FRÉTTABLAÐIÐ

118. TÖLUBLAÐ 20. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 23. MAÍ 2020

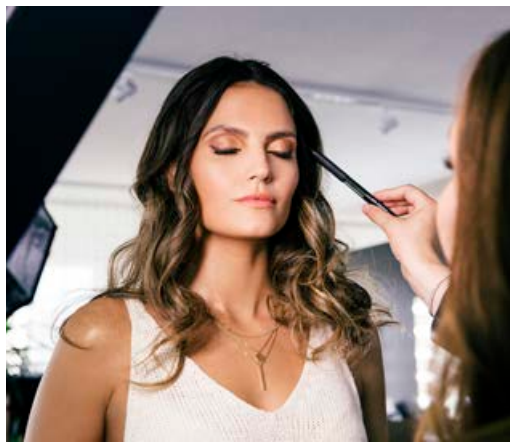
Þarna þurfti ég að endurmeta algjörlega hvað væri mér mikilvægt og reyna að sinna sjálfri mér í fyrsta sinn í langan tíma.

Fann ræturnar og sjálfa sig

Áslaug Magnúsdóttir hefur getið sér gott orð í tískuheiminum í New York og er stofnandi Moda Operandi. Eftir erfitt ár 2015 þurfti hún að finna sjálfa sig á ný og gerði það meðal annars með því að rækta íslenskar rætur sínar og setti á laggirnar sjálfbæru fatalínuna Kötlu. ➔ 22



FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Sumarförðunin

Harpa Káradóttir og Natalie Hamzehpour sýna heitustu förðunartrend sumarsins. ➔ 46



Heimanám og umhverfismál

Salvör Nordal segir margt brenna á íslenskum börnum. ➔ 18



Gullöld Borgarinnar

Hótel Borg er 90 ára en saga hótelsins er ævintýraleg. ➔ 28

Átt þú rétt á slysabótum?

Við hjálpum þér að leita réttar þíns



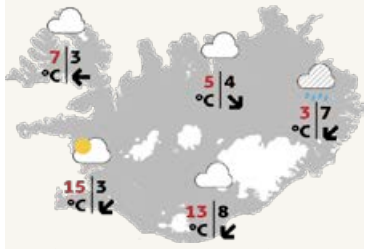
TORT

INNHEIMTA SLYSABÓTA

UMFERÐARSLYS | VINNUSLYS | FRÍTÍMASLYS

HAFÐU SAMBAND 511 5008

Veður



Norðaustan 3-10 m/s og að mestu skýjað en bjartviðri um vestanvert landið. Gengur í norðan 8-15 í kvöld, en 15-23 m/s undir Vatnajökli. Rigning eða slydda með köflum austan til á landinu, annars þurrt. Hiti 5 til 16 stig yfir daginn.
SJÁ SÍÐU 38



Bogi Nils Bogason forsjóri á hluthafafundi í gær. FRÉTTABLADID/VALLI

Hlutafé aukið síðar í sumar

VIÐSKIPTI Icelandair Group stefnir að því að hlutafjárútboð félagsins fari fram í lok júnímánaðar. Tillaga um að stjórn félagsins fái heimild til að auka hlutafé um allt að þrjátíu milljarða króna að nafnvirði var samþykkt samhljóða á hluthafafundi félagsins í gær.

Stefnt er að því að nýtt hlutafé geti numið á bilinu 150 til 200 milljónum dala, eða allt að 29 milljörðum króna, og að útboðið fari fram í kjölfar þess að samkomulag náist við helstu haghafa flugfélagsins. Má í því sambandi nefna flugfreyjur og flugþjóna félagsins, lánveitendur, leigusala og aðra birgja, stjórnvöld og bandaríska flugvélaframleiðandann Boeing. Skili samningar árangri verði lýsing fyrir hlutafjárútboðið í kjölfarið gefin út og kynningar fyrir fjárfesta haldnar á dögunum 16. til 22. júní og gert ráð fyrir að hlutafjárútboðið fari fram á dögunum 29. júní til 2. júlí.

Í kynningu kemur fram að viðræður Icelandair Group við kröfuhafa gangi út á endurskipulagningu skulda og er í því sambandi meðal annars nefnt greiðsluhlé og breytingar á lykilskilmálum.

Þess má geta að sá valmöguleiki verður fyrir hendi í hlutafjárútboðinu að skuldum verði breytt í hlutafé. – kij

Veðurlagsins blíða



Útisvæði veitingastaða miðborgarinnar voru þéttsetin í gær enda veðrið með besta móti þrátt fyrir sólarleysi. Íbúar höfuðborgarsvæðisins geta glaðst áfram yfir veðrinu en spáð er allt að 18 stigum og heiðskíru í Reykjavík í dag en rigning er svo í kortunum næstu daga. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Landinn kemst loks í ræktina

COVID-19 Á mánudaginn mega 200 manns koma saman eftir 50 manna hámarks samkomufjölda sem gilt hefur frá 16. mars, þegar ný auglýsing heilbrigðisráðherra um samkomutakmarkanir tekur gildi.

Samkvæmt auglýsingunni má opna líkamsræktarstöðvar á ný, með sömu takmörkunum og gilda



Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra.

um sund- og baðstaði. Þá verður öllum veitingastöðum, þar með töldum krám og skemmtistöðum heimilt að hafa opið til klukkan 23.

Tveggja metra reglan breytist þannig að til að vernda viðkvæma hópa ber þjónustuveitendum að tryggja rými fyrir þá sem kjósa að halda slíkri fjarlægð áfram. – aá



Safnar 500 krónum fyrir sérútbúnum bíl

Lára safnar nú fyrir sérútbúnum bíl fyrir hjólastóla og hefur auglýst eftir 500 krónum sem fólk er hætt að nota. Lára er með sjaldgæfan erfðasjúkdóm og þarf að nota hjólastól. Fjölskyldan segir söfnunina hafa gengið vonum framar.

