurskoðunar Aðalskipulags Fjarðabyggðar 2007-2027 verður til sýnis á bæjarskrifstofu Fjarðabyggðar, Hafnargötu 2, 730 Fjarðabyggð, í þjónustugáttum í bókasöfnum Fjarðabyggðar og á heimasíðu Fjarðabyggðar, [fjardabyggd.is](http://fjardabyggd.is) svo þeir sem þess óska geti kynnt sér skipulags- og matslýsinguna og komið með ábendingar vegna hennar. Kynningartími er til 31. mars næstkomandi. Skila skal skriflegum ábendingum til umhverfis- og skipulagssviðs á bæjarskrifstofu Fjarðabyggðar, Hafnargötu 2, 730 Fjarðabyggð eða á netfangið [skipulagsfulltrui@fjardabyggd.is](mailto:skipulagsfulltrui@fjardabyggd.is)

Sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs Fjarðabyggðar



FJARÐABYGGÐ  
[fjardabyggd.is](http://fjardabyggd.is)

## Íbúðarbyggð í landi Glæsibæjar, Hörgársveit – tillaga að aðalskipulags- breytingu og deiliskipulagi

Tillaga að breytingu á aðalskipulagi Hörgársveitar 2012-2024 vegna íbúðarsvæðis í landi Glæsibæjar.

Sveitarstjórn Hörgársveitar samþykkti á fundi sínum þann 27. febrúar 2020 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi íbúðarsvæðis ÍB2 í landi Glæsibæjar skv. 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Breytingin felst í að nýtt íbúðarsvæði (ÍB2) er skilgreint í landi Glæsibæjar á svæði sem í dag er skilgreint sem skógræktar- og landgræðslusvæði. Alls verða 18 íbúðarlódir á íbúðarsvæðinu og er aðkoma að svæðinu af Dagverðareyrarvegi. Skipulagsuppráttur og greinargerð mun liggja frammi á sveitarskrifstofu Hörgársveitar í Þelamerkurskóla milli 10. mars og 21. apríl 2020 og hjá Skipulagsstofnun í Borgartúni 7b í Reykjavík. Tillagan er einnig aðgengileg á heimasíðu Hörgársveitar, [horgarsveit.is](http://horgarsveit.is). Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytingartillöguna til þriðjudagsins 21. apríl 2020. Athugasemdir skulu vera skriflegar og skulu berast á skrifstofu Skipulags- og byggingarfulltrúa Eyjafjarðar, Skólátröð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri, eða í tölvupósti á netfangið [sbe@sbe.is](mailto:sbe@sbe.is).

Tillaga að deiliskipulagi íbúðarsvæðis ÍB2 í landi Glæsibæjar, Hörgársveit.

Sveitarstjórn Hörgársveitar samþykkti á fundi sínum þann 27. febrúar 2020 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi íbúðarsvæðis ÍB2 í landi Glæsibæjar skv. 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Í skipulagstillögunni felst heimild til byggingar 18 einbýlishúsa ásamt gatnagerð og veitumannvirkjum á skipulagsvæðinu. Tillagan liggur frammi á sveitarskrifstofu Hörgársveitar milli 10. mars og 21. apríl 2020 og er einnig aðgengileg á heimasíðu Hörgársveitar, [horgarsveit.is](http://horgarsveit.is). Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna til þriðjudagsins 21. apríl 2020. Athugasemdir skulu vera skriflegar og skulu berast á skrifstofu Skipulags- og byggingarfulltrúa Eyjafjarðar, Skólátröð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri, eða í tölvupósti á netfangið [sbe@sbe.is](mailto:sbe@sbe.is).

Skipulags- og byggingarfulltrúi



# 102 REYKJAVÍK.IS

Smyrilshlíð 3-5 | Valshlíð 4, 6 og 8 | Fálkahlíð 2-4

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

NÝTT Í SÖLU  
Verð frá:  
**39.5 mkr.**



**Smyrilshlíð 3, íbúð 103**  
Verð: 53.9 milljónir  
3ja herb. - 90,6 m<sup>2</sup>  
Sér inngangi  
Stæði í bílageymslu fylgir

## Vandaðar íbúðir í 102 Reykjavík

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

## NÝR ÁFANGI KOMINN Í SÖLU!

SMYRILSHLÍÐ 3, VALSHLÍÐ 4 OG 6

Mikið úrval af eignum!

### OPIÐ HÚS

SUN. 15. MARS KL. 14.30-15.30

Sýningaríbúð  
að Fálkahlíð 2  
íbúð 203



Sigurður  
Fasteignasali  
898 6106



Hafdís  
Fasteignasali  
820 2222



Dórothea  
Fasteignasali  
898 3326



Jóhanna Kristín  
Fasteignasali  
837 8889



Hrönn  
Fasteignasali  
692 3344



Helgi  
Fasteignasali  
780 2700



Ragnar  
Aðst.maður  
fasteignasala  
844 6516



Þorgeir  
Fasteignasali  
696 6580

## EFSTALEITI - LÁGALEITI - VÖRÐULEITI

FYRSTU ÍBÚÐIR  
TIL AFHENDINGAR  
VOR 2020  
**VERÐ FRÁ:  
28,9 MILL.**



**VÖRÐULEITI 1, ÍBÚÐ 301**  
Herb. 3ja  
Stærð: 105,1 m<sup>2</sup>  
Bílakjallari  
Verð: 68.900.000



Helgi  
Fasteignasali  
780 2700



Þorgeir  
Fasteignasali  
696 6580



Dórothea  
Fasteignasali  
898 3326



Lilja  
Fasteignasali  
663 0464



Hafdís  
Fasteignasali  
820 2222



Ragnar  
Aðst.maður  
fasteignasala  
844 6516



### KYNNING Á NÝJUM ÍBÚÐUM

Sunnudaginn 15. mars kl. 13.00-14.00

í sýningarsal  
að Efstaleiti 27

## SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!

Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsóttá íbúðasvæðis kominn í sölu.

**SÝNUM DAGLEGA HRINGIÐ Í SÖLUMENN.** Glæsilegur sýningarsalur þar sem þú getur skoðað nánar teikningar, innréttingar, skilalýsingu og kynnst hverfinu, og rætt við fasteignasala og fundið réttu íbúðina.

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





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

**YSTASEL 7, 285,3 m<sup>2</sup>**  
109 Reykjavík  
Verð: 78.500.000 kr.

Hreidar Levy Guðmundsson  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 661 6021  
hreidar@eignamidlun.is



**BÓKID SKOÐUN**

Einbýlishús á mjög góðum og eftirsóttum stað í Seljahverfinu með 3 herbergja ca.. 130 fm aukaíbúð á jarðhæð. Frábær staðsetning í Seljahverfinu í Breiðholti í göngufjarlægð frá skóla, leikskóla og íþróttasvæði ÍR ásamt fjölbreyttri verslun og þjónustu við þjónustumiðstöðina Mjódd. Góð aukaíbúð sem gefur mikla möguleika á góðum leigutekjum.

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

**SELJABRAUT 42, 94.8 m<sup>2</sup>**  
109 Reykjavík  
Verð: 37.200.000 kr.

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



**OPIÐ HÚS** laugardaginn 14. mars kl. 14:00- 14:30

Rúmgóð og vel skipulögð 4ra herb. íbúð með stæði í bílageymslu Stutt í helstu þjónustu, s.s. verslun, grunnskóla, leikskóla og menntaskóla. Íbúðin býður upp á mikla möguleika og getur verið laus við kaupsamning!

**TRAUSTI**  
fasteignasala

Kristján Baldursson hdl.  
Löggiltur fasteignasali  
S: 867-3040

Guðbjörg G.  
Löggiltur fasteignasali  
S: 899-5949

**BREKKUÁS 5**  
OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 17. MARS KL.17.30-18.00



Rúmgóð og björt 4ra herbergja endaíbúð á 1. hæð í nýlegu 9 íbúða klæddu lyftuhúsi með sólpalli og svölum með einstaklega fallegu útsýni. Þvottahús er innan íbúðar. Húsið er bárujárnsklætt að utan og er því viðhalds lítið. **Verð 45,9 millj.**

**Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík**

**GULAPING 32**  
203 Kópavogur



**OPIÐ HÚS**  
mánudaginn 16. mars  
kl. 17:00 - 17:30

**Glæsileg íbúð með sér inngangi og bílskúr**

- Alls 175 fm þar af bílskúr 42 fm
- Stór alrými, svalir og sér verönd
- Tvö rúmgóð svefnherbergi
- Heitur pottur á verönd
- Gott viðhaldslétt og klætt hús

Verð: **69,9 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:  
**Jón Rafn Valdimarsson**, lögg. fasteignasali  
jon@miklaborg.is sími: 695 5520

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

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

**LYNGÁS 1, 210 Garðabær**  
82.8 - 111.2 m<sup>2</sup> Verð frá: 48.900.000 kr.



**OPIÐ HÚS** sunnudaginn. 15. mars kl. 13:00-13:30

Bjartar og vel skipulagðar 3-4 ra herb. íbúðir á góðu verði! Vandaðar innréttingar. Stæði í lokuðu bílastæðahúsi. Stutt í helstu þjónustu, s.s. skóla, sundlaug, verslanir ofl.

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

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

**Unnar Kjartansson**  
Sölufulltrúi  
Sími 867 0968  
unnar@eignamidlun.is

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

**ÁLFTALAND 7, 140,7 m<sup>2</sup>**  
108 Reykjavík  
Verð: 59.900.000 kr.

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



**OPIÐ HÚS** sunnudaginn 15. mars. kl. 15:00-15:30

Talsvert endurnýjuð 4ra til 5 herberga íbúð á 2 hæðum á frábærum stað í Fossvoginum í Reykjavík. Íbúðin er samtals 140,7 m<sup>2</sup> á 1. hæð í litlu fjölbýlishúsi. Eldhúsið og baðherbergið er endurnýjað. Innan íbúðar eru tvö góð svefnherbergi og í kjallara er eitt stórt herbergi sem voru áður tvö minni. Úr kjallara er aðgengi að geymslu, þvottahúsi og salerni í sameign.

**GIMLI**  
FASTEIGNASALA

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

 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 Sölufulltrúi 820 6511	 Kristján Sölufulltrúi 691 4252
---	---	---	--	--	---	--	---	--	---

**Verð 53,9 millj.**



**Kamsvegur 29, 104 Reykjavík**

6 herbergja íbúð með sérinngangi, samtals 153,9 fm þar af 40 fm sérstæður bílskúr. Hluti efri hæðar er undir súð og nýtanlegir fermetrar því stærri en gólfhlötur gefur til kynna. Geymsluloft. Áhugaverð eign með mikla möguleika.  
**Halla Unnur, lgf.s 659 4044, halla@gimli.is**

**TILBOÐ**



**Aðalland 11, 108 Reykjavík**

Fallegt endaraðhús á einni hæð, ásamt bílskúr, samtals 152,7 fm. Vel staðsett innst í botnlanga við rólega götu. Mikil útsýni, góður garður í suður. 2 stofur, 2 svefnherbergi. Sólstofa sem einnig er hægt að nota sem svefnherbergi.  
**Kristján s 691 4252, kristjan@gimli.is**

**Verð 47,9 millj.**



**Sóleyjarrimi 9, 112 Reykjavík**

Mjög rúmgóð og vel skipulögð 2-3ja herbergja íbúð á 1.hæð með sérinngangi og svölum til suðurs í húsi fyrir 50 ára og eldri. Samtals 95,7 fm, lyfta í húsinu. Íbúðinni fylgir stæði í lokaðri bílageymslu.  
**Ellert s 661 1121, ellert@gimli.is**

**Verð 37,9 millj.**



**Bjallavað 15, 110 Reykjavík**

Mjög björt og falleg 80fm 2ja herbergja íbúð á efstu hæð (þriðju) með sérinngangi á góðum stað í Norðlingaholtinu. Heildarstærð 80,2 fm þar af sérgeymsla í sameign 9,3 fm.  
**Ólafur s 6-900-811, olafur@gimli.is**

Traust og fagleg þjónusta

Þarftu að selja? Hafðu samband

**job**

**Finnur draumastarfið saman**





**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**

# Nýjar og glæsilegar sérhæðir í Mosfellsbæ

## Trausti fasteignasala kynnir glæsilegar sérhæðir við Ástu-Sólliljugötu 2-12



**8 íbúðir af 12 seldar. Aðeins 4 íbúðir eftir!**

**Opið hús sunnudaginn 15. mars kl. 14:00-15:00**



**Staðsetning eins og best verður á kosið þar sem stutt er í alla helstu þjónustu.**

- Stærð: 169,8 fm.
- 5 herbergja sérhæðir
- Frábært útsýni
- Sérinnangangur
- Góð staðsetning, stutt í alla þjónustu
- Sérsmíðaðar innréttingar
- Bílskúr með 4,70m lofthæð sem veitir mikla möguleika
- Fullbúnar með lóðafrágangi

**Verð: 74,8-75,8 millj.**  
Fermetraverð = 440.000kr.!



Ástu-Sólliljugata 2 - íbúð 101: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 2 - íbúð 201: Verð: 75,8 millj.  
 Ástu-Sólliljugata 4 - íbúð 102: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 4 - íbúð 202: Verð: 74,8 millj.  
 Ástu-Sólliljugata 6 - íbúð 101: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 6 - íbúð 201: Verð: 74,8 millj.  
 Ástu-Sólliljugata 8 - íbúð 102: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 8 - íbúð 202: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 10 - íbúð 101: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 10 - íbúð 201: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 12 - íbúð 102: **SELÐ**  
 Ástu-Sólliljugata 12 - íbúð 202: Verð: 75,8 millj.

Nánari upplýsingar veita:



**Garðar B.**  
Sími 898-0255



**Kristján**  
Sími 867-3040



# SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 15.MARS KL 12:00-12:30



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

## VEFARASTRÆTI 40-44

- ✓ Aðeins -8 íbúðir eftir af 32 íbúðum
- ✓ Skemmtilegar 4 herb. íbúðir frá 96,1 - 125 fm
- ✓ Fullbúnar íbúðir tilbúnar til afhendingar
- ✓ Fallegur útsýnisstaður í Mosfellsbæ
- ✓ Verð frá 47.9 - 57.9 mkr.



# SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 15.MARS KL 13:30-14:00

## BJARKARHOLT 25-29

- ✓ 36 glæsilegar íbúðir á bilinu 67-185 fm
- ✓ Eignirnar afhendast fullbúnar án gólfefna
- ✓ Verð frá 39.900.000 kr.



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

# SÖLUSÝNING

SUNNUDAGINN 15.MARS KL 18:00-18:30

## BOGABRAUT 962 & 963

- ✓ 34 íbúðir eftir á Bogabraut 962 & 963
- ✓ 3 herb. 94 - 98 fm fullbúnar og glæsilegar íbúðir
- ✓ Verð frá 26.900.000 kr.

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







**51 SELD  
AF 72 ÍBÚÐUM**

# BRYNJUREITUR

# SÖLUSÝNING

**MÁNUDAGINN 16.MARS KL 17:00-17:30**

- ✓ 11 íbúðir eftir af 49 á Hverfisgötu 40-44
- ✓ 13 íbúðir eftir af 23 á Laugavegi 27a og b
- ✓ Stærðir frá 33,7 - 102,4 fm

- ✓ Stórar svalir, stæði í bílgeymslu, gólfsíðir gluggar og fallegt útsýni með mörgum íbúðum
- ✓ Verð frá 31.9 mkr.



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

## ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

### Gunnar Sverrir Harðarson

Löggiltur fasteignasali

Sími 862 2001

gunnar@remax.is

### Ástþór Reynir Guðmundsson

Löggiltur fasteignasali

Sími 899 6753

arg@remax.is

**RE/MAX**





# MIKLABORG



**OPIÐ HÚS**  
laugardaginn 14. mars  
og sunnudaginn 15. mars  
kl. 15:00 - 16:00

## Hafnarbraut 13-15

200 Kópavogi

Nýjar og glæsilegar 1-5 herbergja íbúðir við Hafnarbraut 14-15 í lyftublokk á Kársnesi.

- Stærðir frá 45 -175 fm.
- Fallegt sjávarútsýni frá mörgum íbúðum.
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar og með gólfefnum á votrymum.
- Bílastæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum.
- Kársnesið er vaxandi svæði með fjölskylduvænu og fallegu umhverfi við sjávarsíðuna.
- Sýningaríbúð á staðnum

Verð frá: **33,9 millj.**

Nánari upplýsingar veita:



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

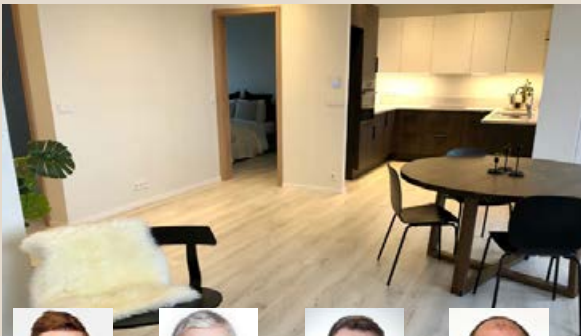


Jörunn Skúladóttir  
lögg. fasteignasali  
Sími: 845 8958  
jorunn@miklaborg.is



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

Fullbúin sýningaríbúð á staðnum



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



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



Axel Axelsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 778 7272  
axel@miklaborg.is



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

## Mosagata 5-7

210 Garðabær

Aðeins 4 íbúðir eftir

- Urriðaholt í Garðabæ
- Nokkrar íbúðir með sér bílskúr
- Fullbúnar tilbúnar íbúðir
- Dæmi: 112 fm íbúð á 3ju hæð(201)

Verð frá: **56,9 millj.**



Synum teikningar á skrifstofu Miklaborgar.

Nánari upplýsingar veita:



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



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

**BÓKIÐ SKOÐUN**

## Sogavegur 73 - 77

108 Reykjavík

Nýjar og vandaðar íbúðir í 3ja hæða lyftuhúsi

- Stæði í bílageymslu
- Bílskúrar fylgja stærri íbúðum
- Margar íbúðir með sérinngangi

Afhent júní 2020

Verð frá: **39,9 millj.**



## Öldugata 50

101 Reykjavík

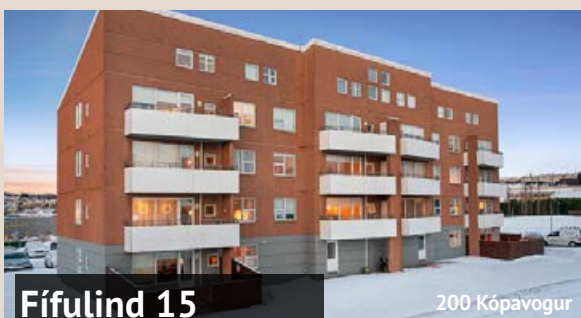
Hugguleg 3ja-4herbergja 124,4 fm íbúð á 2 hæð

Verð: **58 millj.**

- Tvö svefnherbergi
- Tvær stofur
- Rúmgóð geymsla/herbergi í kjallara

Nánari upplýsingar:

s. 896 8232 Þórhallur Biering löggiltur fasteignasali



## Fífulind 15

200 Kópavogur

Falleg og vel skipulögð íbúð

Verð: **44,9 millj.**

- 3ja herbergja 91,7 fm
- Góð staðsetning
- Stutt er í skóla og alla helstu þjónustu

Nánari upplýsingar:

s. 899 5856 Gunnar S. Jónsson löggiltur fasteignasali



## Rauðarárstígur 41

105 Reykjavík

Falleg, snyrtileg 95,6 fm 4ra herb endaíbúð íbúð á 2 hæð

Verð: **49,5 millj.**

- Sérinngangur
- Svalir til suðurs
- Lokað bílastæðahús

Nánari upplýsingar:

s. 896 8232 Þórhallur Biering löggiltur fasteignasali



## Hæðargarðurur 29

108 Reykjavík

Glæsileg 108,8 fm íbúð á 4hæð

Verð: **57,9 millj.**

- 2-3 svefnherbergi
- Suðursvalir með svalalokun
- Mikil útsýni á 3 vegu
- Aðgangur að félagsmiðstöðinni Hæðargarði 31

Nánari upplýsingar:

s. 616 1313 Ólafur Finnbogason löggiltur fasteignasali s. 822 2307



## Hraunbær 103a 502

110 Reykjavík

Vandaðar nýjar íbúðir fyrir 60 ára og eldri

Afhent okt 2020

- Stærð 64,1 fm 2ja herbergja íbúð á fimmtu hæð
- Sér geymsla og svalir með útsýni
- Aðgengi að þjónustu og félagsmiðstöð í Hraunbæ 10

Nánari upplýsingar veita:

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

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

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

Verð **47,5 millj.**



## Langafit 12

210 Garðabær

Mjög falleg 3ja - 4ra herbergja íbúð í tvíbýlishúsi

Verð: **37,5 millj.**

- Sérinngangur
- Stærð íbúðarinnar er 79,5 fm
- Í dag eru tvær stofur og tvö svefnherbergi en möguleiki að hafa þau þrjú á kostnað sjónvarpsherbergis

Nánari upplýsingar:

s. 778 7272 Axel Axelsson löggiltur fasteignasali

# MIKLABORG

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

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



# NÝ SUNDFÖT MEÐ HÆKKANDI SÓL

Mikið úrval af fallegum sundfötum í stærðum 12-28

Sjáðu úrvalið í netverslun [www.curvy.is](http://www.curvy.is) eða komdu í verslun okkar í Hreyfilshúsinu við Grensásveg

Curvy

Fellsmúli 26 v/Grensásveg | Sími 581-1552 | [www.curvy.is](http://www.curvy.is)

FRÍ HEIMSENDING  
TIL 1 APRÍL



Sundbolur  
**12.990 kr**  
Stærðir 14-28



Sundbolur  
**13.990 kr**  
Stærðir 14-28



Toppur  
**6.990 kr**  
Buxur  
**4.990 kr**



Toppur  
**7.990 kr**  
Buxur  
**6.990 kr**



Sundkjöll  
**8.990 kr**  
Stærðir 16-24



Tankini toppur  
**9.990 kr**  
Stærðir 16-26



# Hvernig helgar urðu til

Af hverju er vikan sjö dagar og vinnuvikan almennt fimm dagar hjá vinnandi fólki? Lengi vel var sunnudagur eini frídagur verkafólks á Vesturlöndum en rúm öld er síðan það tók að breytast.

Sandra Guðrún  
Guðmundsdóttir  
sandragudrun@frettabladid.is



Talið er að sjö daga viku megi rekja 4.000 ár aftur í tímann til Babylóníu. Þá var talið að í sólkerfinu væru sjö reikistjörnur og sjö var því heilög tala sem stjórnaði tímatali Babylóníumanna. Hugmyndin um sjö daga viku dreifðist síðan um Mið-Austurlönd og þaðan til Evrópu. En þessi sjö daga vika skiptist ekki niður í helgar og virka daga á þessum tíma. Helgar urðu til miklu seinna og voru afleiðing iðnbyltingarinnar, trúarbragða og réttindabaráttu verkafólks.

Sunnudagur voru helgidagar á 19. öld í Bretlandi. Þá átti enginn að þurfa að vinna heldur voru sunnudagar hugsaðir til þess að fólk gæti sinnt andlegum mál-efnum. Þó var fólk sem notaði tækifærið og nýtti frið til að sletta ærlega úr klaufunum. Þetta sama fólk átti því oft erfitt með að mæta hress og tilbúið til vinnu á mánudagsmorgnum.

Það varð hálfgerð hefð að mæta ekki til vinnu á mánudögum hjá sumu verkafólki og hugtakið Heilagur mánudagur varð til. Framleiðni á mánudögum varð minni sem varð til þess að verksmiðjueindur ákváðu að gera laugardaga að hálfum vinnudegi. Það átti að tryggja að verkafólk mætti hress til vinnu á mánudögum með aukinn metnað til vinnu. Þessi aðferð virtist skila árangri og eins og hálf dags helgi varð til.

## Fri á laugardögum til að koma til móts við gyðinga

Sunnudagar eru helgidagar hjá kristnu fólki en að hafa fri á sunnudögum hentaði ekki þeim mörgu



Eftir að tveggja daga helgi var fyrst prófuð mætti starfsfólk endurnært til vinnu eftir að hafa varið tíma sínum í samveru með fjölskyldunni. MYNDIR/GETTY

gyðingum sem unnu í verksmiðjunum og vildu halda sinn hvíldardag, sabbat, á laugardegi. Sabbat byrjar á sólsetri á föstudagskvöldi og stendur yfir til sólseturs á laugardegi. Hjá gyðingum er þetta heilagasti tími vikunnar.

Bandaríkin voru fyrst til að

gera breytingar á vinnudögum um helgar til að mæta þörfum gyðinga. Það var gert árið 1908 á Nýja-Englandi, svæði sem samanstendur af sex ríkjum á norð-austurhorni Bandaríkjanna. Verksmiðja á svæðinu leyfði starfsfólki sínu að hafa tveggja daga helgi til þess að þeir gyðingar sem þar störfuðu gæti haldið sinn hvíldardag heilagan. Þessi fimm daga vinnuvika lagðist vel í starfsfólkið og varð til þess að önnur fyrirtæki í nágrenninu fylgdu í kjölfarið.

Fimm daga vinnuvika tók þó ekki formlega gildi í Bandaríkjunum fyrr en árið 1932 en það var gert til að reyna að stemma stigu við atvinnuleysi í kjölfar kreppunnar miklu. Hinum megin við Atlantshafið var svipað uppi á teningnum.

## Styttu vinnuvikuna til að minnka atvinnuleysi

Í Boots-samsteypunni á Englandi árið 1933 var mikið um uppsagnir starfsfólks. Forstjóri samsteypunnar, John Boot, vildi binda enda á það. Á sama ári var opnuð verksmiðja í Nottingham sem ætlað var að auka framleiðni. Það rættist á þann hátt að framleiðslan varð of mikil sem setti störf fólks í hættu.

Þá var fundin sú lausn á þeim vanda að loka verksmiðjunni á laugardögum og sunnudögum, en á þessum tíma vann fólk yfirleitt hálfan daginn á laugardögum. Sami fjöldi starfsfólks vann þó áfram í verksmiðjunni á sömu launum og áður. Færri vinnustundir gerðu það að verkum að minni líkur voru á umframframleiðslu auk þess sem starfsfólkið mætti endurnært til vinnu á mánudögum eftir að hafa varið tíma í afþreyingu og samveru með fjölskyldunni.

Frekari rannsóknir sýndu að tveggja daga helgar urðu til þess að fólk var sjaldnar frá vinnu og þær höfðu jákvæð áhrif á vinnuafköst. Árið 1934 varð því formleg stefna



Sjö daga viku má rekja 4.000 ár aftur í tímann til Babylóníumanna.

## Fimm daga vinnuvika tók þó ekki formlega gildi í Bandaríkjunum fyrr en árið 1932.

fyrirtækisins að hafa tveggja daga helgar.

## Eykur ánægju í starfi og afköst

Undanfarið hefur stytting vinnuvikunnar verið mikið í umræðunni og er ákvæðið um það nú þegar komið inn í suma kjarasamninga. Í síðustu kjarasamningum félagsmanna VR var samið um að stytta vinnuvikuna um 9 mínútur á dag fyrir starfsmann í fullu starfi. Það gerir 45 mínútur á viku. BSRB hefur barist fyrir því að lögfasta styttingu vinnuvikunnar niður í 35 stundir í dagvinnu og að vinnuvika vaktavinnufólks verði 80% af vinnutíma dagvinnufólks án þess að laun fólks skerðist.

Rannsóknir hafa sýnt að styttri vinnuvika leiðir til aukinnar ánægju í starfi og afköst verða meiri en það er þó óljóst hversu mikið má stytta hana án þess að hafa áhrif á afköst. Tilraunir hafa verið gerðar í einstökum fyrirtækjum í nokkrum löndum með að hafa fjögurra daga vinnuviku. Þær tilraunir hafa skilað misjöfnum árangri. Fyrirtæki í Svíþjóð sem gerði slíka tilraun þurfti að fá inn auka starfsfólk til að bæta upp fyrir styttri vinnutíma hjá starfsfólkinu sem var fyrir. Þar var því aftur tekin upp fimm daga vinnuvika. Svipaða sögu er að segja um bandarískt fyrirtæki sem gerði álika tilraun. Fyrirtæki á Nýja-Sjálandi sem fækkaði vinnudögum niður í fjóra daga í viku fann aftur á móti ekki fyrir neinum breytingum á vinnuframlagi auk þess sem stór hluti starfsfólks kvaðst finna meira jafnvægi á milli vinnu og einkalífs eftir breytingarnar.

Hvort fjögurra daga vinnuvika sé eitthvað sem koma skal er enn óljóst og ekki í umræðunni hér á landi enn sem komið er, en fjórir og hálfur dagur er kannski ekki svo fjarlægur draumur.

Heimild: bbc.co.uk

www.fridaskart.is



Glæsilegir skartgripir  
innblásnir af íslenskri sögu

fríða

GULLSMÍÐUR & SKARTGRIPAHÖNNUÐUR

Skólavörðustíg 18 – www.fridaskart.is



# Öflug blanda og staðfest virkni fyrir sveigjanlegri liði og sterkari bein

Eylíf heilsuvörulínan býður nú upp á tvær nýjar vörur, Active JOINTS og Stronger BONES, sem bæta heilsu liða, styrkja beinin og eru öflug fyrir meltinguna. Vörurnar eru unnar úr hreinum íslenskum hráefnum, framleiðslan er á Íslandi og öll hráefnin eru bæði sjálfbær og vistvæn.

**V**íð vöndum til verka og sækjum í sjálfbærar auðlindir úr sjó og af landi. Við notum hreina íslenska náttúruafurð, náttúruleg og hrein hráefni sem ekki eru erfðabreytt og stuðla að sveigjanlegri liðum, því með sveigjanlegri líkama erum við færari til að takast á við verkefni í dagsins önn,“ segir Ólöf Rún Tryggvadóttir, stofnandi Eylíf.

Active JOINTS inniheldur uppbyggjandi næringarefni og hefur áhrif á auma og viðkvæma liði, eykur sveigjanleika þeirra, styrkir bein og eykur orku ásamt því að húð, neglur og hár njóta góðs af.

Active JOINTS inniheldur eingöngu íslensk hráefni með staðfesta verkun: kalkþörungum, smáþörungum (Astaxanthin), GeoSilica, birki, C-vítamín og D3-vítamín.

#### Virkar vel á liðina

- Eykur liðleika og minnkar óþægindi
- Vinnur vel á viðkvæmum og aumum liðum
- Styrkir beinin, byggir upp bein og bandvef
- Eykur orku og þrek og styttr tímarn í endurheimt
- Öflugt andoxunarefni, góð vörn fyrir frumur líkamans
- Styrkir meltinguna og kemur jafnvægi á hana
- Nærandi fyrir húðina, hárið og blóðrásina

Stronger BONES inniheldur uppbyggjandi næringarefni, en margra ára rannsóknir hafa sýnt fram á jákvæð áhrif þeirra á beinauppbyggingu. Það hefur fyrst og fremst áhrif á styrkingu beina en húð, liðir, neglur og meltingin njóta líka góðs af. Stronger BONES inniheldur eingöngu íslensk hráefni með staðfesta verkun: kalkþörungum, GeoSilica, C-vítamín, D3-vítamín ásamt sinki og mangan.

#### Byggir upp og styrkir beinin og bandvef

- Styrkir varnir líkamans
- Eflir ónæmiskerfið
- Eykur liðleika, gott fyrir liðina
- Styrkir og bætir meltinguna
- Nærandi fyrir húðina og hárið
- Tuggutöflur, tyggið 3 töflur á dag

Eylíf vörurnar fást í öllum apótekum, Fjarðarkaupum, Hagkaupi, Heilsuhúsinu, Melabúðinni og á [www.eylif.is](http://www.eylif.is)



#### Laus við óþægindi í hnjam og brjóstsviðinn er horfinn

„Ég var búinn að taka annað fæðubótarefni í nokkur ár vegna óþæginda í slitnum hnjam. Ég var samt alltaf með einhver óþægindi, sérstaklega í öðru hnenu, þegar ég var undir miklu líkamlegu álagi.

Ég skipti yfir í Active JOINTS og fljótlega minnkuðu verkirnir og hættu svo alveg. Ég er samt búinn að vera undir miklu líkamlegu álagi og hef keppt meira í hjólræiðum en nokkru sinni áður.

Annað gerðist sem ég átti ekki von á. Ég hef þjást af miklum brjóstsviða í mörg ár og verið að tyggja brjóstsviðatöflur og taka

kúra reglulega. Ég áttaði mig á því eftir að hafa tekið Active JOINTS í nokkrar vikur að ég hafði ekki fundið fyrir brjóstsviða í nokkurn tíma. Eina skýringin sem ég fann var að Active JOINTS virkaði svona vel á meltingarkerfið hjá mér. Þvílíkur léttir sem þetta var fyrir mig. Ég get ekki annað en mælt með Active JOINTS.

Þetta er öflugt efni.

**Hartmann K. Guðmundsson**



Stronger Bones styrkir bein ásamt því að hafa áhrif á meltingu, húð, hár og neglur.

Active Joints inniheldur næringarefni sem hafa jákvæð áhrif á heilsu beina, liðamóta, húð og tennur.



#### Meltingin komin í lag

Til margra ára hef ég átt í vandræðum með meltinguna sem hefur valdið mér töluvert miklum óþægindum. Ég hef notað Stronger BONES tuggutöflurnar undanfarið til að styrkja beinin og meltinguna. Stronger BONES hefur reynst mér vel frá fyrsta degi og meltingin er komin í mjög gott lag. Ég fæ mér þrjár töflur á dag og það er líka svo þægilegt að taka þær, því þetta eru tuggutöflur og góðar á bragðið. Ég mæli tvímælaust með Stronger BONES.

**Sigríður Lovisa Sigurðardóttir**



**EYLÍF**

Heilsan er dýrmætust



# Fæðingatiðni lækkar á Norðurlöndum

Aldrei hafa konur fætt jafnfá börn á Íslandi, í Noregi og Finnlandi. Þetta er niðurstaða nýrrar rannsóknar á fólksfjöldaþróun á Norðurlöndunum sem var unnin fyrir Norrænu ráðherranefndina.

Oddur Freyr  
Þorsteinsson

oddurfreyr@frettabladid.is



**A**ð meðaltali fæðir hver kona á Íslandi, í Noregi og Finnlandi færri börn nú en nokkru sinni fyrr. Þetta kemur fram í nýrri skýrslu um rannsóknina, sem fjallað var um á norska vefnum Science Norway.

Anna Karlsdóttir er einn höfunda rannsóknarinnar, en hún starfar við rannsóknir hjá NordRegio, sem rannsakar byggðapróun og skipulagsmál fyrir Norrænu ráðherranefndina. Í fréttatilkynningu vegna rannsóknarinnar segir hún að við séum að stefna í álíka ástand og í Kína, án þess að takmarka barn-eignir fjölskyldna eins og lengi var gert þar.

Norðurlönd hafa lengi haft háa fæðingatiðni, sem er að hluta rakið til öflugs velferðarkerfis og stuðnings við barnafjölskyldur. En þetta virðist ekki hafa jafn mikil áhrif og áður og Anna segir að þessi lönd séu að verða meira eins og restin af heiminum.

Frjósemi hefur minnkað á næstum öllum Norðurlöndunum, meira að segja á Grænlandi, þar sem hún hefur yfirleitt verið mikil. Nú fæðir hver kona þar að meðaltali tvö börn.

## Minnst frjósemi í Finnlandi

Í Finnlandi hefur fæðingatiðnin lækkað meira en nokkurs staðar. Þar fæðir hver kona nú að meðaltali 1,4 barn, en árið 2010 var talan 1,9. Noregur er í öðru sæti, með 1,56 barn á hverja konu, en talan var 1,96 árið 2010. Fæðingatiðnin er því orðin lægri í þessum löndum en hún er að meðaltali í Evrópusambandsríkjum, þar sem talan er 1,59.

Fæðingatiðni í Svíþjóð og Danmörku er enn tiltölulega há. Í Svíþjóð fæðir hver kona að meðaltali 1,76 barn og í Danmörku er talan 1,72. Þessi lönd toga meðaltal Norðurlanda yfir meðaltalið í ESB-ríkjum.

Rannsakendur komust að því að fæðingatiðni væri stundum ólík á mismunandi svæðum innan landa. Þannig er fæðingatiðni til dæmis hærra meðal Sama í Norður-Svíþjóð en annars staðar í landinu. Það sama gildir um sveitarfélagið Granvin í Vest-



Á Norðurlöndum hefur lengi verið há fæðingatiðni, sem er að hluta rakið til öflugs velferðarkerfis og stuðnings við barnafjölskyldur. En þetta virðist ekki hafa sömu áhrif og áður.

MYND/GETTY



Fæðingatiðni hefur dregist meira saman í mörgum löndum en sérfræðingar gerðu ráð fyrir, fyrir nokkrum árum. Nú eru rannsakendur að reyna að finna betri leiðir til að spá fyrir um fólksfjölda. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Fæðingatiðni hefur dregist meira saman í mörgum löndum en sérfræðingar gerðu ráð fyrir, fyrir nokkrum árum.

landet-sýslu í Noregi og sveitarfélögin Snillfjörð, Tydal, Álfjörð og Roan í Trøndelag-sýslu. Einnig er mikill munur á milli svæða innan Finnlands.

## Eignast fyrsta barn síðar

Rannsakendur segja að megin-skýringin á þessari þróun sé að konur séu að eignast sitt fyrsta barn síðar á ævinni en áður. Í dag er meðalaldur mæðra þegar þær eignast sitt fyrsta barn 30 ár á Norðurlöndunum, en að meðaltali voru þær 21 árs árið 1971.

Fjöldi kvenna sem verða mæður í fyrsta sinn fyrir 25 ára aldur hefur minnkað á öllum Norðurlöndunum, en fjöldi þeirra sem

verða mæður í fyrsta sinn eldri en 35 ára, hefur aukist. Aldur kvenna þegar þær verða mæður í fyrsta sinn hefur hækkað á Íslandi og í Danmörku, Finnlandi og Noregi.

Fæðingatiðni hefur dregist meira saman í mörgum löndum en sérfræðingar gerðu ráð fyrir, fyrir nokkrum árum. Nú eru rannsakendur að reyna að finna betri leiðir til að spá fyrir um fólksfjölda.

## Ungt fólk fer úr sveitinni

Fólki hefur fækkað í minni byggðarlögum vegna þess að ungt fólk flytur burt í svo miklum mæli. Hlutfall fólks á aldrinum 20-29 ára í norrænum borgum hefur aukist um 47 prósent á síðustu 19 árum, á meðan hlutfall sama hóps hefur minnkað um 54 prósent í smærri bæjarfélögum, samkvæmt skýrslunni.

Ástandið er sérlega slæmt í Finnlandi, þar sem er algengt að 40-60 prósent ungs fólks flytji burt úr smábæjum.



BYRJADU DAGINN MEÐ  
**FRÉTTABLAÐINU**

Lestu Fréttablað dagsins í snjalltækinu þínu, hvar og hvenær sem er!

Sæktu Fréttablaðsappið frítt!





# Smáauglýsingar

550 5055

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

## Bílar & Farartæki

### KRÓKUR

#### ÞARFTU 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

#### PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.  
Upplýsingar í síma 868-2055

### 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

#### LÖGG. MÁLARAMEISTARI

Tökum að okkur alla málningarvinnu, fagmennska og sanngjarnt verð. Málningarþjónusta Egils ehf. S:868-5171. egillsverris@gmail.com

Málningarþjónusta S: 782-6034.