SAMFÉLAG Hin ellefu ára gamla Brynhildur Lára Hrafnsdóttir, eða Lára eins og hún er oftast kölluð, ákvað að fara öðruvísi leið til að safna fyrir sérútbúnum bíl fyrir hjólastól, en hún auglýsti eftir 500 krónum „sem fólk væri hætt að nota“ eins og hún orðar það sjálf.

Lára er með sjaldgæfan ólæknandi erfðasjúkdóm sem heitir NF1. Fjölskyldan hefur staðið fyrir fleiri söfnunum í gegnum tíðina en margar hindranir hafa verið á vegi Láru. Foreldrar Láru, Margrét Grjetarsdóttir og Hrafn Óttarsson, lýsa henni sem miklum mannvini og einstakri stelpu.

„Hún hefur gengið í gegnum mjög mikið og enginn endir í sýn. Hún er alblind frá haustinu 2014. Hún er með átta æxli sem vitað er um og eru fimm þeirra í höfðinu, eitt á hrygg og eitt í hvoru læri,“ segir Margrét, en auk þess er hún með ADHD og ódæmigerða einhverfu sem er fylgifiskur sjúkdómsins.

Fyrir um það bil ári hrakaði Láru mikið, hún varð mjög máttfarin í hægri hlið líkamans og hefur þurft að nota hjólastól frá þeim tíma. Fjölskyldan ákvað að setja sig í samband við fyrirtæki sem útbýr sérsniðna bíla fyrir hjólastóla og hófst þar með ferli í gegnum sænska almannatryggingakerfið.

Strangar reglur gilda um kaup á slíkum bíl og þrátt fyrir að fá styrk, þarf fólk að mestu að fjármagna kaupin sjálf. „Þetta er mjög erfið aðstaða, að endalaust þurfa að kalla á hjálp frá utanaðkomandi aðilum. Við vonum bara að fólk skilji hvernig þetta er,“ segja foreldrar Láru.

Ákveðið var að söfnun Láru færi í að kaupa bílinn, en að sögn foreldranna hefur söfnunin gengið vonum framar. „Ég veit ekki hvað hægt er að segja svo fólk átti sig á því sem bærist um í huga manns af þakklæti,“ segir Margrét en næsta skref er að safna fyrir útborgun í húsnæði.



Lára er með sjaldgæfan, ólæknandi erfðasjúkdóm.

„Eftir að bíllinn er kominn þá munum við halda áfram að stefna á húsnæði. Það myndi breyta svo miklu fyrir Láru og ekki bara það heldur gætum við aðlagað húsnæðið að öllum hennar þörfum. Svo söfnunin mun halda áfram.“ Nánar er rætt við foreldra Láru á frettabladid.is og þar má einnig nálgast upplýsingar um söfnunina.
fanndis@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ
Meira á frettabladid.is

HÚSASMIÐJAN

FYRIR ÞIG



20% afsláttur
af allri pallaolíu
og viðarvörn



20% af öllum Texas sláttuvélum

Með drifi

20%

45.595 kr
~~56.995 kr~~

Sláttuvél með drifi RL 460TR/W
Bensínmótor 139cc/2,3kW, sláttubreidd 46 cm drif, 3in1 kerfi, þyngd 33 kg. **5085309**



25%

32.240 kr
~~42.990 kr~~

Gasgrill Solo
Flott grill fyrir heimilið eða bústaðinn. 3 ryðfríir brennarar, grillflötur: 62,8x40,6 cm. **3000393**



83.990 kr
~~89.900 kr~~

Gasgrill Baron 320
Grillflötur: 48,5 x 44 cm, 3 ryðfríir brennarar 9,3 Kw, hitamælir í loki og hjól undir grilli. **3000611**



20% af öllum BLACK+ DECKER rafmagns-verkfærum

20%

12.795 kr
~~15.995 kr~~

Rafmagnssláttuvél (svifvél)
1200W, sláttubreidd 30 cm, fyrir allt að 250 m² garð. **5085195**

blómaval



Forræktaðar matjurtir
6 stk. í bakka, margar tegundir.

999 kr
~~1.290 kr~~

22%



Sýpris
Flott í útipottana.

1.990 kr/stk.



50%

Margarita
Margir litir.

999 kr
~~1.990 kr~~

Nýtt í Blómavali
Burknar í garðinn



Garðaburknar
Gullburkni, Roðaburkni, Stóriburkni.
Verð frá

1.990 kr/stk.



Vilmundur Hansen, garðyrkjufræðingur, verður með ráðgjöf fyrir viðskiptavini laugardag og sunnudag í Blómaval Skútuvogi kl. 13-17.



25%



Frábærar bækur
Vinnan í garðinum og Gómsætt úr garðinum.

1.490 kr
~~1.990 kr~~



30%

30% af öllum ELKOP stigum og tröppum

ELKOP

3.845 kr
~~5.495 kr~~

Áltrappa
3ja þrepa, 150 kg. **5078850**



20%

Nilfisk 20% af öllum háþrýsti-dælum

Nilfisk

13.595 kr
~~16.995 kr~~

Háþrýstidæla C100.7-5
100 bör, 1.3kW, 440 ltr./klst., 5 m slanga, Click & Clean kerfi. **5254200**

Frábært verð



IKRA mogatec

5.495 kr

Rafmagnsorf IGT 350
Ikra, 350W, 25 cm sláttubreidd, lína 1,6 mm, framlengjanlegt skaft. **5086616**

25%



claber

7.195 kr
~~9.595 kr~~

Ruslavagn
Claber. **5081642**

20%



7.990 kr
~~9.990 kr~~

Garðstóll
Kingsbury með örmum, samanbrjótanlegur. **3899120**

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

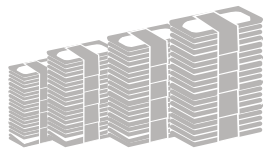
TÖLUR VIKUNNAR 17.05.2020 TIL 23.05.2020



2
eru í einangrun á Íslandi vegna COVID-19.