#### REGNBOGALITIR EHF.

Alhliða málningarþjónusta. Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna löggiltra fagmanna. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

### Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

### Skemmtanir

Bingóleiga  
bingospil.is

### Húsviðhald

#### VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.

Proventus starfsmannaþjónusta  
- proventus.is Sími 551-5000  
Netfang proventus@proventus.is

#### FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

### PROSTONE

» Smíðavinna

» Múrvinna

» Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780

prostone@prostone.is

#### NULL

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

### PROSTONE

» Jarðvinna

» Drenlagnir

» Hellulagnir

» Þökulagnir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780

prostone@prostone.is

### Trésmíði

#### TRÉSMÍÐUR

tekur að sér stór og smá verk sanngjarnt verð s 8924624 net sjgverktakar@gmail.com

### Keypt & Selt

### Til sölu



Kassagítarar á tilboði

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

### Húsnæði

### Geymsluhúsnæði

#### GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

plettac distribution

**VELKOMIN Í SMÍÐSBÚÐ 10 VPALLAR.IS**

Plettac vinnupallar - Protekt fallvarnarbúnaður Öruggar lausnir

**VINNUPALLAR EHF**  
Smíðsbúð 10, 210 Garðabæ - s. 787 9933  
vpallar@vpallar.is - www.vpallar.is

# Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

### LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta. Metum ástand og gerum við. www.fjarðarbolstrun.is

Fjarðarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjarðarbolstrun@gmail.com

### Gæðamúr ehf.

Gunnar Björn Jónsson  
Löggiltur múrarmeistari  
Sími: 845-4050  
E-mail: gaedamur@gmail.com

Alhliða múrverk - Flísalagnir - Flotun - Steining

### WORK NORTH

worknorth.is

HÚSARIF • JARÐVEGSVINNA  
STEYPUSÖGUN • KJARNABORUN • MÚRBROT

Sími. 852-5804 | 852-5808 | worknorth@simnet.is

### viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

### ishúsið

S: 566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

### 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 upplis: reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

### ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is





**STAKFELL**  
FASTEIGNASALA | 1984

**535-1000**  
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK



## FJÁRFESTAR-ATHUGIÐ

### ATVINNUHÚSNÆÐI TIL SÖLU- MEÐ LEIGUSAMNINGUM

Vorum að fá í einkasölu þetta glæsilega og nýlega atvinnuhúsnæði (Heildareignin). Húsið stendur í Norðlingaholti og er um 2460 fm á tveimur hæðum. Öll efri hæð hússins er leigð til Reykjavíkurborgar langfímaleigu (Norðlingaskóli). Á neðri hæð eru eru átta atvinnubil með innkeyrsluhurðum sem eru í útleigu að mestu. Hagstæð áhvílandi lán. Allar nánari upplýsingar veitir undirritaður og sýnir eignina eftir nánara samkomulagi:

#### NÁNARI UPPLÝSINGAR:

**Stefán Hrafn Stefánsson**

hdl,lögg.fast. - 895-2049 - stefan@stakfell.is



GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI

Capacent

Nýtt!

## Capacent flokkun

Sparar tíma og fyrirhöfn!



Alfred

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabíl.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöðum.

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



## Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031  
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.





# Fermingarskraut í úrvali!

- Myndaveggir
- Nammibarir
- Kortakassar
- Serviettur
- Borðrenningar
- Veggborðar þar sem hægt er að raða bókstöfum saman í hvaða orð sem er, t.d. nafn fermingarbarns, „Ferming“, „Myndaveggur“, „Kort“, „Nammibar“
- Blöðrur (fyrir loft/helium)
- Blöðrubogar/lengjur/hringir (fyrir loft)
- Súkkulaðiegg í þemalíttum veislunnar
- Kerti
- Og margt fleira

Vöruúrvalið er að finna á facebook síðu Partybúðarinnar



Finndu okkur á



Faxafeni 11 • Sími 534 0534

Sendum á landsbyggðina





„Ég fór að hugsa um kynslóðirnar, af hverju við sem tilheyrum miðaldrakynslóðinni værum að lenda í kulnun,“ segir Inga Dagný. MYND/AÐUNN NIELSSON

Gunnþóra  
Gunnarsdóttir  
gun@frettabladid.is



Síðan í gær er allt breytt. Ég missti einhvern veginn stjórnina á sjálfri mér, lífinu og bara öllu. Ég kom illa fram við eina af samstarfskonum mínum, lét skapið stjórna mér og svo bara hrundi allt.

Þannig hefst bókin Konan sem datt upp stigann – saga af kulnun – eftir Ingu Dagnýju Eydal, hjúkrunarfræðing og söngkonu á Akureyri. Fyrsti kaflinn er dagbókarbrot frá febrúar 2016. Við lestur bókarinnar fáum við að skyggjast í dagbókina af og til og fylgjast með baráttunni við kvíða og ofþreytu en líka bataferli. Á blaðsíðunum þar á milli er saga Ingu Dagnýjar allt frá barnæsku og hugleiðingar hennar um orsakir og afleiðingar. Á ýmsu gengur en húmorinn er skammt undan.

„Lífið fer oft bara sínu fram, ég er að verða búin að læra það,“ segir Inga Dagný þegar ég hringi í hana norður og falast eftir viðtali. Hún segir huga sinn oft dálítið ofvirkan. „Það mundi maðurinn minn, hann Friðrik Jónsson, að minnsta kosti segja. Ég er afar heppin með hann en hann horfir stundum á mig svolítið ringlaður og spyr: „Bíddu, hvar erum við núna?“ Lætur þetta allt þó yfir sig ganga, gláður. Hann er sönnun þess í mínu lífi að lukkan getur komið seint en hún er ekki verri fyrir það.“

Inga Dagný kveðst hafa mikla sköpunarþörf og bókin hennar er gott dæmi um það. Hún segir hvatann að henni vera veikindin sem helltust yfir hana fyrir fjórum árum, þegar hún upplifði það að vera útbrunnin. „Þegar ég var sem veikust reyndi ég að halda dagbók til að henda einhverjar reidur á því af hverju hlutirnir væru eins og þeir væru. Þegar frá leið og líðanin batnaði fór ég að lesa þessi dagbókarbrot og velta fyrir mér hvort hægt væri að nýta þau til að setja sjúkdóms-einkennin í samhengi við annað.“

# Upplifði að vera útbrunnin

Streita getur valdið langvarandi veikindum. Því hefur **Inga Dagný Eydal**, hjúkrunarfræðingur og söngkona, kynnst. Saga hennar, Konan sem datt upp stigann – saga af kulnun, er nýkomin út hjá Forlaginu/JPV.

Sjálf kveðst hún hafa verið leitandi að lesefni um streitu og kulnun og orsakir þeirra. „Ég fór að hugsa um kynslóðirnar, af hverju við sem tilheyrum miðaldrakynslóðinni værum að lenda í kulnun, hvernig ungu konurnar með börnin lítil, meistaranámið og starfsferilinn koma út úr lífinu og hvernig kynslóðunum á undan okkur hafi reitt af; konum með full hús af börnum, konum sem lentu í alls konar sorgum og erfiðleikum sem mátti ekki einu sinni tala um. Þær urðu auðvitað líka veikar, það hét bara ekki kulnun þá heldur taugaáfall, móðursýki og hystera. Mér fannst fróðlegt að velta þessu fyrir mér og ákvað að athuga hvort Forlagið hefði áhuga á að ég ynni áfram með efnið, fékk góðar undirtektir og ritstjórn Oddnýjar Jónsdóttur.“

## Við slögum hvergi af

Inga Dagný segir athyglisvert að skoða kulnun út frá fleiri hliðum en vinnuálagi. „Fólk örmagnast í per-

sónulegum aðstæðum, í slæmum hjónaböndum, með langveik börn og við erfiðar félagslegar aðstæður. Konum á mínum aldri er tamt að reyna að passa inn í einhver form sem samfélagið skapar. Ég er fædd 1963 og mamma benti mér á að ég og mín kynslóð kvenna væri eiginlega sú fyrsta sem gerði þær kröfur á sig sjálfar að afla sér háskólamenntunar, eiga árangursríkan feril í atvinnulífinu, gæta þess að börnin njóti allra sinna tækifæra og gera líka allt sem hennar kynslóð gerði, taka slátur, baka sjö sortir fyrir jólin og halda öllu í röð og reglu. Við slögum hvergi af, bara bættum á okkur. Ég vona sannarlega að konur séu hættar að bæta við þetta stóra kvenlega samviskubit sem við virðumst hafa komið okkur upp í aldanna rás.“ Hún nefnir líka útlitskröfurnar sem eru gerðar til kvenna og erfitt er að standast. „Ég fór ekki varhluta af sliikum fordómum, svo stór og mikil sem ég hef alltaf verið.“

Erfitt segir Inga Dagný að leggja

mat á að hve miklu leyti sá rammi sem hún reyndi að passa inn í, sé rótin að hennar vandamálum „Í þeirri sjálfsvinnu sem kom í framhaldi af því að veikjast fór ég að skyggjast aftur í tímann. Við konur tókum því sem gefnu að karlmaðurinn væri aðalnémerið, við áttum að vera litlar, ljúfar og sætar, með ljósa hárið og allt það, penar og dömu-legalar. Ég var ekki svona en reyndi ofboðslega mikið til þess. Þó var engin pressa heima, hún var bara í þjóðfélaginu allt um kring. Maður hjó af sér hæl og tá, eins og í Óskubuskusöggunni, til að passa líkamlega og hugarfarslega inn í þetta módel – sem er staðall sem enginn getur eiginlega uppfyllt og á ekkert að reyna. Það er kjarninn í þessu öllu að við þurfum að vera við sjálf, eins og við erum, bæði strákar og stelpur, konur og karlar.“

Sextán ára hóf Inga Dagný að syngja með hljómsveit föður síns, Ingimars Eydal og stóð þar sína plikt flestar helgar næstu tuttugu árin. Það jók henni þó ekki sjálfs-traust að standa uppi á sviði og syngja.

„Ég elskaði að syngja og geri enn, þó ég sé fyrir löngu hætt að vera söngkona að atvinnu. Að vera á sviði var eitthvað sem mitt fólk gerði og sviðið var fyrir mér eins og hver annar vinnustaður. Það að búa til tónlist með góðu fólki var alltaf skemmtilegt en sjálfs-traust hafði ég ekki.“ Hún bendir á að hrósmenning sé frekar ný í samfélaginu. „Á Akureyri var ekki mikið vera að hrósa á árum áður, og örugglega ekki á Íslandi yfirleitt. Það þótti bara ýta undir að fólk gæti ofmetnast og héldi að það væri eitthvað. Pabbi minn var þó duglegur að hrósa fyrir það sem vel var gert og hrósa innra með mér, ekki fundist ég verðskulda það.“

## Árangursmiðað þjóðfélag

Það er sláandi að lesa í bókinni hvernig starfsferli Ingu Dagnýjar sem hjúkrunarfræðings í stjórn-



**ÞAÐ ER KJARNINN Í ÞESSU ÖLLU AÐ VIÐ ÞURFUM AÐ VERA VIÐ SJÁLF, EINS OG VIÐ ERUM, BÆÐI STRÁKAR OG STELPUR, KONUR OG KARLAR.**

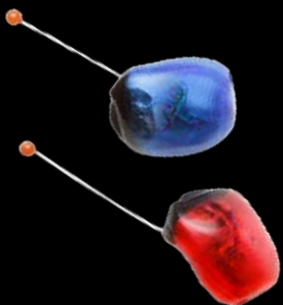
unarstarfi lauk. Nú eru fjögur ár síðan og hún hefur ekki hugmynd um hvað var á tölvuskjánum þegar hún gekk út, og hvaða erindum hún átti ósvarað. „Það týndist allt í einhverri ringulreið og örvæntingu,“ rifjar hún upp. „Ég átti reyndar eftir að prófa að fara í hálfu vinnu en var alltof veik til þess og bakkaði út úr þeirri tilraun. Maður missir niður allt streituþól og úthald til að beita sér af einhverju viti þegar örmögnun á sér stað. Maður verður bara eitthvað mjúkt og viðkvæmt og orkan fer öll í að halda sér á floti yfir daginn.“

En ég fékk góða aðstoð til endurhæfingar sem ég hefði ekki viljað vera án. Það er veittur góður stuðningur, sérstaklega við að koma sér aftur í að vera vinnuhæfur, því við lifum í árangursmiðuðu þjóðfélagi. Það telst ekki nóg að fólki líði vel, enda kostar endurhæfing mikið. En ekki viljum við vera samfélag með öryrkja sem eru óhamingjusamir vegna þess að þeir geta ekki unnið. Það er enginn gróði af því. Því þarf að styðja við manneskjur þó þær nái ekki því viðmiði að geta unnið launavinnu. Ef liðan fólks er góð fer það að leita annarra leiða til að tjá sig og skapa og reyna að verða sér og öðrum að gagni.“



Beltone **Trust**<sup>™</sup>

# Hlustaðu á hjartað þitt



**Beltone Trust**<sup>™</sup> heyrnartækin gera þér kleift að heyra jafnvel minnstu smáatriði – sem stundum reynast þau mikilvægustu. Við hjá Heyrnarstöðinni leggjum allan okkar metnað í að veita góða þjónustu og bjóða upp á hágæða heyrnartæki. Komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánuð til reynslu.

Kringlunni • Sími 568 7777 • [heyra.is](http://heyra.is)

**HEYRNARSTÖÐIN**







Telma, Rakel og Tinna hafa allar stúderað breytingastjórnun í Háskóla Íslands. Þær geta borið saman reynslu sína af sumum kennurum skólans og áherslum þeirra. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Þrjár mæðgur í meistaranámi

Mæðgurnar **Rakel Sigurgeirsdóttir** og dætur hennar **Telma Eir Aðalsteinsdóttir** og **Tinna Eik Rakelardóttir** stunda allar meistaranám í vetur og allar í Háskóla Íslands. Auk þess er hver og ein með sjálfstæðan rekstur.

Gunnþóra  
Gunnarsdóttir  
gun@frettabladid.is



**Æ**tli við séum ekki allar á því að maður lærir svo lengi sem maður lifir og er ekki tilbúinn til að staðna í einhverju einu," segir Rakel þegar hún veltir fyrir sér af hverju hún og dætur hennar séu allar í meistaranámi.

**Telma:** „Það er samt alger tilviljun að við erum í því á sama tíma. Ég ætlaði ekki í mitt MBA-nám fyrr en næsta haust þegar strákurinn minn væri kominn með aðeins lengri skóladag en nú. En svo fékk ég námsstyrk hjá fyrirtæki sem ég var að vinna hjá og þess vegna ákvað ég að slá til og fara strax. En mamma er búin að vera í námi alla tíð, finnst mér. Alltaf að bæta við sig og getur ekki hætt.“

**Rakel:** „Ég byrjaði reyndar ekki í háskóla fyrr en ég var 29 ára en það var eitthvað sem mig hafði alltaf langað til að gera.“

**Tinna:** „Það kom aldrei annað til greina en að fara í háskólanám. Bæði hafði mamma skapað forðæmið og svo höfum við allar hæfileika til að læra. En það eru líka viss forrættindi að hafa aðstöðu til þess.“

**Telma:** „Mér fannst ég þurfa að flýta mér svo mikið að ég tók BA-námið á tveimur árum í staðinn fyrir þremur. Var í heimspeki, hagfræði og stjórnmálafræði á Bifröst og er bara búin að vinna í við-

skiptum síðan ég útskrifaðist. Þess vegna fannst mér ég þurfa að fara í MBA-nám núna til að bæta við mig þekkingu, þó ég væri með hagnýtu hlutina á hreinu. Setja svona stimpil á það. Við erum allar í Háskóla Íslands. Það er líka tilviljun því ég var meira að stefna á HR en endaði hjá HÍ.“

*Hvað ert þú að læra, Tinna?*

„Ég tók mannfræði til BA-prófs en er í meistaranámi í nýsköpun og viðskiptaþróun sem er frekar nýleg leið í HÍ. Það er tveggja ára nám en ég skipti því upp í þrjú ár því ég er að vinna með. Er að ljúka öðru árinu í vor og á þá eitt eftir og ætla að nota það í meistaranám og líka skiptinám við skóla erlendis.“

*Þarftu að fá hundrað hugmyndir á dag?*

„Nei, það er einn kúrs sem sérstaklega gerir ráð fyrir að vinna úr eigin hugmynd. Annars snýst námið um að hlusta á fyrirlesara sem hafa reynslu af nýsköpun og fræðast um hvernig þeim hefur gengið. Mig langar að setja fókus á samfélagslega nýsköpun. Hún gengur út á hugmyndir sem snúa að því að uppfylla þarfir sem leiða til betra samfélags. Ekki bara til fyrirtækis í formi hlutafjár og bónusa. Þetta fag er kennt á hinum Norðurlöndunum og ég ætla að reyna að koma mér þangað í skiptinám þegar að því kemur.“

Ég startaði sjálf verkefni sem getur fallið í þann flokk. Það heitir Reykjavík Feminist Walking Tour og þar er ég að kynna íslenska kvennasögu, aðallega fyrir erlend-

um gestum og ferðamönnum, og halda þeirri sögu á lofti. Við göngum hring um miðborgina og stoppum á stöðum sem koma íslenski kvennasögu við. Þessi saga er auðvitað í stöðugri þróun enda er ég ekki bara að rifja upp fortíðina í mínum göngutúrum heldur tala ég líka um það sem er að gerast í dag.“

**Viðbótardiplóma í vefmiðlun**

*En Rakel, hver er þín saga?*

„Ég hef verið einhleyp frá upphafi. Ég var enn í menntaskóla þegar Telma fæddist en var komin með stúdentspróf þegar dæturnar voru orðnar tvær. Þegar ég ákvað að fara í Háskólann var það meðal annars vegna möguleikans á hærri tekjum en ég vonaði líka að með því að afla mér háskólamenntunar skapaði ég góða fyrirmynd fyrir dætur mínar. Ég fór í íslensku og fjölmiðlafræði og tók það saman til BA-prófs og bætti síðan við mig diplómu í hagnýtri fjölmiðlun og kennsluréttindanámi í íslensku.“

Lengstan starfsaldur á ég sem íslenskukennari við Verkmenntaskólann á Akureyri. Dæturnar fluttu aftur suður um tvítugt og ég elti þær hingað þegar það var komið ömmubarn. Ég byrjaði aftur í námi enda finnst mér gaman að læra. Núna er ég í upplýsingafræði og þekkingarmiðlun og ákvað strax að taka tveggja ára nám á fjórum árum og vera í vinnu á móti. Ég er verktaki hjá Mími og kenni fólki alls staðar að úr heiminum íslensku sem annað mál – á ýmsum stigum.

Ég hef alltaf haft rosalegan áhuga



**ÉG VONAÐI LÍKA AÐ MEÐ**

**ÞVÍ AÐ AFLA MÉR HÁ-**

**SKÓLAMENNTUNAR**

**SKAPAÐI ÉG GÓÐA FYRIR-**

**MYND FYRIR DÆTUR**

**MÍNAR.**

Rakel

á öllu sem heitir vefmiðlun svo ég tók kúrsa í þeirri grein meðfram. Þegar kom að meistaranám setti ég mér svo metnaðarfull markmið að það hefur verið haft á orði að þau hæfi frekar doktorsritgerð. Niðurstaðan varð sú að skipta verkefninu þannig að námið fram- lengdist um eitt ár og ég útskrifast með viðbótardiplómu í vefmiðlun ásamt MIS-gráðunni í upplýsingafræði. Vonandi næ ég að ljúka báðu núna í vor.“

**Allar þrjár í eigin rekstri**

*Þið eruð í ólíkum greinum en getið þið eitthvað hjálpast að í náminu?*

**Telma:** „MBA-námið er í raun alveg sér, þó við getum auðvitað spjallað saman um ýmis fög. Þær

hafa verið í breytingastjórnun og ég er það líka, þó við séum ekki að vinna verkefni saman.“

**Tinna:** „Við mamma vorum saman í þremur kúrsnum.“

**Rakel:** „Það var svolítið skemmtilegt. Þar höfum við meira að segja verið saman í verkefnahópum.“

**Tinna:** „Það skrítnasta var nú þegar kona sem var með okkur í hóp sagði við mig: „Getur þú kallað hana eitthvað annað en mömmu?“ Henni fannst það einhverra hluta vegna óþægilegt.“

**Rakel:** „En við erum búnar að vera í tveimur kúrsnum saman síðan og þar fannst fólki það bara frekar krúttlegt.“

*Þið sjáid væntanlega fyrir ykkur að meistaranámið opni nýja möguleika?*

**Rakel:** „Já, það er ekki spurning. Ég fór í námið vegna þess að eftir að ég flutti suður hef ég ekki fengið fasta vinnu. Hér á höfuðborgarsvæðinu er eiginlega offramboð á íslenskukennurum þannig að starfsreynsla skiptir engu máli ef maður er ekki með MA-próf. Svo opnar námið fleiri möguleika eins og þá að stofna eigið fyrirtæki. Ég hef verið að þróa og gefa út efni fyrir nám og kennslu í íslensku sem öðru máli.“

**Telma:** „Já, það er kannski líka þínu sérstakt að við erum allar í eigin rekstri. Tinna með Reykjavík Feminist Walking Tour, mamma með Íslenskunámuna og ég og maðurinn minn erum í veitingarekstri, eigum Public House á Laugavegi 24 og hlut í BrewDog á horni Klapparstígs og Hverfisgötu.“



# LAGERSALA SÍÐUSTU EINTÖKIN 50% AFSLÁTTUR

*Verðdæmi*

50%

ISABELLA - 160X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 23.920 KR

FULLT VERÐ 47.840 KR

180X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 41.790 KR

FULLT VERÐ 83.580 KR

50%

DAISY - 160X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 23.920 KR

FULLT VERÐ 37.840 KR

180X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 36.790 KR

FULLT VERÐ 73.580 KR

50%

POPPY - 160X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 15.290 KR

FULLT VERÐ 31.840 KR

180X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 33.790 KR

FULLT VERÐ 67.580 KR

50%

GRACE - 160X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 16.420 KR

FULLT VERÐ 32.840 KR

180X200 CM DÝNA

ÚTSÖLUVERÐ 34.290 KR

FULLT VERÐ 68.580 KR





# TÍMAMÓT



Við þökkum innilega fyrir auðsýnda hlýju, samúð og góðar kveðjur við fráfall og útför ástkærrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Guðrúnar Önnu Ingimundardóttur**

Alúðarþakkir færum við starfsfólki Sólvangs í Hafnarfirði fyrir góða umönnun.

**Elin Jóhannsdóttir**  
**Bára Friðriksdóttir** **Guðmundur Steinþór Ásmundsson**  
**Jón Leví Friðriksson**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæru

**Sigríðar Kristjónu Kristjánsdóttur**

sem lést 15. febrúar.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Einihlíðar á dvalarheimilinu Hlíð, Akureyri, fyrir alúð og umhyggju.

**Kristín Þ. Matthíasdóttir** **Stefán Friðrik Ingólfsson**  
**Ólöf Matthíasdóttir** **Ragnheiður Gísladóttir**  
**Aðalheiður Matthíasdóttir** **Kristján Elís Jónasson**  
Ingimar Ólafsson Waage  
ömmu- og langömmubörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Auðunn Karlsson**

Kriulandi 8, Garði,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja, mánudaginn 9. mars.

**Anna Þór Auðunsdóttir** **Hanna Rún Þór**  
**Guðfinna Auðunsdóttir** **Sveinbjörn Hauksson**  
**Auður Auðunsdóttir** **Sigurvin Heiðar Sigurvinsson**  
**Bjarni Auðunsson** **Sigurros Jónasdóttir**  
**Sigurjón Haraldsson** **Guðný Anna Annasdóttir**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Elsku mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

**Svanhildur Traustadóttir**

frá Patreksfirði,

lést á líknardeild LSH 10. mars.

**Trausti**  
**Magga**  
**Árni**  
**Silja**  
og fjölskyldur.



Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Elsa Friðdís Kristjánsdóttir**

Lækjargötu 30,  
Hafnarfirði,

lést 11. mars.

Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju fimmtudaginn 19. mars kl. 13.00.

**Guðmundur Torfason**

**Halldóra Kristín**  
**Guðmundsdóttir** **Sveinn Rafn Ingason**  
**Torfi Guðmundsson** **Lilja Birkisdóttir**  
**Brynja Guðmundsdóttir**  
**Lárus Skúli Guðmundsson**  
**Anton Guðmundsson** **Guðbjörg Jakobsdóttir**  
**María Hrund Guðmundsdóttir** **Þórir Valdimar Indriðason**  
ömmu- og langömmubörn.



Það litla sem ég hef verið að koma fram sjálfur sem trúbadur hefur verið á Akureyri og þá með kassagítarinn. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Undirheimastemning í uppsiglingu á Akureyri

Söngvar á sextugu dýpi nefnast tónleikar sem haldnir verða í Deiglnunni á Akureyri í kvöld. Tilefnið er sextugsafmæli trúbadorsins og bókahönnuðarins Aðalsteins Svans Sigfússonar. Stefnt er að því að ná upp stemningu sem einatt ríkti í Populus tremula.

Aðalsteinn Svanur Sigfússon, tónlistar- og bókamaður, lætur ekki alheimsfaraldur stöðva sig í að halda úr borginni til Akureyrar og hefja þar upp raust sína með öðrum eyfirskum trúbadorum. Söngvar á sextugu dýpi nefnist viðburðurinn sem fyrirhugaður er í Deiglnunni í kvöld og til hans er efnt vegna sextugsafmælis Aðalsteins Svans sem var í vikunni.

„Ég átti nú hátt í fimmtíu ár fyrir norðan. Mitt fólk er þar og allir mínir músikantar,“ segir Aðalsteinn Svanur til skýringar – og heldur áfram. „Þá sjaldan ég kem fram sem tónlistarmaður geri ég það fyrir norðan. Einu sinni á Rósenberg reyndar. En það litla sem ég hef verið að koma fram sjálfur sem trúbadur hefur verið á Akureyri og þá með kassagítarinn.“

Aðalsteinn Svanur kveðst titla sig bókahönnuð. „Ég starfa við að hanna bókarkápur og brjóta um bækur. Það er mitt svið í lífinu þessi árin. Ég vinn sjálfstætt og er með skrifstofu heima, sem er æðislegt.“

Hann hefur þó ekki alltaf verið bókahönnuður, því kemst ég að þegar ég inni hann eftir starfsferlinum. „Lengi framan af var ég skógræktarmaður að atvinnu fyrir norðan og svo auglýsinga-

### Trúbadorarnir

Á tónleikunum í Deiglnunni koma fram, ásamt afmælisbarninu Aðalsteini Svani, þau Arnar Tryggvason, Arna Valsdóttir, Guðmundur Egill Erlendsson, Kristján Pétur Sigurðsson, Helgi Þórsson, Sigurður Ormur Aðalsteinsson og Þórarinn Hjartarson.



Ég starfa við að hanna bókarkápur og brjóta um bækur. Það er mitt svið í lífinu þessi árin. Ég vinn sjálfstætt og er með skrifstofu heima, sem er æðislegt.

hönnuður eftir það. Eftir að ég flutti suður árið 2007 rak ég og starfaði við bókaútgáfu, ásamt félagi mínum, í ein sjö ár, bókaútgáfuna Uppheimar. Svo fórum við á hausinn með glæsibrag. En þar kynntist ég vel bókabransanum og öllum sem í honum starfa svo ég bjó mér til framhaldslíf eftir það með því að

harka frilans sem bókahönnuður. Það hefur alveg gengið.“

Þá vikur talinu aftur að tónleikunum í kvöld. Aðalsteinn Svanur gerir ráð fyrir að flestir flytjendurnir þar séu með sitt eigið frumsamda efni en að svo verði líka teknir góðir og þekktir slagarar. „Ég á von á að heyra eitthvað frá Tom Waits, Nick Cave og fleirum,“ segir hann.

Fram hefur komið að í Deiglnunni í kvöld ætli hinir eyfirsku trúbadorar að reyna að endurvekja andann sem ríkti í menningarmiðjunni Populus tremula sem var í kjallara handan götunnar í Listagilinu um tíu ára skeið. „Þar var svona undirheimastemning,“ upplýsir Aðalsteinn. Hann kveðst hafa verið í Populus tremula allan tímann og reyndar formaður allt til loka. „Þetta var alveg sérstakur tími í lífi mínu.“

Aðalsteinn Svanur segir að á tíu ára ferli sínum hafi Populus tremula staðið fyrir um þrjú hundruð menningarviðburðum af öllum toga, í músík, bókmenntum, myndlist, hverju sem var. „Við sem vorum í þessum hópi lifðum alveg fyrir þetta starf og allir sem koma fram á tónleikunum nuna gerðu það margoft í Populus tremula. Ef einhver þorir að mæta á samkomu á þessum síðustu tímum þá býst ég við að þarna verði fastagestirnir þaðan. Eða ég vonast til þess.“ [gun@frettabladid.is](mailto:gun@frettabladid.is)





Í fremri röð eru: Elín Freyja Hauksdóttir læknir og Lionskonurnar Erla Einarsdóttir, Ásdís Olsen, Eva Ragnarsdóttir og Erla Berglind Antonsdóttir. Í aftari röð eru Guðrún Dadda Ásmundsdóttir, framkvæmdastjóri heilsugæslu, og Lionsmennirnir Unnsteinn Guðmundsson, Hannes Ingi Egilsson, Jón Bragason og Steinþór Hafsteinnsson. MYND/EYSTRAHORN

# Gjafir þegnar með þökk

Lionsklúbburinn Kolgríma og Lionsklúbbur Hornafjarðar færðu Heilbrigðisstofnun Suðausturlands góðar gjafir nýlega. Um var að ræða eyrnaþrýsti- og augnþrýstimæla.

Gjafir okkar til Heilsugæslu Hornafjarðar hafa alltaf verið þegnar með þökkum og svo var einnig nú,“ segir Ásdís Olsen, húsfreyja á Höfn. Hún var í hópi Lionsfólks sem afhenti heilsugæslunni á staðnum eyrnaþrýstimæli og augnþrýstimæli nú í vikunni. Eystrahorn greinir frá því.

Innt eftir öðrum viðfangsefnum Lionsklúbbsins Kolgrímu, sem Ásdís tilheyrir, upplýsir hún að krafturinn mætti vera meiri í starfinu. „Við erum orðnar svo fáar í klúbbum. Hann sofnadi nú alveg á tímabili en svo tókst að vekja hann aftur, konum í honum þyrfti samt að fjölga. Ég held að við séum þrettán eða fjórtán. Við erum ekki fleiri – en við gerum ýmislegt til að safna fé,“ segir hún og nefnir sem dæmi að fyrir bóndaðaginn selji Lionskonurnar hákarl í krukku og ýmislegt sem þær hafi bakað. Þær setji upp basar á ganginum í Nettó, það sé mjög góður staður.

„Við í Lionsklúbbunum ætluðum að skemmta okkur á morgun, karlarnir ætluðu að vera með kúttmagakvöld og við konurnar með krúttmagakvöld en því hefur öllu verið frestað út af COVID-19 faraldrinum. Ein afleiðing okkar Lionskvenna til að afla fjár fyrir klúbbinn hefur verið sú að laga mat fyrir Lionskarlana sem þeir hafa greitt okkur fyrir.“ Ekki segir hún þær þó hreinsa kúttmag-



Fólk er farið að hamstra hér eins og annars staðar. Þó er búið að segja í fréttum að fólk þurfi ekki að hamstra, það sé nóg af vörum í landinu en það tekur enginn mark á því.

ana og fylla. „Það verða þeir að gera sjálfir,“ segir hún hlæjandi. „Við búum bara til fiskrétti ofan í þá. Fáum hráefni hjá bátunum. Á Sigurði Ólafssyni hafa menn til dæmis alltaf verið viljugir að láta okkur hafa fisk. Við vorum með marga rétti í fyrra en ætluðum aðeins að fækka þeim núna. Sáum hverjir borðuðust best og ætluðum að einbeita okkur að þeim.“

Vorud þið ekki farnar að undirbúa þessa máltíð? „Jú, en hráefnið er í frosti. Við ætluðum að nota daginn í dag og morgundaginn til að útbúa hana. Það eru allar samkomur að leggjast af í bili. Reyndar verður blúshátíð hér í kvöld (föstudag) en annars er verið að aflýsa öllum mannfögnuðum. Það var búið að auglýsa aðalfund hjá eldri borgurum en það er búið að fresta honum.“

Eru einhverjar aðrar aðgerðir í gangi

## Brot úr þakkarávarpi heilsugæslunnar:

Eyruþrýstimælirinn mælir hvort hljóðhimnan hreyfist. Hjá börnum er algengt að þau heyri illa vegna vökvu í eyrum í kjölfar eyrnabólgu. Hægt er að mæla nýfædda og fólk á öllum aldri. Augnþrýstimælir er ekki staðalbúnaður á heilsugæslum almennt. Þar sem heilsugæslan er einnig bráðamóttaka fyrir Suðausturland teljum við mikilvægt að við getum metið, greint og meðhöndlað bráð augnvandamál eins og önnur vandamál.

til að forðast COVID-19 þarna fyrir austan?

„Ja, fólk er farið að hamstra hér eins og annars staðar. Þó er búið að segja í fréttum að fólk þurfi ekki að hamstra, það sé nóg af vörum í landinu en það tekur enginn mark á því. Við höfum ágæta Nettóverslun og það koma alltaf vörur í hana að sunnan með bílum, svo það er engin bráð hætta á matarskort.“

Spurð að lokum hvort veturinn hafi verið sæmlega hagstæður á Höfn svarar Ásdís:

„Hann hefur verið voða rysjóttur en það er allt í lagi ef sumarið verður gott.“  
gun@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST: 14. MARS 1987

## Frækilegt björgunarafrek unnið í Dritvík

Þýrla Landhelgisgæslunnar bjargaði allri áhöfn Barðans GK 475, samtals níu mönnum, þegar skipið strandaði í Dritvík á Snæfellsnesi þennan mánaðardag árið 1987. Aðstæður voru afar erfiðar. Björgunarsveitir voru kallaðar út á áttunda tímanum að morgni. Þær voru komnar á strandstað hálf tíma síðar. Ógerningur var að ná skipverjum í land með línu vegna aðstæðna á strandstað svo þýrlan sannaði gildi sitt svo um munaði.

Fram kom í sjóprófum að enginn hefði verið í brú skipsins og siglingatækin biluð þegar Barðann rak á land. Skipstjórinn hafði brugðið sér niður í matsal og taldi skipið vera á öðrum stað en raunin var. Aðrir skipverjar sendu frá sér yfirlýsingu eftir strandið, þeir lýstu fullum stuðningi við skipstjórnann og sögðust treysta sér til að sigla undir hans stjórn um ókomna tíð.



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,  
**Grétar Þór Sigurðsson**  
Austurgötu 11, Keflavík,  
lést á Landspítalanum v/Hringbraut,  
miðvikudaginn 26. febrúar.

Jarðarförin verður auglýst síðar.

**Signý Hrönn Sigurhansdóttir**

**Gunnar Þór Grétarsson** **Sólveig Gísladóttir**  
**Bryndis Grétarsdóttir** **Hafsteinn Guðmundsson**  
**Magnea Grétarsdóttir** **Sigurður R. Magnússon**  
og barnabörn.



Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug við andlát og útför elskulegs föður okkar, tengdafaður, afa, langafa og langalangafa,

**Einar Sverrissonar**

viðskiptafræðings,  
Hlíðarhúsum 5,  
Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks á hjúkrunarheimilinu Eir.

**Porgeir Einarsson** **Halla Kristín Þorsteinsdóttir**  
**Sverrir Einarsson** **Tryggvi M. Baldvinsson**  
**Vilborg Rósa Einarsdóttir** **Sigurlaug Vigdís Einarsdóttir**  
**Sigrún Unnur Einarsdóttir** **Sigurjón Bragason**  
og afabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Þuríður Erla Erlingsdóttir**  
sundkennari,

lést 10. mars á Hrafnistu í Reykjavík.  
Útförin fer fram frá Lindakirkju  
föstudaginn 20. mars kl. 13.00.

**Guðfinna Helgadóttir** **Guðni Einarsson**  
**Sigríður Helgadóttir** **Birgja H. Sigurðsson**  
**Helgi Helgason** **Brynja Tómasdóttir**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Unnur Sigríður Björnsdóttir**

Sléttuvegi 11, Reykjavík,

lést á Öldrunardeild LSH að  
Vífilsstöðum þann 3. mars sl.

Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

**Ragnheiður Jónsdóttir** **Eliás G. Magnússon**  
**Garðar Jónsson** **Hulda Óskarsdóttir**  
**Mary A. Campbell**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Við þökkum innilega fyrir auðsýnda hlýju, samúð og góðar kveðjur við fráfall okkar elsku móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Helgu Guðjónsdóttur**

frá Ökrum,  
Höfðagrunn 14b,  
Akranesi.

**Ingiríður B. Kristjánsdóttir** **Ólafur Ólafsson**  
**Smári H. Kristjánsson** **Nikolína Th. Snorradóttir**  
**Guðjón Kristjánsson** **Ingibjörg Sigurðardóttir**  
**Guðrún H. Kristjánsdóttir** **Vicente Carrasco**  
barnabörn og barnabarnabörn.



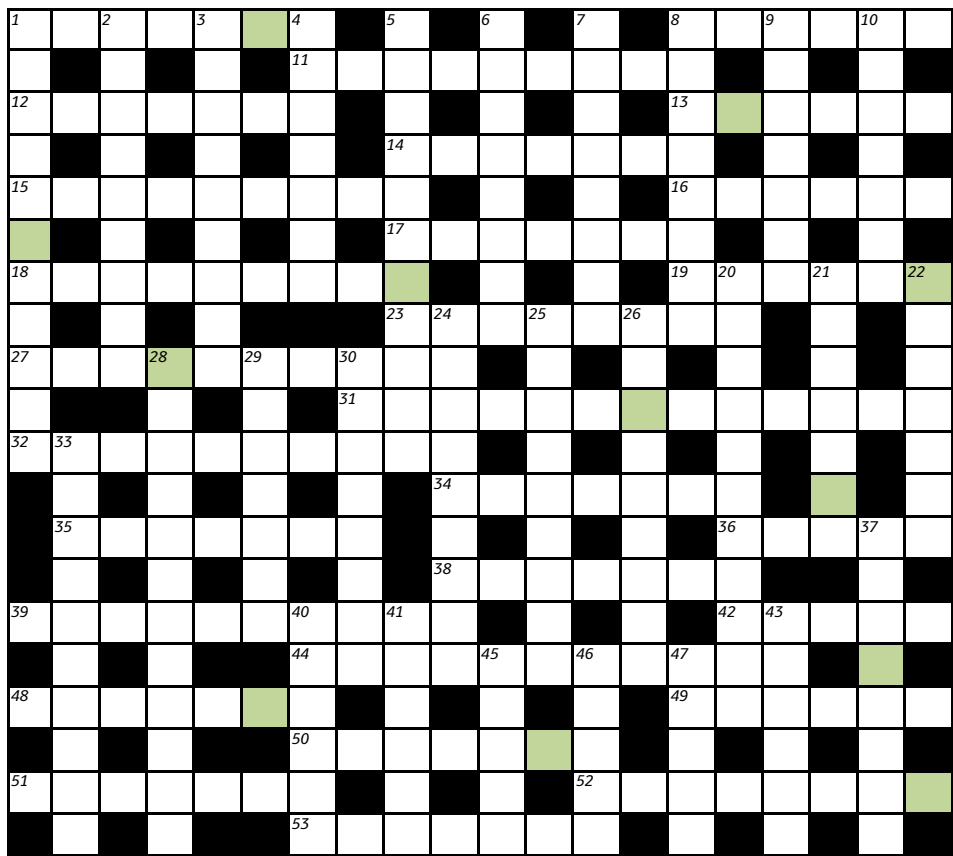
Áður auglýstri útför  
**Svanhildar Ingvarsdóttur**

hefur verið frestað  
um óákveðinn tíma.

**Sveinn Þorkell Guðbjartsson**  
**Katrín Sveinsdóttir**

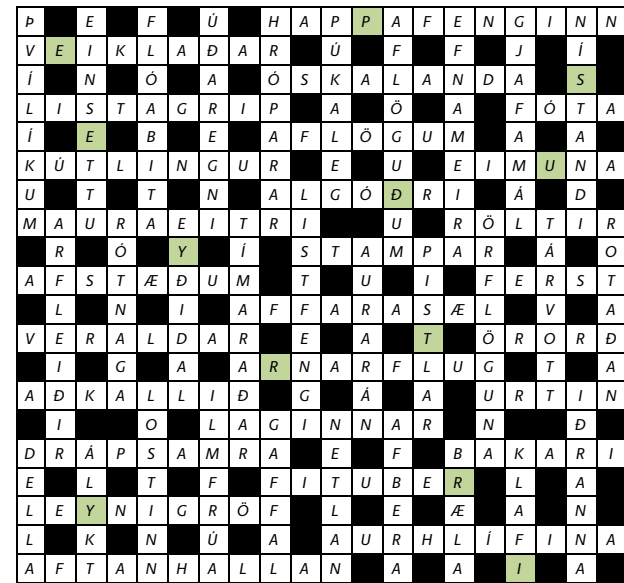


# KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

## STEYPIREYÐUR



**LAUSNARORD:** Ef bókstöfunum er raðað rétt saman birtist leiðindafugl. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 20. mars næstkomandi á [krossgata@frettabladid.is](mailto:krossgata@frettabladid.is) merkt „14. mars“.