68
milljónir króna var tap félagsliða í efstu deild karla í knattspyrnu á síðasta ári.



18
milljónir króna er áætlaður kostnaður við viðbyggingu á Bragganum í Nauthólsvík.



24
prósent kvenna sem starfa á Alþingi hafa orðið fyrir kynferðislegri áreitni í starfi sínu.



5,7
prósent af íbúum Íslands eru frá Póllandi.

Þrjú í fréttum
Spritt, öryrkjar og tekjutap

Björn Rúnar Lúðvíksson
yfirlæknir ónæmisfræðideildar Landspítala



sagði að áhrif mikillar sprittnotkunar á ónæmiskerfið væru ekki þekkt. „Stutta svarið er að við vitum það ekki. Þessi gengdarlausa sprittnotkun sem hefur verið í gangi núna á sér engin dæmi í sögu mannsins þannig að það á eftir að koma í ljós hver áhrif hennar verða," sagði hann.

Drífa Snædal
forseti ASÍ



sagði stöðu öryrkja smánarblett á samfélaginu og að mikill vilji væri innan sambandsins til að styrkja kjör þeirra. Ásamt henni skrifuðu formenn BSRB, Öryrkjabandalags Íslands, Bandalags háskólamanna og Kennarasambands Íslands undir yfirlýsingu um bættan hag öryrkja á Íslandi. Aldrei fyrr hafa samtök launþega lýst yfir stuðningi við Öryrkjabandalagið.

Ásgeir Jónsson
seðlabankastjóri



sagði ekki víst að aukin skuldsetning myndi leysa vanda fyrirtækja sem hafa orðið fyrir verulegu tekjutapi vegna kórónuveirunnar. Mikilvægt sé að fyrirtæki semji fyrst við kröfuhafa áður en þau leiti á náðir ríkissjóðs. „Brúarlánin og að einhverju leyti stuðningslánin eru einn valmöguleikinn sem fyrirtækjum stendur til boða við endurskipulagningu skulda."

Gætu sparað sér tugi þúsunda

Fasteignaeigendur geta sparað háar fjárhæðir í hverjum mánuði með endurfjármögnun á lægri vöxtum. Framkvæmdastjóri fjártæknifyrirtækis segir það geta hjálpað við að koma hjólum atvinnulífsins af stað.

NEYTENDUR Mikill fjöldi fasteignaeigenda hefur endurfjármagnað húsnæðislán sín og hefur hlutfall óverðtryggðra lána aldrei verið hærra. Seðlabankinn lækkaði stýrivexti niður í eitt prósent í vikunni sem er það lægsta á öldinni. Með endurfjármögnun á lægri vöxtum er hægt að spara tugi þúsunda króna á mánuði.

Björn Berg Gunnarsson, deildarstjóri Greiningar hjá Íslandsbanka, segir um þriðjung lántöku síðustu mánaða vera endurfjármögnun. „Þetta er þróun sem hófst strax þegar vextir tóku að lækka. Fyrirhöfnin og kostnaðurinn við endurfjármögnun er miklu minni en áður og hafa margir áttað sig á því að þetta getur lækkað greiðslubyrðina eða stytt lánstímann," segir Björn.

Hluti breytir lánum úr verðtryggðum yfir í óverðtryggð. „Óverðtryggð húsnæðislán hafa aldrei verið hærra hlutfall en í dag. Það má að miklu leyti rekja til vaxtastigsins, en það er í fyrsta skipti raunhæft fyrir marga að taka slík lán," segir Björn. „Ef þú sérð fram á að lántökukostnaðurinn sé fljótur að koma til baka í þeim vöxtum sem þú sparar þá er það ansi mikill hvati. Það þarf þó einnig að taka mið af mögulegum uppgreiðslukostnaði."

Hægt er að sækja um endurfjármögnun hjá hvaða banka sem er óháð viðskiptasambandi, mismunandi reglur eru hjá lífeyrissjóðum. Þá eru einnig í boði viðbótarlán hjá bæði Framtíðinni og Arion banka.

Fjártæknivefurinn Aurbjörg hleypti af stokkunum sérstökum lánareikni fyrir endurfjármögnun lána nýverið. Er þar hægt að bera saman eigin lánakjör við öll önnur lánakjör sem eru í boði hér á landi og fá nákvæma krónutölu. „Fólk getur sannarlega sparað háar fjárhæðir með endurfjármögnun," segir Auður Björk Guðmundsdóttir, framkvæmdastjóri Aurbjargar. „Ég held að besta tímakaup sem fasteignaeigendur geti fengið sé að skoða þetta og gera það á hverju ári þegar fasteignamatið er endurreiknað."



Mikil aukning hefur verið í töku óverðtryggðra lána þá mánuði sem liðnir eru af árinu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> **Með endurfjármögnun er hægt að fá fé til framkvæmda, hvort sem það er garðurinn eða ný eldhúsinnrétting.**

Auður Björk Guðmundsdóttir, framkvæmdastjóri Aurbjargar



Staðan á markaðnum er síbreytileg og því er alltaf erfitt að tímasetja hvenær rétti tíminn sé til að endurfjármagna. „Rétti tíminn til að endurfjármagna lán er til dæmis þegar vextir eru orðnir lægri en það sem þú ert að borga," segir Auður.