FORLAGIÐ

### VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Óvelkomni maðurinn** eftir **Jónínu Leósdóttur** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Hanna Antoniusdóttir, Reykjavík**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

### LÁRÉTT

- 1 Glæpagrána er illa við slíka holskeflu (7)
- 8 Hvort er þetta saga af brot-támi eða hengingu? (6)
- 11 Var þá samið um þetta band við kaupfélögin öll (9)
- 12 Svona kort þarf að setja í rétta röð til að fá heildar-mynd (7)
- 13 Blaut gefa tóninn ef pottur er málið (6)
- 14 Garður hins síðasta stafs kallar á erfiðar lausnir (7)
- 15 1. Fiðruðu eggjaþjófarnir eru verri en vinnuklárarnir (9)
- 16 Horfa skal alltaf á heitara lið (6)
- 17 Íslensk-dönsk bókahátið hefur verið færð til bókar

- (7)
- 18 Við seinni slátt nota ég ákveðna aðferð, þessa tölvustýrðu (9)
- 19 Plönnum allt sem við getum í okkur látið (6)
- 23 Er himnaríki þá í Svíþjóð? (8)
- 27 Met bola hinna ákveðnu drátta vegna þess sem þeir gefa í rófusúpuna (10)
- 31 Sjáðu nú hrekkjakvikindið; minnir helst á vanþrifa-sauðinn (13)
- 32 Græðlings er þörf fyrir þá sem greinnast (10)
- 34 Kunni að meta þessa rán-dýru rétti fyrir ketti (7)
- 35 Eru kát ef byggð er bærileg

- (7)
- 36 Greiða fyrir hryggi (5)
- 38 Draumur drottningar var að halda sjó (7)
- 39 Svaka hetja vinnur af miklum ákafa (10)
- 42 Ránarkriker rugla mig (5)
- 44 Erfingjar Spaníalands flykkjast þangað núna (11)
- 48 Gleyptir í þig allt sem þú fannst um efnað og elsku-legt fólk (7)
- 49 Dái ger að morgni (6)
- 50 Handverkfæri eða hægindi? Veldu nú! (7)
- 51 Fangbrögðin eru sem fiskur-inn smái (7)
- 52 Ég skrifa S K I L milli tákna (8)

- 53 Sá sem var ákveðinn í að vera hinn rekni? (7)
- LÓÐRÉTT**
- 1 Pungar út fyrir hálfu hverfi (11)
  - 2 Hlustið ekki á sögur söðalegra svivirðingablesa (9)
  - 3 Saka þjásu um að vera sundr- að hreinsiefnahyllki (9)
  - 4 Hinn heimski leitar hér að reykbjarunni (7)
  - 5 Feiti skýtur á uppruna ertu (11)
  - 6 Óðinn breyttist í dreka sem dekkar miðin (8)
  - 7 Ó, þessi vinnusama en gagns-lausa þjóð! (8)
  - 8 Og þá að tóf sem truflar öflun

- helstu nauðsynja (8)
- 9 TR heldur utan um kynkirtla fyrir fugla (7)
- 10 Leita orku í LA en enda í ruglinu (7)
- 20 Skilaboð allrar neyslu eru þessi: Gætið framsagnar! (11)
- 21 Liðkum fyrir borgum (7)
- 22 Kanna fyrir hina örlög kvenna með varalit (7)
- 24 Hjónagyðjan og hennar sælureitur (9)
- 25 Prófaralesari grandskoðar gand (9)
- 26 Leitum tiltekinna skrokka og skíts um leið (9)
- 28 Må sá korni í kornlöndin? (12)

- 29 Leiðrétti Járnsíðu (7)
- 30 Nasl skipasmíðs er súkku-laðihúðað (8)
- 33 Það kostar sitt að bæta þennan lista (10)
- 37 Hnigur hér klettur í haf eða leita menn eggja? (8)
- 40 Fólk er að brúna sig með hraði í höfuðborginni (6)
- 41 Hvar tré skyggja á sól rek ég spaða í sjó (6)
- 43 Rennsli í Sog hefst við hina fyrstu keldu (6)
- 45 Ryk og skítur er bara svona gert (5)
- 46 Hvar sem hurð mætir dyrum logar allt í fláttskap (5)
- 47 Slá fyrir slím æðar (5)

### LÉTT

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

### MIDLUNGS

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

### PUNG

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

### Skák Gunnar Björnsson

#### Hvítur á leik



Savernjavev átti leik gegn Paromov árið 1963.

1. Hxe5! dxe5 2. Bc4+ Kh8 3. Rg6+! hxg6 4. Hh1# 1-0.

[www.skak.is](http://www.skak.is): HM öldungasveita.

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.

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

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

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

### Bridge Ísak Örn Sigurðsson

#### MISHEPPNUÐ OPNUN Í ÞRIÐJU HÖND

Fjölmargir af sterkustu spilurum heims tóku þátt í Vinter Games í Mónakó (sem kallað var Zimmerman Cup) dagana 29. febrúar til 6. mars. Þólverjarnir Michal Klukowski and Piotr Gawrys náðu einstaklega góðum árangri á þessu móti. Fyrst var spilið sveitakeppni og sveit Swiss Team vann sigur 100-76 í úrslitaleik við sveit Gupta. Þeir voru í Swiss sveitinni. Svo var haldinn tvímenningur með þátttöku 112 para og 26 efstu þörin spiluðu til úrslita í A-riðli og 86 þör í B-riðli. Gawrys og Klukowski náðu einnig efsta sæti para í A-riðlinum. Íslendingar voru með 3 sterk þör í þessu móti. Sveit Íslendinganna náði ekki í útsláttarkeppni 16 efstu sveitanna en parið Ómar Olgeirsson og Stefán Jóhannsson náðu góðum árangri í tví-

menningskeppninni. Þeir komust í A-úrslitakeppnina og höfnuðu þar í 13. sæti. Það er ágætur árangur, sérstaklega þegar tekið er tillit til þess að mörg af sterkustu þörum heims voru þar. Til dæmis má nefna að parið Zia Mahmood og Jeff Meckstroth hafnaði í sætinu fyrir neðan þá. Ómar og Stefán öttu kappi m.a. við parið Helgemo-Lorenzini í tvímenningnum. Í spilinu á undan þessu hér fyrir neðan, höfðu Helgemo og Lorenzini endað í 5 hjörtum sem stóðu slétt. Þeir voru svo "heppnir" að spila það í rétta átt svo erfitt var að finna útspilið sem gat hnekk þeim samningi. Fyrir það þáðu þeir 20 stig af 24 mögulegum. Ómar og Stefán náðu að hefna sín rækilega í þessu spili. Vestur var gjafari og NS á hættu:

**Norður**  
 ♠ ÁG6  
 ♥ 107652  
 ♦ G93  
 ♣ K9

**Vestur**  
 ♠ D742  
 ♥ KG98  
 ♦ 4  
 ♣ 7542

**Austur**  
 ♠ 1053  
 ♥ D43  
 ♦ ÁD652  
 ♣ D10

**Suður**  
 ♠ K98  
 ♥ Á  
 ♦ K1087  
 ♣ ÁG863

Ómar og Stefán sátu NS. Eftir 2 pöss ákvað Lorenzini að vekja í austur á einum tigli með fáu punkta. Það gefst oft vel, en ekki í þetta skiptið. Vestur (Helgemo) sagði 1 hjarta og austur eitt grand. Suður doblaði það. Það var redoblað til flóttatilraunar, eftir 2 pöss. Fyrst voru reynd 2 ♣ sem voru dobluð og þá komu 2 ♥ sem einnig voru dobluð til refsingar. Útspilið var tígull og sagnhafi fékk aðeins 4 slagi, tígull og 3 á hjarta, 800 í dálk Ómars og Stefáns og 21 stig af 24 mögulegum.





# LG DAGAR

LG Á HEIMA  
Í RAFLANDI



## ALLAR LG VÖRUR Á 20-40% AFSLÆTTI

TVÖFALDIR KÆLISKÁPAR • KÆLISKÁPAR • KÆLISKÁPAR MEÐ FRYSTI • ÞVOTTAVÉLAR  
OLED SJÓNVÖRP • NANOCCELL SJÓNVÖRP • LED SJÓNVÖRP • BLU-RAY SPILARAR • HEIMABÍÓ

GILDIR 29. FEBRÚAR - 14. MARS

**BETRA BORGAR SIG**

Opið virka daga 10 - 18 | Laugardaga 11 - 16



**RAFLAND**

Síðumúla 2-4 | 520 7900 | [rafland.is](http://rafland.is)



## KRAKKAR

# Konráð

395

## og félagar

### á ferð og flugi

„Jæja þá, tvær nýjar sudoku gátur,“ sagði Kata glottandi. „Nú er ég orðin svo góð í að leysa sudoku gátur að við skulum koma í kapp um hver verður fyrstur til að leysa þær,“ bætti hún við. „Allt í lagi,“ sagði Konráð. „Til er ég.“ Lísaloppa var líka góð í að leysa sudoku gátur svo hún var alveg til í keppni. „Við glímum öll við þær báðar og þá kemur í ljós hversu klár þú ert orðin,“ sagði hún. „En ég vara ykkur við, ég er orðin mjög klár,“ sagði Kata montin. „Við getum byrjað á þessari léttari,“ sagði Lísaloppa. „Þeirri léttari fyrst,“ sagði Kata hneyksluð. „Ekki ég, ég byrja á þeirri erfiðari fyrst,“ sagði hún og glotti. „Ég yrði fljótari en þið bæði til samans þótt þær væru báðar þungar.“ Kata var orðin ansi klár. En skildi hún vera svona klár?

	5			3	8			
				1		9		4
7		9		4	6	8		
6	1			9				7
		8			7		4	3
4			6		3			
							1	9
9		6		8	1	4		
			5					8

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

? Heldur þú að þú getir leyst þessar sudoku gátur hraðar en Kata? ?



## Gátur

Hvað er það sem lengist og styttist í senn?

Hvað er það sem sekkur í sæ en blotnar ekki?



Hvað er samsett úr mörgum götum en getur þó haldið vatni?

Hvaða hestur hefur aldrei verið folald?

Svör: Fvín, sólin, svampur, undurhestur, ruglur.

## Fugl vikunnar: Auðnutittlingur



Auðnutittlingurinn kann vel að meta matargjafir. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Auðnutittlingurinn er einn þeirra fugla sem dvelja á Íslandi yfir veturinn, er sem sagt staðfugl. Hann er einn af minnstu fuglum landsins, stélið er stutt og goggurinn líka. Það er auðvelt að þekkja hann því hann er með rautt enni. Að öðru leyti er hann grábrúnn með dökkar rákir á hliðunum.

Auðnutittlingurinn er fimur flugfugl. Utan varptímans fer hann oft í hópum frá einum stað til annars og syngur skærri röddu Di-djidd di-djidd di-djidd. Hann

er spakur, heldur sig í skógum landsins og trjágörðum og fræ eru hans uppáhaldsfæða. Hreiðrið er strákarfa og í það verpir kvenfuglinn fjórum til sjö litlum eggjum og liggur á þeim þar til ungarnir koma eftir tíu til tólf daga, karlfuglinn færir henni mat á meðan. Foreldrarinn mata ungana á skordýrum en eftir tíu til fjórtán daga fljúga ungarnir úr hreiðrinu og fara að bjarga sér sjálfir.

Heimildir: Fuglar í náttúru Íslands og Íslenskur fuglavísir

# Líður bæði illa og vel

Þorlákur Flóki Nielsón, níu ára, er einn þeirra Íslendinga sem eru í sóttkví þessa dagana. Hann var í sinni fyrstu skíðaferð, í héraðinu Garmisch-Partenkirchen í Þýskalandi, í síðustu viku en fjölskyldan var öll við hestaheilsu síðasta fimmtudagskvöld.

**Hvernig líður þér að vera svona innilokaður, Þorlákur Flóki?** Bæði illa og vel. Við erum ekkert að hósta eða svolleiðis. En ég var eina viku í burtu og saknaði vina minna ótrúlega mikið, ég gat ekki hitt þá neitt, bara talað við þá í gegnum On-line tölvuleik, og núna þegar ég er í sóttkví í tvær vikur sakna ég þeirra rosalega.

**Ertu á náttfötunum allan daginn?** Nei, við verðum að bursta tennurnar, fara í fin fót og greiða okkur til að muna að við séum ekki sófadýr.

**Hvað gerir þið svo á daginn?** Ég er í heimaskóla með litla bróður mínum. Pabbi og mamma eru bæði að kenna okkur. Alltaf í heimasjólanum þá vinnum við í tuttugu mínútur og svo er frjáls tími í tuttugu mínútur.

**Hvað varstu að læra í dag?** Ég var að reikna á klukkunni. Svo vorum við líka að lesa.

**Ertu duglegur að lesa?** Já, ég klárði að lesa 217 blaðsíður á þremur dögum. Það var dagbók Kidda klaufa - Randver kjaftar frá. Hún er rosaskemmtileg.

**Eigið þið nóg af mat að borða?** Við fáum stóra bróður minn eða

ALLTAF Í HEIMASKÓLANUM ÞÁ VINNUM VIÐ Í TUTTUGU MÍNÚTUR OG SVO ER FRJÁLS TÍMI Í TUTTUGU MÍNÚTUR.

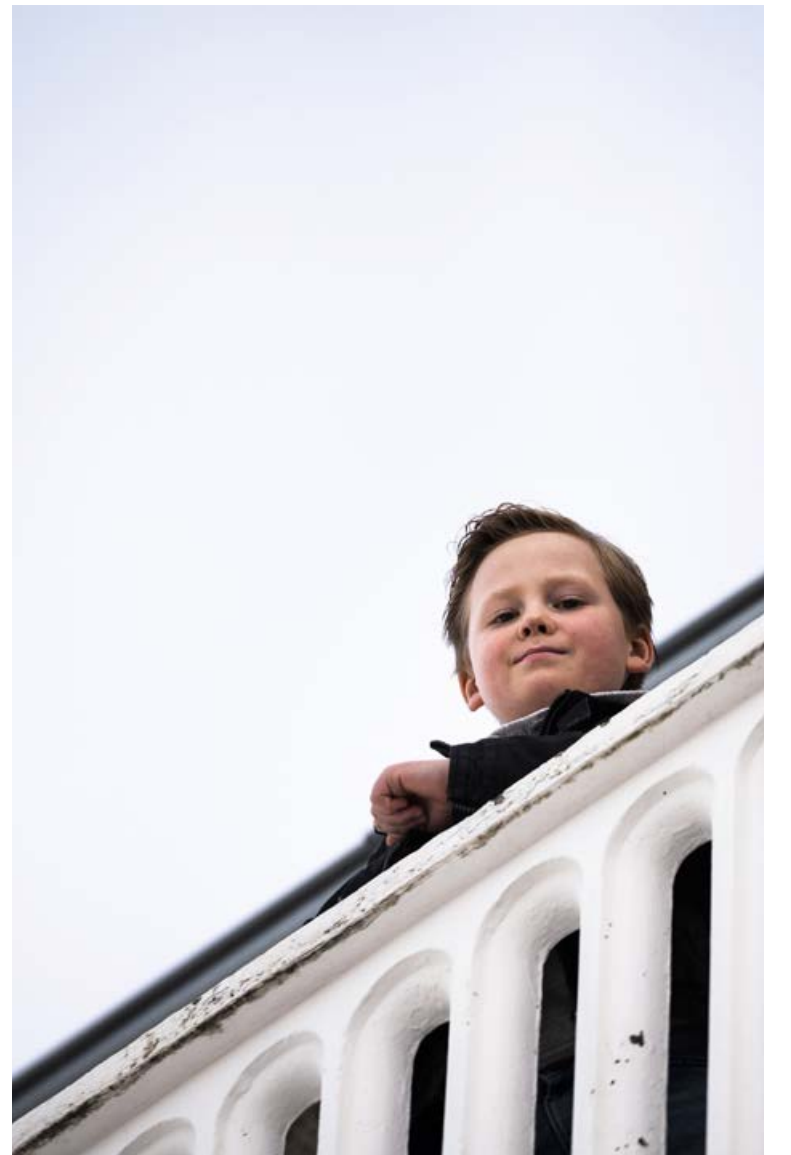
nágrannana til að færa okkur mat. Bróðir minn var ekki með okkur á skíðunum.

**Ætlarðu að gera eitthvað sérstakt í sóttkvínni fyrir utan að vera í heimaskóla?** Ég ætla að horfa á eitthvað á Netflix, til dæmis How to train your dragon og Race to the egg.

**Máttu fara út?** Ég má fara út í garð en það má enginn nema fjölskyldan koma nær mér en tvo metra. Kannski förum við út í sveit, í bústaðinn hans afa.

**Hvernig var á skíðunum?** Það var rosagaman. Ég fékk einkakennara með bróður mínum í einn dag, svo fór pabbi að kenna okkur. Við förum niður risabrekkur og pabbi kenndi mér að sveigja, þá klessir maður ekki og dettur ekki. Svo fór ég síkksakk í plóg, þá snúa oddarnir á skíðunum saman. Pabbi og kennarinn kölluðu það pitsu, því það er eins og pitsusneið í laginu

**Af hverju heitir þú Þorlákur Flóki?** Ég átti bara að heita Flóki en af því ég fæddist á Þorlákssmessu þá kallaði afi minn í móðurætt mig svo mikið Þorlák og þess vegna var nafninu mínu breytt í Þorlák Flóka.



Þorlákur Flóki verður að bursta tennurnar, fara í fót og greiða sér, til að muna að hann sé ekki sófadýr þegar hann er í sóttkví. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



# Safnið heitir núna Blöðin

## Vantar þig blaðið í dag, í gær eða helgarblað frá því í haust?

» Á [frettabladid.is](http://frettabladid.is) finnur þú Fréttablaðið í dag og safn eldri blaða undir flípanum Blöðin

Lestu Fréttablaðið þegar þér hentar á

[frettabladid.is](http://frettabladid.is)





# VEÐUR & MYNDASÖGUR

## Laugardagur

Reykjavík



-2 | 4  
°C | ↙

Egilsstaðir



-3 | 8  
°C | ↓

Ísafjörður



-7 | 7  
°C | ↖

Kirkjubæjarkl



-3 | 9  
°C | ↙

Akureyri



-4 | 4  
°C | ↙

Hveravellir



-12 | 6  
°C | ↓

Norðlæg átt 8-15 í nótt og él, en hægari og léttskýjað að mestu sunnantil. Dregur úr vindi og ofankomu í dag og kólnar. Léttskýjað viðast hvar í kvöld og talsvert frost.

## Reykjavík



Sunnudagur



0 | 8  
°C | ↑

Mánudagur



3 | 3  
°C | ↑

Þriðjudagur



3 | 6  
°C | ↖

Miðvikudagur



0 | 4  
°C | ↓

Fimmtudagur



2 | 3  
°C | ↗

## Ísafjörður



-3 | 13  
°C | ↗



-4 | 7  
°C | ↙



-4 | 7  
°C | ↙



-4 | 4  
°C | ↙



-4 | 3  
°C | ↗

## Akureyri



-1 | 15  
°C | ↗



-5 | 1  
°C | ↗



-5 | 1  
°C | ↗



-4 | 1  
°C | ↓



-6 | 2  
°C | ↑

## Egilsstaðir



-4 | 4  
°C | ↑



1 | 6  
°C | ↖



-2 | 2  
°C | ↑



-2 | 1  
°C | ↓



-4 | 3  
°C | ↗

## Kirkjubæjarklaustur



-4 | 3  
°C | ↙



3 | 3  
°C | ↑



1 | 4  
°C | ↑



1 | 2  
°C | ↙



-1 | 2  
°C | ↓

## Hveravellir



-13 | 9  
°C | ↑



-3 | 7  
°C | ↑



-4 | 6  
°C | ↑



-6 | 5  
°C | ↓



-7 | 4  
°C | ↑

LÁTTU DRAUMINN RÆTAST Á SPÁNI



WWW.ZALTPROPERTIES.COM



## BLÖÐIN

» Á frettablaðið.is finnur þú Fréttablaðið í dag og safn eldri blaða undir flípanum Blöðin.

Lestu Fréttablaðið þegar þér hentar á [frettabladid.is](http://frettabladid.is)

FRÉTTABLAÐIÐ IS

## Pondus

Eftir Frode Øverli



## Geljan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



## Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



DAG HVERN LESA

93.000

ÍSLENDINGAR  
FRÉTTABLAÐIÐ  
AÐ MEÐALTALI

HEIMILD: PRENTMIJÁLMEIÐING GALLUP ÖRT-DES 2019. 12-20 ÁRA. ALLT LANDIÐ HAGSTOFA ÍSLANDS, MANNIÞJÓÐATÖLUR, 2019

FRÉTTABLAÐIÐ - MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS



# Cheerios síðan 1977

Brynhildur, leikstjóri





## Endurfundir myndmáls og texta

**Guðmundur Oddur Magnússon, Goddur, vinnur að verkefniinu Íslensk myndmálssaga. Skoðar endurfundi myndmáls og texta hér á landi undir lok 19. aldar. Opín rannsóknarstofa í Hönnunarsafni Íslands í Garðabæ.**

Kolbrún Bergþórsdóttir  
kolbrunb@frettabladid.is



**G**uðmundur Oddur Magnússon, Goddur, vinnur nú að áhuga-verðu rannsóknarverkefni, en opín vinnustofa því tengd hefur verið opnuð í Hönnunarsafni Íslands í Garðabæ. Verkefnið hefur heitið Íslensk myndmálssaga.

Spurður um verkefnið segir Goddur: „Ég fékk styrk til þess að taka saman íslenska myndmálssögu í prentuðu efni. Eftir útgáfu Guðbrandsbiblíu urðu myndir og texti viðskila í prentverki og það var ekki fyrr en um miðja 19. öld að farið var að tengja saman myndir og texta upp á nýtt. Í rannsókn minni er ég að skoða endurfundi myndmáls og texta hér á landi undir lok 19. aldar. Þarna er um að ræða þá tegund af myndmáli sem listfræðingar hafa aldrei haft mikinn áhuga á.“

### Að horfa á mynd

Godður er spurður af hverju listfræðingar hafi ekki haft áhuga á þessu myndmáli. Hann segir: „Vegna þess að það varðar ekki fagurlistir heldur hagnýtar listir, eins og framsetningu á pólitík, það var til dæmis vinsælt að nota myndir af Jóni Sigurðssyni á hvað sem var, því í fyrstu vissu fáir hvernig hann leit út. Myndmálið sem hér er um að ræða eru auglýsingar og áróður og myndir, til dæmis á utan á dósamiðum, kaffipakkningum og bókarkápum.“

Það sem er fyrir framan fólk daglega, eins og umbúðir utan um sultukrukkur, mjólkurvörur eða bókarkápur, læðist inn í undir-meðvitundina. Ef þú sérð á full-orðinsárum æskumynd af þér þá klökknaðu af því tengingin er svo sterk en þú tárast ekki yfir málverki sem þú sást fyrir fimmtíu árum. Ég er stundum að tala við gamalt fólk sem segir við mig: Ég man ekki neitt. En um leið og ég sýni því mynda-albúm segir það: Ég skal segja þér söguna af þessu. Það að horfa á mynd vekur upp svo sterkar minningar og frásögu. Það er þetta form af þekkingu sem við höfum ekki enn þá getað kortlagt almennilega, en það er hægt að sjá og horfa á sögu frá svo mörgum sjónarhornum.“



Hér er búið að koma upp opinni rannsóknarstofu, segir Goddur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

**ÉG ER STUNDUM AÐ TALA VIÐ GAMALT FÓLK SEM SEGIR VIÐ MIG: ÉG MAN EKKI NEITT. EN UM LEIÐ OG ÉG SÝNI ÞVI MYNDAALBÚM SEGIR ÞAÐ: ÉG SKAL SEGJA ÞÉR SÖGUNA AF ÞESSU.**

### Systur Fjallkonunnar

Í vinnustofu Godds í Hönnunarsafninu má sjá fjöldann allan af prentuðu efni og mun fleira á eftir að bætast við. „Við byrjuðum eftir styrkveitinguna á því að fara í allt smáprentasafnið í Þjóðarbókhöðunni sem var óflokkað. Þarna fundum við mikið af umbúðum og sýnishornum úr smáprenti. Þetta eru einblöðungar, notaðir sem hálfgerð dreifirit til að auglýsa vörur eða samkomur, og svo eru hlutafundum við mikið af umbúðum og sýnishornum úr smáprenti. Þetta eru einblöðungar, notaðir sem hálfgerð dreifirit til að auglýsa vörur eða samkomur, og svo eru hlutafundum við mikið af umbúðum og sýnishornum úr smáprenti. Þetta eru einblöðungar, notaðir sem hálfgerð dreifirit til að auglýsa vörur eða samkomur, og svo eru hlutafundum við mikið af umbúðum og sýnishornum úr smáprenti.“

### Opið hús

Godður segir að myndmál hafi komið hingað meira frá Bretum en öðrum þjóðum. „Við Íslendingar eins og aðrar þjóðir fylgdu öllum stílbrigðum. Form urðu þá, eins og í dag, eins og hver annar rekaviður. Á þessari sýningu má sjá stílbreytingar frá nýklassík yfir í bresku handíðahreyfinguna, yfir í art nouveau, art deco og svo framvegis. Á einhverjum stað byrjar þetta og dreifist eins og gárur eftir steinkast en tekur svo á sig sína eigin mynd.“

Godður segir að í safninu séu gjafir og verk sem tilheyra bókahönnun og fleiru sem eigi eftir að flokka og koma fyrir. „Hér er búið að koma upp opinni rannsóknarstofu og þótt sýningin hafi verið hugsuð í sambandi við Hönnunarsafnið, þá er hún nú þegar komin í gang. Öllum er velkomið að lita hér inn.“

## Noah og stórfengleg móðir á toppnum

**G**læpur við fæðingu, hin merkilega sjálfsvæðing og stjórnmálaskýrandans Trevors Noah, er í fyrsta sæti metsölulista Eymundsson þessa viku. Noah ólst upp í skugga aðskilnaðarstefunnar í Suður-Afríku, sonur svartrar móður og hvíts föður. Bókin er einkar lipurlega skrifuð og sneisafull af eftirminnilegum lýsingum. Það sem gerir hana nánast ógleymanlega er hin sjálfstæða, litríka og óútreiknanlega



móðir Noah. Hún trúir á Guð og englana og það er því vel við hæfi að bókin endar á kraftaverki.

Í öðru sæti metsölulista er Andlitslaus konan, fimmta bók Jónínu Leósdóttur um eftirlaunaþegann Eddu. Skáldsaga Eiríks Arnar Norðdahl, Brúin yfir Tangagötuna, er í þriðja sæti. Fórnarlamb eftir hinn danska Jussi Adler-Olsen er í því fjórða og Blekkingarleikur, glæpasaga Kristínu Ohlsson, er í því fimmta. – kb



Jónína Leósdóttir, rithöfundur. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

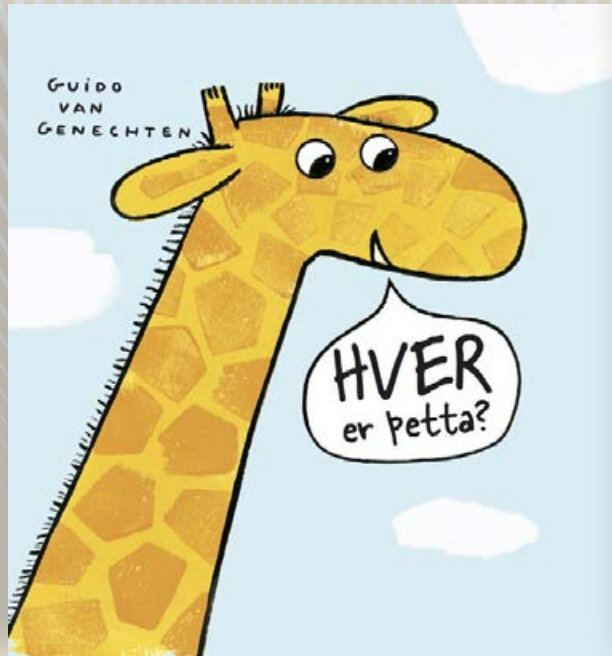
FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is

h





2990.-



490.-



1499.-

**BÓKA**  
**MARKAÐURINN**  
*Laugardalsvelli*  
**SÍÐASTA HELGIN!**

ÓPIÐ KL. 10 - 21 ÖLL KVÖLD

LÝKUR 15. MARS

ÓTRÚLEGT ÚRVAL · ÞÚSUNDIR TITLA



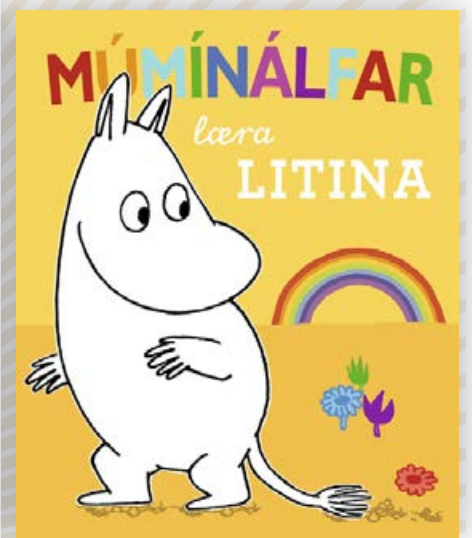
990.-



1490.-



2950.-



990.-



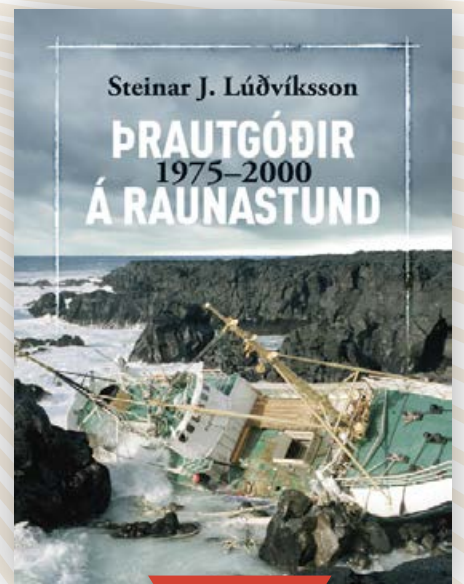
690.-



2990.-



1490.-



990.-



# Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

14. MARS 2019

## Tónlist

**Hvað?** Vorið og vonin í jazz-perlum  
**Hvenær?** 13.15-14.00  
**Hvar?** Borgarbókasafnið Spönginni María Magnúsdóttir syngur vorlög eftir mörg af þekktustu jazz- og söngleikja-skáldum samtímans. Gunnar Hilmarsson leikur á gítar og Leifur Gunnarsson á kontrabassa.

**Hvað?** Söngvar á sextugu dýpi  
**Hvenær?** 21.00  
**Hvar?** Deiglan Akureyri  
Tónleikar þar sem eyfirskir trúbadorar hefja upp raust sína. Aðgangur er ókeypis og öllum heimill meðan húsrúm leyfir.

## Myndlist

**Hvað?** Erling Klingenberg

**Hvenær?** 12.00-18.00  
**Hvar?** Marshallhúsinu, bæði í Nýlistasafninu og Kling & Bang. Einkasýning Erlings T.V. Klingenberg er opin samkvæmt hefðbundnum opnunartímum, 12.00-18.00.

**Hvað?** Fegurð og fögnuður/beauty and serenity  
**Hvenær?** 15.00  
**Hvar?** Hannesarholt  
Vignir Jóhannsson listmálari opnar sýningu sína í veitingastofum staðarins. Þar eru landslagsmálverk og figuratíf, „sjáðu mig“ verk, sem Vignir hefur unnið að undanförunu í Danmörku, þar sem hann býr og starfar.

**Hvað?** Rostungurinn  
**Hvenær?** Perlan  
**Hvar?** Náttúru-minjasafn Íslands opnar sérsýninguna Rostungurinn í dag. Vegna COVID-19 faraldursins verður ekki boðið til opunar sýningarinnar sem er opin alla daga milli klukkan 9 og 22 og stendur til 8. nóvember.

## Aðrir viðburðir

**Hvað?** Skáknámskeið  
**Hvenær?** 13.30-15.00  
**Hvar?** Borgarbókasafnið, Menn-ingarhús Kringlunni  
Smíðja fyrir 6-12 ára, jafnt byrjendur sem lengra komna. Teflum saman með vinum eða fjölskyldu undir góðri leiðsögn skákkennara

frá Tafffélagi Reykjavíkur. Þátt-taka er ókeypis en skráning nauðsynleg.

**Hvað?** Trúfræðsla á íslensku og aftansöngur  
**Hvenær?** 17  
**Hvar?** Öldugata 44 R. Rétttrúnaðarkirkjan á Íslandi, söfnuður Moskvu-Patríarkatsins heldur stundina.

# Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

15. MARS 2019

**Hvað?** Heilög litúrgía  
**Hvenær?** 10.00  
**Hvar?** Öldugata 44, 101 R Kaffi og umræður á eftir, allir velkomnir. Prestur Timofi Zolotuskyj. Rétttrúnaðarkirkjan á Íslandi, söfnuður Moskvu-Patríarkatsins sér um stundina.

**Hvað?** Syngjum saman  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Hannesarholt, Grundarstíg Ómar Ragnarsson leiðir söng á fjölbreyttum lögum með myndum og tónum í blandaðri dagskrá. Textar birtast á tjaldi og allir taka undir. Frítt fyrir börn í fylgd með fullorðnum, sem greiða 1.000 króna aðgangseyri.

**Hvað?** Sýningarleiðsögn  
**Hvenær?** 14.00  
**Hvar?** Kjarvalsstaðir




Aldis Arnardóttir sýningarstjóri verður með leiðsögn um yfirlitssýningu á verkum Ásgerðar Búadóttur, Lifsfletir, í Vestursal Kjarvalsstaða.

Aldis Arnardóttir sýningarstjóri verður með leiðsögn um yfirlitssýningu á verkum Ásgerðar Búadóttur, Lifsfletir, í Vestursal Kjarvalsstaða.

rennibekk  
**Hvenær?** 12.00-16.00  
**Hvar?** Borgarbókasafnið, Gerðubergi  
Renndir gripir af ýmsu tagi eru á sýningu félagsmanna í Félagi trérennismíða á Íslandi.

**Hvað?** Skáldað í tré / snúningur í



# AÐALFUNDUR

## Klappa grænna lausna hf.

**Aðalfundur Klappa grænna lausna hf. verður haldinn á Café Atlanta, Hlíðarsmára 3 (gengið inn frá Hæðasmára), fimmtudaginn 2. apríl 2020, og hefst hann kl. 16:00.**

**Á dagskrá fundarins verða eftirtalin mál:**

- Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt samþykktum félagsins.
- Önnur mál sem eru löglega borin fram.

Á fundinum verður lögð fram tillaga stjórnar um breytingu á grein 2.01.5 samþykpta félagsins um endurnýjun á heimild stjórnar um að auka hlutfélag félagsins um allt að 50. m.kr. með útgáfu nýrra hluta í B-flokki hlutabréfa.

Dagskrá, endanlegar tillögur og ársreikningur félagsins, ásamt skýrslu endurskoðenda, munu verða hluthöfum til sýnis á skrifstofu félagsins, Austurstræti 17, 5. hæð, tveimur vikum fyrir aðalfund.

Öll gögn verða lögð fram fyrir hluthafa á síðunni [www.klappir.com/fjarfestar](http://www.klappir.com/fjarfestar)

Aðgöngumiðar og atkvæðaseðlar verða afhentir á fundarstað frá kl. 15.45. Á hluthafafundum fylgir eitt atkvæði með hverri einni krónu í A-flokki hlutabréfa. Atkvæðaréttur fylgir ekki með B-hlutabréfum.

Vegna COVID-19 og þeirrar óvissu sem um það ríkir þá er verið að skoða möguleikann á að fundurinn færi fram í gegnum fjarskiptabúnað eða á annann sambærilegan hátt. Verði það niðurstaðan verður hluthöfum tilkynnt um það með tölvupósti.

**Vinsamlega athugið að aðalfundurinn var áður auglýstur 9. apríl 2020 og hefur sú dagsetning tekið breytingum eins og fram kemur hér að ofan.**

**Stjórn Klappa grænna lausna hf.**

## Um síma og sitthvað fleira

### BÆKUR

**Dularfulla símahvarfið**

★★★★★

**Brynhildur Þórarinsdóttir**

**Útgefandi:** Bókabeitan  
**Blaðsíður:** 40

Lestur ungra barna er mörgum hugleikinn og afskaplega ánægjulegt hvernig margir bókaútgefendur hafa reynt að auka áhuga og möguleika krakka til lestrar, til dæmis með því að hafa leturgerðir og stærðir aðgengilegrar fyrir börn en ekki síður með því að leggja áherslu á að gefa út gripandi og skemmtilegar sögur sem gabbakrakka, sem halda að þeim finnist leiðinlegt að lesa, til að fletta áfram. Á öðrum ölostuðum hefur Bókabeitan verið þar fremst í flokki enda til forlagsins stofnað árið 2011 af tveimur kennurum í kringum hinn bráðskemmtilega bókaflökk Rökkurhæðir sem var upphugsáður til þess að glæða lestraráhuga. Síðan hafa Bókabeiturnar gefið út fjölmargar skemmtilegar bækur fyrir börn á öllum aldri í sama tilgangi. Eitt hugarfóstr þeirra er bóka-klúbburinn Ljósaserían, myndskreyttar barnabækur með fjölbreyttum efnistöku eftir íslenska höfundar og túlkaðar af ólíkum myndskreytum.

Nýjasta peran í Ljósaseríunni er bókin Dularfulla símahvarfið eftir Brynhildi Þórarinsdóttur sem skrifaði bókina með aðstoð níu ára dóttur sinnar, svo efniviðurinn ætti

að falla þeim aldurshópi vel í geð. Brynhildi þarf ekki að kynna fyrir ungum og eldri lesendum en hún á að baki fjölmargar barnabækur auk þess að vera þekkt fyrir endursagnir sínar á Íslendingasögunum fyrir börn.

Sagan hefst á því að Katla, sem ekki á síma vegna þess að hún er of ung til þess, veitir því eftirtekt að símar í fjölskyldunni og víðar taka að hverfa einn af öðrum. Hún fær eldri systur sína og vin hennar til að hjálpa sér að komast til botns í málinu og úr verður bráðspennandi saga sem bæði snertir á sambandi systkina með öllum þeim samskiptaörugguleikum sem upp geta komið, en líka á hinu flókna sambandi sem við eigum flest við símana okkar, sem bæði geta verið tímaþjófar og gleðigjafar og bráðnauðsynlegir á köflum.

Dularfullir mávar, rólyndislegt elliheimili og sitthvað fleira kemur við sögu, sem og áhugaverðar pælingar um aldur og og aldurstakmörk sem kemur í ljós að eru ekki bara fyrir börn og þannig eru dregnar upp áhugaverðar hlíðstæður.

Elin Elisabet Einarisdóttir gerir kápu og myndskreytir bókina á skemmtilegan og liflegan hátt. Dularfulla símahvarfið, eins og raunar allar Ljósaseríubækurnar, er kjörin fyrir krakka sem hafa ekki alveg náð að fóta sig á lestrarbrautinni.

**Brynhildur Þórarinsdóttir**

**NIÐURSTAÐA:** Skemmtileg og auðlæsileg saga um krakka og síma og sitthvað fleira.







ÞAÐ ER  
EINFALT AÐ STOFNA  
BRÚÐARGJAFALISTA  
Á KUNIGUND.IS

# Vandaðar brúðargjafir

15% kaupauki til brúðhjóna sem stofna brúðargjafalista

ROSENDAHL  
COPENHAGEN

BY APPOINTMENT TO  
HER MAJESTY THE QUEEN OF DENMARK  
GEORG JENSEN  
ESTABLISHED 1921

ROYAL COPENHAGEN  
SUPPLIER TO HER MAJESTY THE QUEEN OF DENMARK

KAY  
BOJESEN  
DENMARK

iittala

## KÚNÍGÚND

sérverslun með vandaðar gjafavörur

Kringlan · Glerártorg · kunigund.is



## DAGSKRÁ

## Laugardagur



## ÞÚ ERT AÐ HORFA Á HRINGBRAUT

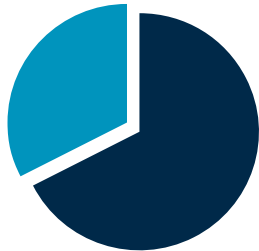


## VIÐ ERUM 5 ÁRA!

Við þökkum áhorfið undanfarin  
5 ár og hlökkum til að færa  
landsmönnum áfram íslenskt  
sjónvarp á degi hverjum  
þeim að kostnaðarlausu.

# 62%

landsmanna 50 ára og  
eldri horfa reglulega á  
Hringbraut í hverri viku\*



# 43%

landsmanna 30 ára og  
eldri horfa reglulega á  
Hringbraut í hverri viku\*



\*MMR, 15-22 nóv 2019

FRÉTTAUMRÆÐA, MENNING, HEILSA,  
LÍFSREYNLA OG NÁTTÚRA

Við miðlum af reynslu!