Hún bendir á að lækkun á greiðslubyrði geti ekki aðeins gagnast þeim sem glíma við tekjufall vegna faraldursins heldur einnig geti það hjálpað við að koma hjólum atvinnulífsins í gang. „Með endurfjármögnun er hægt að fá fé til framkvæmda, hvort sem það er garðurinn eða ný eldhúsinnrétting."

Fleiri möguleikar eru í boði, til dæmis að halda sömu greiðslum en stytta í láninu. „Ef þú ert með lán sem þú ræður við að borga af í dag getur þú með því að stytta lánið og endurfjármagna á betri kjörum eignast meira í eigninni í hverjum mánuði," segir Björn.

Hann segir að þótt það sé orðið mjög einfalt og þægilegt að ganga frá lántöku á netinu sé alltaf gott að setjast niður með ráðgjafa. „Það er svo margt sem þarf að hafa í huga og því er alltaf best að tala við fagfólk sem getur leiðbeint manni og aðstoðað við helstu ákvarðanir."

arib@frettabladid.is





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 viðskiptavini 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

Toyota Kauptúni
Kauptúni 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.

Telja óþarft að gera meðferðaráætlun fyrir alla þrátt fyrir tilmæli

FANGELSISMÁL Sérfræðingar Fangelsisstofnunar telja ekki nauðsynlegt að gera meðferðaráætlun fyrir alla fanga sem koma til afplánunar í fangelsi og taka íslensk stjórnvöld undir það mat.

Þetta kemur fram í svörum ríkisins við skýrslu Evrópunefndar um varnir gegn pyndingum, sem birt voru á vef Stjórnarráðsins í gær. Í skýrslu sinni mæltist nefndin til þess að lögum um fullnustu refsinga verði breytt og skylda til að gera meðferðaráætlanir fyrir alla fanga endurvakin og sjá þurfi til þess að fangar taki þátt í að semja og endurskoða áætlanirnar til að tryggja að þeir skuldbindi sig að framkvæmd hennar og félagslegri einangrun sinni.

Þegar lög um fullnustu refsinga voru endurskoðuð árið 2016 var þessi skylda aflögð með þeirri skýringu í greinargerð að fé hefði aldrei



Nefndin fór í öll fangelsi landsins.

verið tryggt til að vinna meðferðaráætlun fyrir alla fanga. Ákvæði laganna var því breytt og aðeins áskilið að gera meðferðaráætlun sé það talið nauðsynlegt að mati sérfræðinga Fangelsismálastofnunar.

Í svörum stjórnvalda er einnig brugðist við tilmælum nefndarinnar um geðheilbrigðismál í fangelsum og henni send nýsamþykkt aðgerðaáætlun um veitingu heilbrigðisþjónustu og viðbrögð hennar við fíknivanda í fangelsum.

Tilmæli nefndarinnar um auknar ráðstafanir til að tryggja nauðsynlegt fjármagn og mannauð í fangelsunum verða tekin til alvarlegrar skoðunar samkvæmt svörum íslenskra stjórnvalda. Að mati nefndarinnar er tilhlýðileg mönnun og þjálfun starfsfólks forsenda þess að föngum sé búið öruggt umhverfi og að félagsleg endurhæfing þeirra sé möguleg. **– aá**



Guðni Th. Jóhannesson skilar framboði sínu í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Tvö framboð

FORSETAKOSNINGAR Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, og Guðmundur Franklín Jónsson skiluðu í gær inn framboðum sínum til forseta. Framboðsfrestur rann út á miðnætti.

Báðir höfðu þeir fengið vottorð frá yfirkjörstjórnum landsins fyrir meðmælendalistum. Dómsmálaráðuneytið fer yfir framboðin og meðmælendalistana. Reynist bæði framboðin gild fara forsetakosningar fram laugardaginn 27. júní. **– sar**

Listinn birtur

ATVINNUMÁL Vinnumálastofnun birti í gær lista yfir þau fyrirtæki sem nýtt hafa hlutabótaleiðina fyrir sex starfsmenn eða fleiri. Alls eru það 1.162 fyrirtæki.

Á listanum er að finna fjölbreytta flóru fyrirtækja en aðilar í ferða- og veitingaþjónustu eru áberandi. Sjá má listann á frettabladid.is.

Í tilkynningu frá stofnuninni segir að við mat á birtingu upplýsinga um fyrirtæki sem nýtt hafi sér úrræðið vegist á tvö sjónarmið. Annars vegar um rétt almennings til upplýsinga um ráðstöfun opinbers fjár og hins vegar um rétt einstaklinga og vernd persónuupplýsinga.

Á grundvelli mats á þessum sjónarmiðum hafi verið ákveðið að undanskilja birtingu upplýsinga um einstaklinga í eigin rekstri og fámenn fyrirtæki. Alls nýttu 2.950 fyrirtæki hlutabótaleiðina fyrir einn starfsmann, 1.138 fyrir tvo, 568 fyrir þrjá, 372 fyrir fjóra og 245 fyrir fimm starfsmenn. **– sar**

Andsnúnir því að ljósmæður og hjúkrunarfræðingar ávísi

Félag íslenskra fæðinga- og kvensjúkdómalækna og fleiri læknafélög leggjast gegn því að hjúkrunarfræðingar og ljósmæður megi ávísa getnaðarvarnarlyfjum. Þetta kemur fram í umsögnum við áform ráðherra. Formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga segir ótta við breytingar ástæðu andstöðunnar.

HEILBRIGÐISMÁL Félag íslenskra fæðinga- og kvensjúkdómalækna (FÍFK) leggst gegn því að hjúkrunarfræðingar og ljósmæður fái að ávísa hormónatengdum getnaðarvarnarlyfjum. Frumvarp heilbrigðisráðherra þess efnis var lögfest árið 2018 eftir margra ára baráttu fyrrnefndra stétta. Ein helsta ástæðan fyrir lagasetningunni var að auka aðgengi kvenna að þjónustunni, sérstaklega ungra kvenna, og að nýta fagþekkingu stéttanna. Töluverður læknaskortur á landsbyggðinni spilar einnig inn í.

Nú stendur til að útfæra frumvarpið með reglugerð, meðal annars hvaða lyfjum megi ávísa, skilyrði, námskröfur, gjaldtöku og eftirlit.

FÍFK hefur margsinnis sent inn umsagnir um málið, fyrst árið 2007. Félagið er mótfallið breytingunni og telur þær óþarfar. Telur félagið að um grundvallarbreytingu sé að ræða, hvað varðar réttindi og ábyrgð á lyfjaávísunum.

Alexander Smárason, formaður félagsins, vildi ekki ræða efni málsins þegar Fréttablaðið leitaði eftir því. Vísaði hann í umsagnirnar og greinargerðirnar sem félagið hefur sent inn. Í þeirri nýjustu kemur fram að nauðsynlegt sé að reglugerðin sér skýr fyrst lögin hafi þegar verið samþykkt og jafnframt bent á annmarka.

„Að mati FÍFK er ekki skýrt í lögunum og þá þessari reglugerð, hver ber læknisfræðilega ábyrgð á lyfjaávísun hjúkrunarfræðinga og ljósmæðra," segir í umsögninni.

Hingað til hafi ávísun lyfs verið á ábyrgð þess sem skrifar undir.



Það verður grundvallarbreyting þegar hjúkrunarfræðingar og ljósmæður öðlast, auk lækna, heimild til að ávísa getnaðarvarnarlyfjum. MYND/GETTY

> Ég veit ekki hvað ætti að vera svona sérstakt hér á landi, því annars staðar í heiminum hefur þetta gengið mjög vel upp.
>
> Guðbjörg Pálsdóttir, formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga



Ókönnuð séu áhrifin sem breytingin hafi og hvorki rannsóknir né töluleg gögn sýni fram á að breytingin sé nauðsynleg. Fósturgeyðingar séu fáar á Íslandi miðað við önnur lönd og þunganir kvenna undir tvítugu eitt til tvö prósent undanfarin ár.

Þá telur félagið óeðlilegt að ekki séu sett fram frekari tilmæli um viðbótarnám og nauðsynlegt sé að Embætti landlæknis skoði námskröfurnar sérstaklega. Þetta er sama stef og kemur fram í fyrri umsögnum félagsins, að læknisfræðinám innihaldi mun meiri lyfjafræði en hjúkrunarfræðinám.

Læknafélag Íslands tekur undir gagnrýni FÍFK og formaðurinn, Reynir Arngrímsson, segir að fleiri læknafélög geri það líka, til dæmis heimilislækna.

„Varðandi ábyrgðina þá stangast þetta á við ákvæði laga um heilbrigðisþjónustu þar sem segir að yfirlæknar beri faglega ábyrgð á þeirri læknisþjónustu sem undir þá heyra," segir hann. Störf hjúkrunarfræðinga og ljósmæðra heyri ekki undir yfirlækna samkvæmt þessu og yfirlæknar geti því ekki orðið bakhjarlar þeirra samkvæmt lögunum.

Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga er á öðru máli og telur formaðurinn, Guðbjörg Pálsdóttir, að breytingin sé til mikils ábata fyrir konur. „Við erum með bæði framhaldsmenntaða heilsugæsluh

20% afsláttur af öllum leikföngum

22.-25. maí



DÓTA DAGAR

24 Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP



Jakob Frímann Magnússon tónlistarmaður heiðrar minningu Tómasar Magnúsar vinar síns. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Rækta Tómasarlund til minningar um vin

Í dag gróðursetja vinir og velunnarar Tómasar Magnúsar Tómassonar fyrsta Tómasarlundinn í Svarfaðardal í minningu hans. Jakob Frímann Magnússon, vinur Tómasar, segir verkefnið góða leið til að halda minningu hans á lífi.

SAMFÉLAG „Í dag setjum við í jörðu fyrstu rætur fyrsta Tómasarlundarins nálægt rótum Tómasar sjálfs í Svarfaðardal. Við ætlum síðan að skipuleggja Tómasarlundi um land allt og láta þá vaxa og dafna með markvissum hringferðum um landið," segir Jakob Frímann Magnússon tónlistarmaður.

Jakob, ásamt vinum og velunnurum Tómasar Magnúsar Tómassonar tónlistarmanns sem lést fyrir aldur fram árið 2018, stendur fyrir verkefninu Tómasarlundur um land allt! Verkefnið felur í sér að rækta skóg og lund sína í senn í minningu Tómasar sem hefði fagnað 66 ára afmæli í dag.

„Það var öllum mikið tilhlökkunarefni að hitta og starfa með Tómasi því að það var ávísun á endalausa gleði og léttleika. Við söknum hans eðlilega mjög mikið og nú hafa vinir hans og velunnarar ákveðið að minnast Tómasar með sérstökum hætti í einhverju sem við köllum að rækta Tómasarlund," segir Jakob.

„Í þessu felst að það fara saman skógrækt og geðrækt," bætir hann við. Verkefnið er unnið í samvinnu við Græna herinn, skógræktarfélögin um land allt og Upplifðu Ísland. Fjöldi sjálfboðaliða og áhugamanna um bæði geðrækt og skógrækt kemur að verkefninu.