### HRINGBRAUT

**20.00 Heilsugæslan (e)** Í þættinum fær Helga María til sín sérfræðinga í heilsuáttum ásamt því að fá ráð um hreyfingu og heilsu frá þekktum einstaklingum.  
**20.30 Allt annað líf (e)** Allt annað líf er fræðsluþáttur um magaminnkunarferðir Íslendinga til A-Evrópu.  
**21.00 Lífið 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 Reikningur**  
**10.10 Árstíðirnar - Sumar**  
**11.00 Gettu betur - Úrslit**  
**12.10 Vikan með Gísla Marteini**  
**13.00 Saman að eilífu**  
**13.30 Meistaradeildin í hestaíþróttum** Bein útsending frá keppni í gæðingaskiði og 150m skeiði í Meistaradeildinni í hestaíþróttum.  
**16.00 Kiljan**  
**16.35 Villta Tailand**  
**17.30 Sætt og gott**  
**17.50 Táknálsfréttir**  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Nýi skólinn**  
**18.13 Hvergidrengir**  
**18.39 Hjörðin - Grís**  
**18.43 Rammvillt - Hver er rétta leiðin heim?** Kristín og Arnór eru ósammála um hvaða leið sé rétta leiðin heim. Arnór ákveður að halda af stað með áttavitan á meðan Kristín ætlar að biðja og sjá hvort hjálpi berist fljótlega. Þau komast þó að því að það er betra að vera týnd saman úti í náttúrunni heldur en að vera ein/n...  
**18.53 Lottó**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir**  
**19.35 Veður**  
**19.45 Fólkíð mitt og fleiri dýr**  
**20.35 Bióást. L.A. Story. Saga frá Los Angeles**  
**22.15 Ben-Hur** Ævintýramynd frá 2016 um prinsinn Judah Ben-Hur sem er sviptur krúnunni og sendur á sjó í þrældóm eftir að ættleiddur bróðir hans sakar hann ranglega um svikráð. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.  
**00.15 Poirot - Ævintýri eldabuskunnar í Clapham-stræti. Agatha Christie's Poirot. The Adventure of the Clapham Cook**  
**01.05 Dagskrárlok**

### GOLFBÓDDIN

**06.25 Arnold Palmer Invitational**  
**11.55 THE PLAYERS Championship**  
**18.00 THE PLAYERS Championship** Bein útsending frá The PLAYERS Championship á PGA mótaröðinni.

### 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 Brighton - Arsenal** 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**  
**18.31 Top Chef**  
**19.15 Venjulegt fólk**  
**19.45 Family Guy**  
**20.10 Just Like Heaven**  
**21.50 Very Good Girls**  
**23.25 Puncture**  
**01.05 The Hunt for Red October** Red October er sovéskur kabátur. Þegar Bandaríkjamenn fá ljósmyndir af honum verða þeir mjög forvitnir og vilja vita hvað er svona sérstakt við hann. Jack Ryan, sérfræðingur hjá CIA, leyniþjónustu Bandaríkjanna, ráðfærir sig við vin sinn, sem ályktar sem svo að kabáturinn búi yfir nýrri vél sem gerir kabátinum kleift að vera nær hljóðlaus.  
**03.20 Síminn + Spotify**

### RÚV RÁS EITT

**06.55 Morgunbæn og orð dagsins**  
**07.00 Fréttir**  
**07.03 Til allra átta** Taraab og bongo flava  
**08.00 Morgunfréttir**  
**08.05 Stúlur eins og ég**  
**09.00 Fréttir**  
**09.03 Á reki með KK**  
**10.00 Fréttir**  
**10.05 Veðurfregnir**  
**10.15 Minningargreinar**  
**11.00 Fréttir**  
**11.02 Vikulokin**  
**12.00 Hádegisútlit**  
**12.20 Hádegisfréttir**  
**12.40 Veðurfregnir**  
**13.00 Gestaboð**  
**14.00 Menningarsögur**  
**15.00 Flakk**  
**16.00 Síðdegisfréttir**  
**16.05 Orð um bækur**  
**17.00 Tónlist frá A til Ö**  
**18.00 Kvöldfréttir**  
**18.10 Í ljósi sögunnar**  
**18.50 Veðurfregnir**  
**18.53 Dánarfregnir**  
**19.00 Sveifludansar Mulgrew Miller, Johnny Griffin og Stefano Bollano**  
**20.45 Fólk og fræði** Landbúnaðarháskóli Íslands; samræður um Hvanneyri  
**21.15 Bók vikunnar** Blinda  
**22.00 Fréttir**  
**22.05 Veðurfregnir**  
**22.10 Passíusálmar (29 af 50)**  
**22.15 Heimskviður**  
**23.05 Vikulokin**  
**00.00 Fréttir**  
**00.05 Næturútlit Rásar 1**

### STÖÐ 2 BÍÓ

**09.35 Spider-Man. Into the Spider Verse**  
**11.25 Lorenzo's Oil**  
**13.40 The Grand Budapest Hotel**  
**15.15 Spider-Man. Into the Spider Verse**  
**17.10 Lorenzo's Oil**  
**19.20 The Grand Budapest Hotel**  
**21.00 Spider-Man. Homecoming**  
**23.10 Atomic Blonde**  
**01.00 Desierto**  
**02.25 Spider-Man. Homecoming**

### STÖÐ 2

**08.00 Strumparnir**  
**08.20 Dagur Diðrik**  
**08.45 Tappi mús**  
**08.50 Stóri og Litli**  
**09.00 Heiða**  
**09.25 Blíða og Blær**  
**09.45 Zigby**  
**10.00 Skoppa og Skritla**  
**10.10 Mæja býfluga**  
**10.20 Latibær**  
**10.45 Mia og ég**  
**11.10 Lina langsokkur**  
**11.35 Friends**  
**12.00 Bold and the Beautiful**  
**13.25 Bold and the Beautiful**  
**13.45 Friends**  
**14.10 Grand Designs. Australia**  
**15.00 McMillions**  
**15.55 Um land allt**  
**16.40 Nostalgia**  
**17.00 Föstudagskvöld með Gumma Ben og Sóla**  
**18.00 Sjáðu**  
**18.25 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.50 Sportpakkin**  
**19.00 Lottó**  
**19.50 The Borrowers**  
**21.20 Mary Queen of Scots**  
**23.20 The Lord of the Rings. The Two Towers**  
**02.15 Miss Bala**

### STÖÐ 3

**14.25 Friends**  
**15.50 Friends**  
**16.10 Schitt's Creek**  
**16.35 Framkoma**  
**17.00 Masterchef USA**  
**17.40 Friends**  
**18.05 Friends**  
**18.25 Ice On Fire**  
**19.55 Masterchef USA**  
**20.35 GYM**  
**21.00 Grand Designs**  
**21.45 Angie Tribeca**  
**22.05 Succession**  
**23.00 Shameless**  
**23.50 Schitt's Creek**  
**00.15 Friends**  
**00.35 Friends**

### STÖÐ 2 SPORT

**07.20 Real Madrid - Eibar**  
**09.00 Keflavík - Þór Þ.**  
**10.45 21. umferð** Leikirnir í Dominos deildinni gerðir upp.  
**12.25 WBA - Birmingham** Bein útsending.  
**14.40 Equusana deildin í hestaíþróttum**  
**14.55 Sheffield Wednesday - Nottingham Forest** Bein útsending.  
**17.10 La Liga Report**  
**17.25 Mallorca - Barcelona** Bein útsending.  
**19.50 Celta Vigo - Villarreal** Bein útsending.  
**22.10 Brescia - Genoa**  
**23.50 Vikingur R. - Fram**

### STÖÐ 2 SPORT 2

**08.30 Leipzig - Tottenham**  
**10.10 Valencia - Atalanta**  
**11.55 Meistaradeildarmörkin**  
**12.30 Vikingur R. - Fram** Bein útsending frá leik í Lengjubikarnum.  
**14.50 LASK Linz - Manch. United**  
**16.50 Napoli - SPAL** Bein útsending.

### STÖÐ 2 SPORT 3

**13.50 Brescia - Genoa** Bein útsending.

### STÖÐ 2 SPORT 4

**16.50 ÍBV - Haukar** Bein útsending frá leik í Olis deild kvenna.

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

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





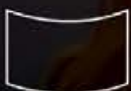
LG

Business Solutions

# Slepptu í myndunaraflinu lausu með hágæða LG OLED upplýsingaskjám

LG bjóða upp á upplýsingaskjá í hæsta gæðaflokki sem koma fyrirtækinu þínu á næsta stig.

Djúpur svartur og fullkomnir litir, skýr mynd frá öllum sjónarhornum, örþunnur og rammalaus skjár sem má raða, beygja og stilla upp að vild. LG OLED upplýsingaskjáir eru tilvaldir til þess að fanga athygli og vekja aðdáun viðskiptavina. Framtíðin í upplýsingaskjám er komin. Hafðu samband og kynntu þér málið.



Concave



Convex



Wave



Circular



Tunnel

LG OLED



SUPERSIGN™

1080+ FULLHD

TÖLVU  
LISTINN

FYRIRTÆKJAFJÓNUSTA

NÁNARI UPPLÝSINGAR HJÁ SÖLUFULLTRÚUM FYRIRTÆKJASVIÐS  
SÍMI 414 1710 OG Á NETFANGIÐ SALA@TL.IS



## Sunnudagur

hopster

Barnaefni  
á íslensku

## Efnisveitan Hopster

Þættir, leikir og fræðsla fyrir yngstu börnin í sjónvarpinu og snjalltækinu. Allt efni með íslensku tali og engar auglýsingar.

Tryggðu þér áskrift á [vodafone.is](http://vodafone.is)



## HRINGBRAUT

**20.00 Mannamál (e)** Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekktu einstaklinga um líf þeirra og störf.  
**20.30 Suðurnesja-magasín Vikurfretta (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Um-sjón: Páll Ketilsson. Framleiðandi: Vikurfréttir ehf.  
**21.00 Söfnin á Íslandi (e)** Þáttaröð um íslensk söfn og safnameningu.  
**21.30 Eldhugar. Sería 3 (e)** Í Eldhugum fer Snædis Snorraddóttir og viðmælendur hennar út á jaðar hreysti, hreyfingar og áskorana lífsins.

## 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**  
**09.20 MúsaHús Mikka**  
**09.45 Krakkafréttir vikunnar**  
**10.05 Lestarklefinn**  
**11.00 Silfríð**  
**12.10 Menningin - samantekt**  
**12.50 Bikarkeppnin í blaki** Bein útsending frá bikarúrslitum kvenna í blaki.  
**15.05 Bikarkeppnin í blaki** Bein útsending frá bikarúrslitum karla í blaki.  
**17.30 Íþróttafrek Örn Arnarson**  
**17.40 Íþróttafrek Bjarni Friðriksson**  
**17.50 Tákn málsfréttir**  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Stundin okkar** Stundin okkar samanstendur af fjölbreyttum smáseríum þar sem krakkar eru þáttastjórnendur. Þar má finna leikna þáttaseríu um krakka sem flækjast í dularfullt mál í Reykjavík, sjáum bráðskemmtilega krakkaútgaðu af spurningaþættinum Kappsmáli, kynnum okkur stöðu umhverfismála í heiminum í dag og fjöllum um tilfinningar og hvaða áhrif þær hafa á okkur.  
**18.25 Lífsins lystisemdir**  
**19.00 Fréttir**  
**19.30 Veður**  
**19.40 Íþróttir á sunnudegi**  
**20.00 Landinn Þáttur um lífið í landinu** Landinn ferðast um og hittir fólk sem fæst við margt áhugavert og skemmtilegt. Ritstjóri er Gísli Einarsson.  
**20.30 Hljómskálinn Útlendingarnir**  
**21.05 Ísalög Tunn is**  
**21.50 Pólskir dagar - Þrjár litir. Blár Trois couleurs. Bleu**  
**23.30 Poirot Agatha Christie's Poirot**  
**00.20 Dagskrárlök**

## GOLFSTÖÐIN

**07.55 Commercial Bank Qatar Masters**  
**10.55 THE PLAYERS Championship** Bein útsending frá lokadegi The PLAYERS Championship.  
**23.05 ISPS Handa Vic Open**

## ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió  
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 Bachelor**  
**15.35 The Bachelor**  
**17.00 The King of Queens**  
**17.20 How I Met Your Mother**  
**17.45 The Kids Are Alright**  
**18.10 Með Loga**  
**19.05 Pabbi skoðar heiminn**  
**19.40 This Is Us**  
**21.05 Law and Order. Special Victims Unit**  
**21.55 Wisting**  
**22.40 Ray Donovan** Vandaðir þættir um harðhausinn Ray Donovan sem reynir að beygja lög og reglur sem stundum vilja brotna. Aðalhlutverkin leika Liev Schreiber og Jon Voight.  
**23.35 The Walking Dead**  
**00.30 The Handmaid's Tale**  
**01.20 The Capture**  
**02.05 Blue Bloods**  
**02.50 Snowfall** Þáttaröð sem gerist í Los Angeles í byrjun níunda áratugarins og fjallar um krakkafaraldurinn sem reið þar yfir. Við fylgjum nokkrum persónum sem flækjast inn í vef eiturfjanna.  
**03.40 Queen of the South**  
**04.25 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

**06.55 Morgunbæn og orð dagsins**  
**07.00 Fréttir**  
**07.03 Trió**  
**08.00 Morgunfréttir**  
**08.05 Á tónsviðinu**  
**09.00 Fréttir**  
**09.03 Samtal**  
**10.00 Fréttir**  
**10.05 Veðurfregnir**  
**10.15 Bók vikunnar Úrval ljóða 1982-2012**  
**11.00 Guðsþjónusta í Reynivallakirkju**  
**12.00 Hádegisútlit**  
**12.20 Hádegisfréttir**  
**12.40 Veðurfregnir**  
**13.00 Sögur af landi**  
**14.00 Viðsjá**  
**15.00 Glans**  
**16.00 Síðdegisfréttir**  
**16.05 Úr tónlistarlífínu. Strok-kvartettinn Síggi**  
**17.25 Orð af orði**  
**18.00 Kvöldfréttir**  
**18.10 Minningargreinar**  
**18.50 Veðurfregnir**  
**18.53 Dánarfregnir**  
**19.00 Óskastundin**  
**19.40 Orð um bækur**  
**20.35 Gestaboð**  
**21.30 Fólk og fræði Kröfluelda minnst**  
**22.00 Fréttir**  
**22.05 Veðurfregnir**  
**22.10 Á reki með KK**  
**23.10 Frjálsar hendur**  
**00.00 Fréttir**  
**00.05 Næturútlit Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

**10.45 Dare To Be Wild**  
**12.30 3 Generations**  
**14.00 Breakthrough**  
**15.50 Dare To Be Wild**  
**17.35 3 Generations**  
**19.05 Breakthrough**  
**21.00 Maudie**  
**22.50 Deadpool 2**  
**00.50 Hotel Artemis**  
**02.20 Maudie**

## STÖÐ 2

**08.00 Strumparnir**  
**08.20 Dóra og vinir**  
**08.45 Stóri og Litli**  
**08.55 Mæja býfluga**  
**09.05 Zigby**  
**09.20 Blíða og Blær**  
**09.40 Mia og ég**  
**10.05 Lina langsokkur**  
**10.30 Lukku Láki**  
**10.55 Það er leikur að elda**  
**11.10 Ævintýri Tinna**  
**11.35 Friends**  
**12.00 Nágrannar**  
**12.20 Nágrannar**  
**12.40 Nágrannar**  
**13.05 Nágrannar**  
**13.25 Nágrannar**  
**13.50 American Woman**  
**14.10 Jamie & Jimmy's Food Fight Club**  
**15.00 The Great British Bake Off**  
**16.00 Steinda Con. Heimsins furðulegustu hátíðir**  
**16.25 Heimsókn**  
**16.55 60 Minutes**  
**17.40 Viglínan**  
**18.25 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.50 Sportpakkinn**  
**19.05 Nostalgia**  
**19.25 McMillions**  
**20.20 Deadwater Fell**  
**21.10 The Sinner**  
**22.00 Homeland**  
**22.45 Manifest**  
**23.30 The Outsider**  
**00.30 Big Little Lies**  
**01.10 Big Little Lies**  
**02.00 Big Little Lies**

## STÖÐ 3

**15.50 Seinfeld**  
**17.20 Seinfeld**  
**18.15 Modern Family**  
**18.35 Besta svarið**  
**19.15 Besti vinur mannsins**  
**19.35 One Born Every Minute**  
**20.25 You're the Worst**  
**20.50 Keeping Faith**  
**21.45 The Americans**  
**22.30 Zombie**  
**23.10 All American**  
**23.50 Modern Family**  
**00.15 Hið blómlega bú**  
**00.45 Seinfeld**

## STÖÐ 2 SPORT

**07.00 ÍBV - Haukar**  
**08.25 Mallorca - Barcelona**  
**10.05 Evrópuvæðingarmörkin**  
**11.20 Lazio - Fiorentina** Bein útsending.  
**13.40 Celta Vigo - Villarreal**  
**15.20 20. umferð** Markaðpáttur Ólís deildarinnar.  
**16.50 Parma - Inter** Bein útsending.  
**19.05 Breiðablik - KR** Bein útsending frá leik í Lengjubikarnum.  
**21.25 Athletic Club - Atletico Madrid**  
**23.05 Lazio - Fiorentina**

## STÖÐ 2 SPORT 2

**09.10 PSG - Borussia Dortmund**  
**10.50 Liverpool - Atletico Madrid**  
**12.30 Meistaradeildarmörkin**  
**13.05 Inter - Getafe**  
**14.50 Athletic Club - Atletico Madrid** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.  
**17.20 Granada - Getafe** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.  
**19.35 AC Milan - Roma** Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.

## STÖÐ 2 SPORT 3

**19.50 Sevilla - Real Betis** 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



**Kjarakaup**

# 70% AFSLÁTTUR

*Allt að 70% afsláttur af hurðum sem hætta í sölu. Komdu og gerðu frábær kaup!*



## ÞAÐ ERU HURÐADAGAR Í BAUHAUS!



**Gifspata**  
12,5 x 1.200 x 2.700 mm. Gæðavara í 1. flokki, til Klæðningar. Verð á plötu.

**1.780,-**

~~2.225,-~~



**Rakapolnar gifspötur**  
12,5 x 1.200 x 2.550 mm. Verð á plötu.

**2.636,-**

~~3.295,-~~



**Fermacell trefjagifs**  
12,5 x 900 x 1.200 mm. Verð á plötu.  
15 x 900 x 1.200 mm. Verð á plötu m/afslætti 1.956,- 12,5 x 1.200 x 2.600 mm. Verð á plötu m/afslætti .....5.356,-

**1.436,-**

~~1.795,-~~

Fermacell vörur á  
**20%  
afslætti**



**Fermacell**  
fúgupartsl 5kg.

**1.436,-**

~~1.795,-~~

**Fermacell límtúba**  
310 ml.



**1.596,-**

~~1.935,-~~

**Fermacell 3,9 x 30 mm.**  
skrúfur. 1.000 stk.



**3.556,-**

~~4.445,-~~

250 stk. m/afslætti .....1.356,-

**MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!**

**OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18**

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplýsingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is



# Einbeittur brotavilji karlmannna í skattsvikum

Sviðslistahópurinn **Ást og karóki** frumsýndi verkið Skattsvik Development Group í vikunni. Uppselt var á sýninguna, en hún snýst fyrst og fremst um eittraða karlmennsku og skattsvik.

Síðasta fimmtudag frumsýndi sviðslistahópurinn **Ást og karóki** verkið Skattsvik Development Group í Borgarleikhúsinu. Hópurinn skipa þeir Stefán Ingvar Sigfússon, Adolf Smári Unnarsson, Birnir Jón Sigurðsson, Friðrik Margrétar-Guðmundsson og Matthías Tryggvi Haraldsson. Matthías var fyrst í mánuðinum valinn leikskáld Borgarleikhússins 2020-21.

„Fyrsta sýningin sem við gerðum í Listaháskólanum hét Ást og karóki, þaðan kemur nafnið. Við fjöllum alltaf um ákveðnar hliðar karlmennskunnar í verkunum okkar. Í fyrsta verkinu okkar fjölluðum við um karlmennsku og ástarsorg. Í því verki skoðuðum við keppni og yfirborðsgleði, meðal annars,“ segir Stefán Ingvar.

„Núna vendum við kvæði okkar í kross og beinum sjönnum okkar að skattsvikum,“ bætir Matthías við.

Löngum hefur sú fiskisaga flogið að listamenn á Íslandi séu alræmdir skattsvikarar. Nú eru þeir allir fimm listamenn og því eðlilegt að spyrja hvort verkið sé byggt á þeirra eigin reynslu.

„Þetta er í það minnsta í fyrsta skiptið sem við gerum þetta markvisst, að reyna að svikja undan skatti,“ segir Stefán.

„Já, þetta hafa þá kannski frekar verið óviljandi skattsvik, sem hafa orsakast af heimsku eða vanþekkingu,“ segir Friðrik.