> **Það að hafa Tómasarlund um land allt, það er krúnudjásn hins græna, væna, fagra og ekki síst geðprúða Íslands.**
>
> Jakob Frímann Magnússon

„Við munum gróðursetja og hugsa um Tómasarlundina með markvissu samspili og samvinnu í sumar og næstu sumur. Þetta fer svo ágætlega saman við stefnuskrá Græna hersins, að hreinsa upp hringveginn næstu fimm árin," segir Jakob, en Græni herinn hóf starfsemi sína fyrir 21 ári og var Jakob einn af stofnendum hersins ásamt Tómasi.

Þá tóku 1.500 sjálfboðaliðar þátt í að gróðursetja, hreinsa og fegra landið. Græni herinn var endurvakinn á síðasta ári og markmið hans næstu fjögur árin er að fegra hringveginn með svokölluðu risaplokki. „Markmið Græna hersins í samvinnu við fjölmarga aðila er að gera landið okkar fagra enn fegurra, hreinna og fýsilegra til að sækja heim. Það að hafa Tómasarlund um land allt, það er krúnudjásn hins græna, væna, fagra og ekki síst geðprúða Íslands," segir Jakob.

Þá segir hann Tómas hafa verið einkar geðprúðan mann svo verkefnið passi honum og minningu hans einstaklega vel. „Hann var með yndislega nærveru og glaða lund sem hafði svo ótrúlega smitandi og góð áhrif á alla sem í kringum hann voru," segir Jakob.

„Við stefnum að því að verkefnið verði hvati til þess að við verðum betri þegnar, betri við hvert annað og betri við landið okkar og við höfum grun um að það sé að öllum líkindum ekki til betri leið til að halda minningu Tómasar lifandi," segir Jakob og kveður.

birnadrofn@frettabladid.is





FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU
5

Audi Q5 TFSI e
Bensín & Rafmagn
Kjarakaup: 8.990.000 kr.
Fullt verð: 11.170.000 kr.
Afsláttur: 2.180.000 kr.



KJARAKAUP

Takmarkað magn

Byrjaðu sumarið á nýjum bíl!

HEKLA býður einstök kjör á takmörkuðu magni nýrra sýningarbíla, reynsluaksturbíla og fleiri valdra bíla frá Audi, Volkswagen, Skoda og Mitsubishi. Úrvalið má skoða í sýningarsalnum okkar á netinu.

hekla.is/kjarakaup

Skoda Octavia
Combi / Bensín / Sjálfskiptur — **Afsláttur**

KJARAKAUP 4.190.000 kr. — **850.000 kr.**
Fullt verð: 5.040.000 kr.



Mitsubishi L200
Double Cab / Dísil / 4x4 / Sjálfsk. — **Afsláttur**

KJARAKAUP 7.390.000 kr. — **500.000 kr.**
Fullt verð: 7.890.000 kr.



Volkswagen Golf GTE
Bensín / Rafmagn / Sjálfsk. — **Afsláttur**

KJARAKAUP 4.490.000 kr. — **1.000.000 kr.**
Fullt verð: 5.490.000 kr.



Volkswagen Passat GTE
Variant / Bensín / Rafmagn / Sjálfsk. — **Afsláttur**

KJARAKAUP 5.990.000 kr. — **1.050.000 kr.**
Fullt verð: 7.040.000 kr.



MMC Outlander PHEV
Invite / 4x4 / Rafm. / Bensín / Sjálfsk. — **Afsláttur**

KJARAKAUP 4.890.000 kr. — **400.000 kr.**
Fullt verð: 5.290.000 kr.



Skoda Superb
Style / 2.0 / Dísil / 4x4 / Sjálfsk. — **Afsláttur**

KJARAKAUP 5.990.000 kr. — **1.100.000 kr.**
Fullt verð: 7.090.000 kr.



HEKLA Laugavegi 170 · Sími 590 5000 · Hekla.is

Hér er aðeins sýndur hluti af bílum í boði.
Bíll á Kjarakaupum er sýningarbíll, reynsluakstursbíll eða bíll sem HEKLA hefur náð að tryggja á hagstæðu gengi.

Birt með fyrirvara um prentvillur.



Frá slysstað í Pakistan. MYND/EPA

Tugir fórust er flugvél brotlenti

PAKISTAN Farþegaflugvél frá Pakistan International Airlines af gerðinni Airbus A320 brotlenti í Karachi í gær. Alls voru 99 manns um borð.

Vélin var á leið frá Lahore en brotlenti á íbúðahverfi í Karachi þegar hún var að nálgast flugvöllinn og kviknaði í fjölmörgum íbúðarhúsum við lendingu.

Þetta var annað flugslysið á síðustu fjórum árum hjá flugfélaginu sem er það stærsta í Pakistan.

Í gærkvöldi hafði verið staðfest að 57 væru látnir en ekki lá fyrir hversu margir þeirra voru um borð í vélinni og hve margir voru á jörðu niðri. Þá var staðfest að tveir farþegar hefðu komis lífs af.

Þetta er annað flugslysið á síðustu fjórum árum hjá Pakistan International Airlines en 47 létust þegar flugvél af gerðinni ATR-42 fórst árið 2016. **– kpt**

Smit eykst mikið á Indlandi

Aukning á staðfestum tilfellum af COVID-19 á Indlandi var sú mesta frá upphafi í gær. Lokunarráðstafanir vegna faraldursins koma illa niður á farandverkamönnum sem eru strandaglópar í borgum landsins.



Skimað fyrir kórónuveirusmiti á lestarstöð í borginni Patiala á Indlandi. MYND/GETTY

INDLAND Um sex þúsund ný COVID-19 tilfelli greindust á Indlandi í gær sem er mesta daglega aukning þar í landi frá upphafi faraldursins. Greind tilfelli á Indlandi eru nú um 118 þúsund og hafa 3.853 manns látist af völdum veirunnar.

Meðal svæða sem faraldurinn hefur leikið hvað verst er fylkið Maharashtra og höfuðborg þess, Mumbai. Þar hafa yfir 35 þúsund greinst og hefur heilbrigðisráðherra Indlands sagt að sá fjöldi muni líklega fjórfaldast.

Narendra Modi, forsætisráðherra Indlands, hefur tvisvar framlengt lokunarráðstafanir sem gripið var til í upphafi mars og gilda þær nú til loka maímánaðar. Meðal þeirra er bann á farþegaflugi og lestarferðum til og frá landinu og takmarkanir á almenningssamgöngum. Þó hefur verið gerð undantekning til að fljúga með indverska ríkisborgara heim.

Ríkisstjórn Modi hefur sætt gagnrýni fyrir viðbrögð sín við faraldrinum. Modi tilkynnti fyrr í mánuðinum að ríkisstjórnin myndi verja andvirði 266 milljarða Bandaríkjadala í aðgerðir til að hleypa lífi aftur í efnahag landsins.

Meðal þeirra sem lokunaraðgerðirnar hafa bitnað hvað verst á er mikill fjöldi farandverkamanna sem sitja fastir í borgum Indlands eftir að hafa misst vinnuna í faraldrinum.

Greind tilfelli á Indlandi eru nú um 118 þúsund og hafa 3.853 manns látist af völdum veirunnar.

Margir farandverkamenn hafa neyðst til að aftur til heimaþorpa sinna, þar sem þeir komast ekki til vinnu vegna skorts á almenningssamgöngum, og hafa sumir lagt af stað fótgangandi. Tugir manna hafa dáið á erfiðu ferðalagi til heimahaga sinna.

Auk kórónuveirunnar hafa Indverjar einnig þurft að glíma við náttúruhamfarir á síðustu dögum. Fellibylurinn Amphan skall á Indlandi og Bangladess í vikunni og olli miklu manntjóni. Tæplega hundrað hafa látist af völdum fellibylsins og þúsundir misst heimili sín.

arnartomas@frettabladid.is



Lóð fyrir fjölbýlishús í Árbæ

Reykjavíkurborg leitar eftir kauptilboðum fyrir byggingarrétt íbúðarhúsnæðis á lóðinni Hraunbær 143 með heimild fyrir 58 íbúðir.

Tekið er við tilboðum á útboðsvef Reykjavíkurborgar til kl. 14:00 þann 8. júní 2020.
Tilboð lögaðila skulu staðfest af þeim sem hefur heimild til að skuldbinda félagið.

Kynntu þér málið á **reykjavik.is/lodir**



Priti Patel kynnir aðgerðirnar á blaðamannafundi. MYND/GETTY

Allir í sóttkví við komuna til Bretlands

BRETLAND Allir farþegar sem koma til Bretlands þurfa frá og með 8. júní að fara í tveggja vikna sóttkví við komuna til landsins. Priti Patel innanríkisráðherra kynnti áformin á blaðamannafundi í gær. Reglurnar gilda einnig um breska ríkisborgara.

Skilyrði um sóttkví sem gilda frá 8. júní gilda bæði um erlenda ferðamenn og breska ríkisborgara.

Patel sagði að nú þegar hápunkti COVID-19 faraldursins hefði verið náð þyrfti að taka skref til að koma í veg fyrir aðra bylgju. Þeir sem brjóta reglurnar um sóttkví geta átt von á þúsund punda sekt sem jafngildir rúmlega 174 þúsund krónum.

Stjórnendur flugfélaga eru hins vegar ekki hrifnir af áformum stjórnvalda. Reuters-fréttastofan hefur eftir Michael O'Leary, framkvæmdastjóra Ryanair, að ómögulegt verði að framfylgja reglunum.

Þá segir Tim Alderslade, framkvæmdastjóri Airlines UK, sem eru hagsmunasamtök flugfélaga, að ekkert vit sé í áformunum. „Þetta er um það bil það versta sem stjórnvöld geta gert ef þau vilja koma efnahagslífinu aftur í gang." **– sar**


3
Loforð Vodafone um betri þjónustu
Viðskiptavinir geta breytt þjónustunni sjálfir á netinu
Á Mínum síðum á **Vodafone.is** getur þú nú keypt afþreyingu, breytt áskrift, flutt áskrift á milli myndlykla, sagt upp áskrift, sett upp netvörn og heilan helling í viðbót. Við munum halda áfram að gera viðskiptin á netinu betri.
Starfsfólk Vodafone
Iðunn
Verslunarstjóri
vodafone
vodafone.is/nyttupphaf

Ábyrgð



Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Nú er aðeins einn mánuður í að sól verði hæst á lofti og dagljóst að nóttu sem degi. Yfir árstíðinni er rómantískur blær. Tré og runnar bruma og blóm spretta. Líklega er sumrinu, birtunni og ylnum fagnað meir nú en áður eftir óhemju grimman og harðan vetur. Að ógleymdri kórónuveirunni sem hefur gert allri heimsbyggðinni andstyggilegan óleik og hefur lagt efnahagskerfi á hliðina svo sums staðar er varla um að binda.

Íslendingar voru eins vel í sveit settir og hugsast gat til að taka á móti vánni. Efnahagur með ágætum og fagleg þekking og reynsla til staðar sem nýta mátti til að skipuleggja viðbrögð. Samt er einkarekstur varla nema svipur hjá sjón eftir storminn og fyrirtæki bæði stór og smá að glíma við afleiðingar tekjuleysis um margra vikna skeið. Einhver þeirra munu tapa fjörinu.