Þeir eru allir á einu máli um að það sé líklega algengara að karlmenn stundi skattsvik en konur.

„Ég er algjörlega á því að það sé algengara að karlmenn stundi skattsvik en konur. En ég vil alls ekki skrifa það á heimsku eða vanþekkingu, heldur einbeittan brotavilja,“ segir Stefán.

## Helgi Seljan hjálpaði til

„Það er sannað að karlmenn eru 17% líklegri til að vera heimskir og 27% líklegri til að fremja skattalagabrot,“ segir Matthías og bætir svo við: „Þetta var listræn rannsókn af okkar hálfu.“

„Við höfum nú samt fengið hagfræðinga, mannfræðinga og lögfræðinga til að spjalla við okkur,“ segir Birnir.

„Helgi Seljan kom líka til að kenna okkur að svikja undan skatti. Eða sko, hann er bara búinn að rannsaka skattsvikara svo ítarlega. Ætli hann hafi nokkuð áttað sig á því að hann væri í raun að kenna okkur að svikja undan skatti með því að deila þekkingu sinni á þennan hátt,“ segir Matthías.

„Já, hann náttúrulega aflaði sér mikillar þekkingar í þessum



Meðlimir sviðslistahópsins **Ást og Karóki**: Stefán, Birnir og Friðrik og fyrir framan þá sitja þeir **Adolf og Matthías**. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

málum þegar hann rannsakaði Samherjamálið,“ segir Birnir.

Stefán segir að það sé vafalaust tenging á milli þess að skoða skattsvik til hlítar, nú í ljósi þess að þeir séu að stíga sín fyrstu skref sem listamenn.

„Já, það er sniðugt fyrir okkur að vita þetta. Svo við græðum meiri pening, auðvitað,“ segir Birnir.

## Taktlaus Stefán

Hluti hópsins kynntist í Menntaskólanum í Reykjavík. Allir í hópnunum lærðu svo sviðslistir við Listaháskólann nema Friðrik, hann lærði tónsmíðar.

„Við leikum okkur með tónlist í sýningunni, en ég er til dæmis ekki tónlistarmaðurinn í sýningunni. Við erum allir að hjálpast að,“ segir Friðrik.

„Ég spreyti mig á gítarleik,“ segir Matthías.

„Og ég spila á trompet, sem ég hef ekki gert í tíu ár,“ segir Birnir.

„Ég fékk ekki að taka þátt í tónlistinni, ég er ómúsikalskur og taktlaus,“ bætir Stefán við.

„Já, Stefán er eiginlega rosalega taktlaus,“ segir Friðrik.

## Í öllum skilningi orðsins þá?

„Já, já, auðvitað. Í öllum skilningi orðsins,“ segir Friðrik.

## Birnir massaðastur

Þeir segja gegnumgangandi þema í verkum þeirra vera karlmennskuna.

„Síðasta sýning sem við gerðum tók á eittraðri karlmennsku í allri sinni mynd,“ segir Stefán.

„Í henni vorum við að glíma og berjast,“ segir Friðrik.

„Birnir var massaðasti meðlimur hópsins, samkvæmt rannsóknunum,“ segir Matthías.

„Það er ég, Birnir,“ segir Birnir.

**MÉR FINNST SKATT-SVIK EINKENNA EITRAÐA KARLMENNSKU, ÞAÐ AÐ NEITA AÐ TAKA ÞÁTT Í SAMFÉLAGINU.**

Stefán

„En þetta er ekki svo ólíkt. Mér finnst skattsvik einkenna eittraða karlmennsku, það að neita að taka þátt í samfélaginu. Þetta eru alltaf einhverjir spaðar, jakkafata Verzlóstrákar. Mér finnst þessi einbeitti vilji til að taka ekki þátt í því að byggja upp samfélagið vera mjög áhugaverður,“ segir Stefán.

„Við erum í raun að læra það hversu eittraður sá hugsunarháttur er,“ segir Birnir og bætir svo við: „Learning by doing, væri hægt að segja.“

„Við stofnuðum í alvöru fyrirtæki á Írlandi sem heitir sama nafni og sýningin, Skattsvik Development Group. Það er gífurlega hátt þjónustustig fyrir skattsvikara á Írlandi. Það er ekki síður mikilvægt,“ segir Matthías.

„Alveg rétt. Við þurftum bara að hringja eitt símtal og þá vorum við komnir með ritara og skrifstofu. Eða í raun gervi-skrifstofu, bara til að sanna að við værum með starfsemi á Írlandi.“

## Adolf ætlar ekki að hætta

Hópurinn segir upphæðina sem hann fékk frá Borgarleikhúsinu til að skapa verkið hlaupta á milljónum króna, en þeir fjármunir fóru að megninu til í rannsóknarvinnuna.

„Markmiðið er að græða pening á þessu. Þannig að við settum okkur það markmið að allavega ekki eyða meiri peningum en við fengum. Það að stofna fyrirtæki á Írlandi, kaupa skúffufyrirtæki í Panama, þetta er náttúrulega ákveðinn kostnaður,“ segir Friðrik.

„Þetta var ákveðinn kostnaður,“ segir Matthías.

„Já, en borgar sig samt. Það mikilvægasta er að þótt skatturinn tapi kannski 800 þúsund krónum á þessu, þá erum við sjálfir að græða kannski 25 þúsund kall,“ segir Stefán.

„Já, já, svo getum við haldið áfram að svindla á skattinum þó að sýningunni ljúki,“ segir Adolf.

Miða á sýninguna er hægt að nálgast á borgarleikhús.is, enn eru nokkrir lausir á sýninguna í kvöld og annað kvöld.

steingerdur@frettabladid.is



## SJÓNVARP

81.925 MANNS HORFA DAGLEGA  
Á SJÓNVARPSTÖÐVAR OKKAR



## ÚTVARP

79.147 HLUSTA DAGLEGA  
Á ÚTVARPSTÖÐVAR OKKAR



## VEFUR

135.264 MANNS SKOÐA  
VÍSIRIS DAGLEGA

— ÖFLUGASTI —  
AUGLÝSINGAMIÐILL LANDSINS

**180.000**

MANNS NOTA OKKAR MIÐLA DAGLEGA!\*

HVAR BIRTAST ÞÍN SKILABOÐ?







# Tökumst á við þetta saman

Á næstu dögum og vikum tökumst við á við stóra áskorun. Við hjá Arion banka viljum benda á nokkur atriði sem snúa að bankaþjónustu og leiðir til að takast á við vandann í sameiningu.

- **Greiðsluhlé íbúðalána**  
Ef upp koma erfiðleikar við að standa skil á afborgunum á íbúðalánum vegna COVID-19 stendur til boða að gera hlé á þeim í allt að þrjá mánuði.
- **Útibú**  
Á næstunni mun færri starfsfólk sinna þjónustu í útibúum okkar en vanalega. Við biðjum viðskiptavini að takmarka heimsóknir í útibú eins og kostur er.
- **Nýtum aðrar þjónustuleiðir**  
Það er hægt að sinna næstum öllum almennum bankaaðgerðum í netbankanum og Arion appinu. Ef þú ert ekki komin(n) með Arion appið er núna rétti tíminn til að sækja það. Þjónustuverið er í síma **444 7000** og netspjall í boði á **arionbanki.is**.
- **Því snertilausara því betra**  
Öruggast er að greiða snertilaust með síma og snjallúrum. Einnig bjóða langflest greiðslukort upp á snertilausa virkni.
- **Vörumst blekkingar**  
Lögreglan varar sérstaklega við tilraunum til að hafa fé af fólki í tengslum við COVID-19, í gegnum síma, með svikasíðum og Instagramreikningum. Verum á varðbergi.

Þú finnur allar upplýsingar um greiðsluhlé, útibú og stafrænar leiðir á **arionbanki.is**.





Lífið í vikunni  
08.03.20-  
14.03.20

### ÁSTA VANN VERÐLAUN



Ásta gaf út sína fyrstu plötu, Sykurbað, en hún var valin plata ársins í Þjóðlaga- og heimstónlist á Íslensku tónlistarverðlauninum. Á miðvikudaginn kom út myndband við titillag plötunnar, en Ásta naut dyggjar aðstoðar foreldra sinna á settinu.

### VIGDÍS SELUR STÍGVÉLIN

Vigdís Hauksdóttir vill losna við leðurstígvél kennd við Gyðju, systur eins höfuðandstæðings hennar í borginni. Stígvélin eru þó bara of við og hún vill ekki hætta á fót-brot þótt hún stigi ekki borgarlínudans.



### TÓNLEIKAR Í MENGI

Teitur Magnússon og Gunnar Jónsson Collider héldu tónleika í Mengi á fimmtudaginn. Fyrr í mánuðinum gáfu þeir út lagið Hvíti dauði en margar furðulegar upptökur og tilviljanir fylgdu gerð lagsins.



### FÓR Í FALLHLÍFARSTÖKK

Grínistinn Hugleikur Dagsson er nú búsettur í Berlín. Hann var að gefa út uppstandið sitt Son of the day á netinu. Hugleikur skrapp í fallhlífarstökk um daginn

OPPI Á STUNNUÐÓGÓMI DORMA SMÁRATÖRGI

## Dýnuveisla

Smáratorgi | Holtagörðum | Akureyri | Ísafirði

### Nature's REST LUXURY

heilsurúm með Classic botni

Ferlingar  
**TILBOÐ**  
**20%**  
AFSLÁTTUR

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	Fermingartilboð með Classic botni
80x200 cm	37.900 kr.	65.900 kr.	<b>52.720 kr.</b>
90x200 cm	39.900 kr.	69.900 kr.	<b>55.920 kr.</b>
100x200 cm	41.900 kr.	73.900 kr.	<b>59.120 kr.</b>
120x200 cm	43.900 kr.	79.900 kr.	<b>63.920 kr.</b>
140x200 cm	49.900 kr.	89.900 kr.	<b>71.920 kr.</b>

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- 320 gormar á m<sup>2</sup>
- Sterkur botn
- Góðar kantstyrkingar

## 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.

Afgreiðslutími Rvk  
Mánudaga til föstudaga kl. 11-18.30  
Laugardaga kl. 11-17  
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)  
www.dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík  
Smáratorgi, Kópavogi  
Dalsbraut 1, Akureyri  
Skeiði 1, Ísafirði

Láttu drauminn ræstast



Guðný María er í smá brekk með páskátónleikana en er óbuguð og lætur ekki kórónaveiruna trufla sig. Tónleikarnir verði eins og fyrsti kossinn þegar þar að kemur og „þú veist ekki hvert hann getur leitt þig“. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# Hugdjarfa veirufælan

Söngspíran **Guðný María Arnþórsdóttir** er pollróleg í veirufárinu og lætur ekki einu sinni fregnir af því að páskátónleikarnir hennar falli innan ramma samkomubannsins sem boðað var í gær á sig fá.

Söngkonan Guðný María Arnþórsdóttir sprakk út sem poppstjarna fyrir nokkrum misserum þegar hún fann sína fjöl, rétta tóninn og frægðina á Youtube hvar tónlistarmyndbönd hennar hafa fengið miklu meira áhorf en mörg dægurflugan með lengri feril að baki getur státað af. Löngu áður en COVID-19 lét á sér kræla hafði Guðný María bókað skemmtistaðinn Gaukinn fyrir páskagula gleðitónleika sem hún hugðist halda á kvöldi laugardagsins fyrir páska. Þess 11. apríl nánar tiltekið.

„Já, þessir tónleikar heita Okkar okkar páskar, eins og lagið mitt sem sló svo eftirminnilega í gegn á Youtube fyrir tveimur árum.“ Þetta eru fyrstu tónleikarnir mínir sem eru eins og fyrsti kossinn. Þú veist ekki hvert hann getur leitt þig,“ sagði Guðný í samtali við Fréttablaðið fyrir skömmu.

### Veirufælan syngjandi

En í gær kom babb í bátinn þegar Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra tilkynnti að viðtækt samkomubann tæki gildi á þriðjudaginn og stæði til mánudagsins 13. apríl sem er annar dagur páska.

Tónleikarnir falla því innan

**ÞÆR VILJA EKKI SJÁ MIG ÞESSAR VEIUR. RÆÐST HÚN EKKI MEST Á ELDRI KARLMENN? MÉR SKILST ÞAÐ.**

samkomubannsins en Guðný María er greinilega þegar með páskasólina í sinni þar sem hún lét það síður en svo setja sig út af laginu þegar Fréttablaðið færði henni, fyrst allra fjölmiðla, fregnir af banninu.

„Þeir frestast þá kannski bara örlítið og verða bara þriðja í páskum eða eitthvað. Tónleikarnir verða. Það verður þá bara sett ný dagsetning á þá,“ svaraði Guðný María að bragði og bætti aðspurð við að sjálf væri hún ekkert hrædd við að smitast af COVID-19.

„Nei, ég er það ekki. Þær vilja ekki sjá mig þessar veiur. Ræðst hún ekki mest á eldri karlmenn? Mér skilst það. Eða þeir hafa farið verr út úr því eða eitthvað, ég veit ekki hvað.“

Guðný ákvað í framhaldinu að höfðu samráði við staðarhaldara á Gauknum að leyfa helginni að liða og taka ákvörðun um hvernig tónleikunum verði bjargað út fyrir endimörk samkomubannsins.

### Fer langt á þrjóskunni

„Páskalagið er komið með 122 þúsund spílanir og vinsældir þess sönnuðu fyrir mér að ég væri á réttri leið og að ég ætti að fá að skapa lagið til enda alveg sjálf. Það færi best. Þetta er nokkuð sem ég byrjaði á sem barn en virtist þá ekki mega þetta, en nú fæ ég loksins að lifa og vera Guðný María,“ segir hún.

Lífið og tónlistarferillinn hafa þannig sannfært Guðnýju Maríu um að henni er farsælast að treysta á sjálfa sig og hún segist því vera að læra á djasspíanó í FÍH. „Svo er ég í námsgrein sem heitir Listin og lífi-braudið sem nær utan um flest sem ég þarf að vita um þessa praktisku hluti,“ segir hún og lítur um öxl. Reynslunni ríkari.

„Áður hafði ég farið í tvö stúdíó með miklum látum. Þar vildu tæknimennirnir ráða sjálfir hvernig lögin mín ættu að hljóma og ég þurfti að berjast þar fyrir hverri nótu á meðan ég borgaði þessum mönnum 20 þúsund á tímann. Þegar ég sem lag, þá vil ég fá að ráða hvernig það hljómar. Ég gafst algerlega upp,“ segir Guðný María sem ætlar ekki að láta neitt stoppa sig framvegis. Hvorki veirupestir né hælbita.

benediktboas@frettabladid.is  
toti@frettabladid.is



NS

NÝTT

360 g

Sírius  
Súkkulaðipáskaegg  
MEÐ KREMKEXI

KREMKEKX

Gleðilega páska

KREMKEKX

Gleðilega páska

**Eitt sem stendur uppúr!**

Sírius rjómasúkkulaði með kremkexi hefur notið gífurlegra vinsælda og þess vegna fannst okkur tilvalið að gera úr því páskaegg. Nú geta hinir fjölmörgu aðdáendur Sírius súkkulaðisins okkar farið að hlakka til.

NS  
NÓI SÍRÍUS

coCoa  
HORIZONS



**BYKO**

# Nýtt blað á byko.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengli.

**20% afsláttur**  
Útl vegg- og lofta-málning  
Einkelt ryksugur • Grænir  
BOSCH Háprýstidælur

**25% afsláttur**  
Allt harparket & flísar  
• Järnhúllur • Grófa  
bláðunartækj • Eldstæð,  
gas- og gashitarar

**30% afsláttur**  
GUNSAN rotar & tenglar

Nú er tími til framkvæmda Klárum verkið saman!

BÆTT FLOKKUN OG UMGENGNI

**Frábær tilboð**

Verslaðu  
á netinu



Málning | Verkfæri | Háprýstidælur  
Parket & flísar | Eldhús & bað og margt fleira

**25% afsláttur**  
af öllu parketi  
og flísum

**25% afsláttur**  
af öllum eldstæðum,  
& geisla- og  
gashiturum

**20% afsláttur**  
af öllum grænum  
BOSCH  
háprýstidælum

6 lítrar  
Flúða Sáðmold  
Mold

4living  
LITTIMALU  
Blaðull  
4living  
SILF  
BASILKA  
4living  
PINKING  
MOROTT  
MOROTT

**20% afsláttur**  
af fræjum, mold  
og sáðbökkum

Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land





**Það er lítið  
mál að mála**

**20%  
afsláttur**  
af allri vegg- og  
loftamálningu



**30%  
afsláttur**  
af öllum GUNSAN  
rofum & tenglum



**25%  
afsláttur**  
af öllum  
járnhillum

**GROHE**

**Tilboðsverð**

**Eldhústæki hátt**

Fallegt eldhústæki með háum  
krana og einu handfangi. Króm.

**26.246**

15332663

Almennt verð: 34.995



**GROHE**

**Sértilboð**

**Handlaugartæki**

s-stærð, GROHE StarLight®  
krómáferð. Án botnventils.

**38%**

**11.190**

15332204

Almennt verð: 17.995

**25%  
afsláttur**  
af öllum Grohe  
blöndunar-  
tækjum

**Snerti-  
laust**

**Tilboðsverð**

**Snertifrítt  
handlaugartæki**

Grohe Eurosmart Cosmopolitan E.  
Innrauður skynjari og falinn  
blandari til að stilla hitastig.

**38.696**

15336330

Almennt verð: 51.595

**Við erum  
komin með  
jafnlaunavottun**

BYKO hefur hlotið  
jafnlaunavottun sem hefur  
að meginmarkmiði að vinna  
gegn kynbundnum  
launamun og stuðla  
að jafnrétti kynjanna á  
vinnumarkaði.



JAFNLAUNAVOTTUN  
2020 - 2023



**BYKO**

GERUM ÞETTA SAMAN





## BAKÞANKAR

Óttars  
Guðmundssonar



## Mennt er máttur?

Á Arnarstapa í Skagafirði stendur minnismerki um Stephan G. Stephansson skáld. Sagt er að hann hafi ungur setið á þessum stað á ofanverðri 19. öld og virt fyrir sér skólapiþla á leið til náms suður til Reykjavíkur. Sakir fátæktar var Reykjavíkur lærði skóli lokaður Stephani og það féll honum afar þungt. Menntun var lengst af á Íslandi forréttindi barna embættismanna og ríkra bænda.

Þetta breyttist á seinni hluta síðustu aldar. Skyndilega varð offramboð á menntun. Stúdentspróf varð jafn almennt og fullnáðarprófið var hér áður. Allir sem vettlingi gátu valdið fóru í háskóla og luku prófi í námsgreinum sem enginn vissi að væru til.

Nú hafa menn hafa áttað sig á því að öll þessi menntun er næsta gagnslaus. Hvað getur vinnumarkaðurinn tekið á móti mörgum lögfræðingum, kvikmyndafræðingum og kynjafræðingum? Eru mannauðsstjórar ómissandi? „Bókviði verður ekki í askana látið,“ sagði kellingin. Margir hafa bent á að góð lífsreynsla og sjálfsmenntun sé mikilvægari en próf úr dularfullum skólum. Hvorki Skarphéðinn Njálsson né Halldór Laxness luku stúdentsprófi en létu þó mikið fyrir sér fara á innanlandsvettvangi. Skóli lífsins er aftur kominn í umræðuna sem vanmetinn valkostur. Er skynsamlegt að sitja á skólabekk lungann úr ævi sinni?

Er ekki mál að linni og menn endurskoði gamalt 19. aldar gildismat og menntasnob? Við Stephan G. Stephansson segi ég: Hættu þessu væli yfir því að komast ekki suður í menntaskóla, Stebbi litli. Það hefði hvorki gert þig að betra skáldi né betri manni og alls ekki skilað þér hærri launum í yfirstandandi kjarasamningum.

FYRIR SVANGA  
FERÐALANGA

Kvikk  
ON THE GO



Laugarásvegi 1

Njóttu



## Komdu þér vel fyrir

Í vefverslun okkar, IKEA.is, finnur þú allt okkar fjölbreytta vöruúrval. Þar getur þú verslað í rólegheitum heiman frá þér allan sólarhringinn og fengið vörurnar sendar – hvert á land sem er.

IKEA 365+ karafli með tappa 1l

595,-

NISSAFORS hjólavagn

4.990,-

IKEA 365+ bolli 36cl 295,-

SÖDERHAMN legubekkur, áklæði: Samsta dökkgrátt

43.900,-

+

JOHANNE teppi 4.490,-



Við sendum þér vörurnar!



Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingasíð opið 9:00-20:30 - IKEA.is