Opinberar aðgerðir hafa vissulega létt undir og gert björgunarstarf mögulegt, en sumt af því var fremur til bölvunar en blessunar. Að einhverju marki var við því að búast að ráðstafanir sem gerðar voru í auga stormsins myndu ekki allar eldast vel. Hlutabótaleiðin reyndist meingölluð og óskýr og skilmálum hennar var breytt eftir á. Það er ekki góð aðferð, sem ef til vill hefði mátt komast hjá ef betur hefði verið staðið að undirbúningi og fleirum hleypt að borðinu. Þá er ekki að sjá að mikill asi sé á veitingu brúarlána eða stuðningslána. Og ýmsar aðgerðir sem kynntar hafa verið og taldar bráðnauðsynlegar hafa ekki komist til framkvæmda. Það er engin hjálp í óútskýrðu gaufi á veitingu þessara lána, styrkjum til einkarekinna fjölmiðla og fleiru. Búast mátti við að þær aðgerðir hefðu ekki ratað í glærukynningu stjórnvalda um bráðaaðgerðir, nema þau treystu sér til að hrinda þeim í framkvæmd.

Allt orkar svo sem tvímælis þá gert er. Þannig er einnig um sóttvarnaaðgerðir heilbrigðisyfirvalda og öruggt að umræðan mun snúast um deilur um hvernig þeim var komið á og svo þeim aflétt. Íslendingar eru jú sumpart þrætugjarnt fólk, ekki síst þegar rætt er um atvik og viðbrögð í fortíð.

En nú er hækkandi sól og ýmis teikn á lofti um að hjólin séu tekin að snúast á ný. Nýlega sagði í Fréttablaðinu frá því að bókanir ferðamanna væru teknar að berast á ný að utan. Þó það sé ekki í stórum stíl er mjór mikils vísir.

Það er þá að vona að hingað fáist flugfar fyrir þá sem hingað vilja koma og héðan fara. En yfirstandandi, hatrömm kjaradeila gæti sett strik í þann reikning. Ekki er annað að skilja en að forsenda þess að Icelandair lifi þetta allt af, og nýtt fé fáist í rekstrinn, sé að samningar á grundvelli tilboðs félagsins takist.

Það er hins vegar sérkennilegt að ásteytingarsteinninn í deilunni sé ekki hvað er boðið, heldur hvort forstjórinn sendir hluta starfsmanna félagsins tölvupóst. Það er hreinasti fyrirsláttur að það sé eitthvert úrslitaatriði og upphrópanir og usli þess vegna er óþarfur og varla til annars en að herða hnútinn.

Leysa þarf deiluna og það er á ábyrgð beggja.

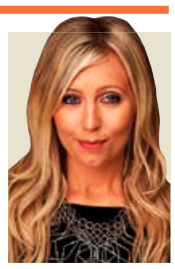
> Það er þá að vona að hingað fáist flugfar fyrir þá sem hingað vilja koma og héðan fara.



Gunnar



Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



Hið ólifaða líf

Getur köttur verið í senn lifandi og dauður? „Ekkert“ skiptir máli. Allt sem við gerum ekki, segjum ekki og verðum ekki, markar líf okkar jafndjúpt og það sem við gerum, segjum og verðum. Hið stóra „ef“ – hvað hefði getað orðið – svífur stöðugt yfir vötnum: Hvað ef ég hefði þegið starfið, flutt til útlanda, mætt í partíið, stungið upp á stefnumóti? Sjaldan hefur þetta stóra „ef“, þetta „ekkert“, verið jafnáþreifanlegt og nú.

Aðgerðir vegna COVID-19 faraldursins hafa svipt okkur tækifærum sem áður þóttu sjálfsögð. Þar sem áður voru krossgötur – bíó eða leikhús, borgarferð eða strandleyfi – er nú aðeins sprittlyktandi einstefna með nálægðartakmörkunum.

Að sögn breska sálfræðingsins Adam Phillips skiptist tilvist okkar í tvennt: Í hið eiginlega líf og fantasíulíf, líf sem við lifum aldrei en við teljum að hefði getað orðið. Þetta „ólifaða“ líf, samkvæmt Phillips, tekur gífurlegt pláss í hugum okkar, svo mikið að við eyðum í raun ævinni með manneskjunum sem okkur tókst aldrei að verða. Lífshlaup okkar verður harmkvæði um óuppfylltar óskir, ónýtta hæfileika og ókannaðar slóðir. Til eru þeir sem taka hugmyndinni um hin draumkenndu hliðarlíf bókstaflega. Skammtafræði er grein eðlisfræðinnar sem fjallar um atóm og smærri eindir. Hið smáa er þó ekki einfalt. Eðlisfræðingurinn Richard Feynman fullyrti „að enginn skildi skammtafræði.“ Albert Einstein sagði skammtafræði „hrollvekjandi“.

Nú ber hins vegar svo við að ein undarlegasta kenning skammtafræðinnar aflar sér hratt nýrra fylgjenda. Kenningin um „fjölheima“ hljómar svona: Til eru óendanlega margir heimar þar sem fyrirfinnast óendanlega margar mismunandi útgáfur af þér. Í nýjustu metsölubók sinni færir eðlisfræðingurinn Sean Carroll rök fyrir því að í hvert sinn sem við tökum ákvörðun um að ganga einn veg, frekar en annan, verði til annar heimur, þar sem við völdum hinn. Hugmyndin er í anda hugsaðrar tilraunar um kött Schrödingers, sem samkvæmt skammtafræði er bæði lifs og liðinn þar sem hann dúsar í lokuðu boxi.

Erfitt er að segja til um, hvort tilhugsunin um að einhvers staðar í hliðarveröld fari útgáfa af okkur sjálfum, sem flatmagar á COVID-lausri sólarströnd með bók og kokteil, sé huggun eða harmur. Fyrrnefndur sálfræðingur, Adam Phillips, telur þó gremju okkar yfir því sem hefði getað orðið, alls ekki eyðileggingarafl. Þvert á móti. Phillips er þeirrar skoðunar, eins og Freud, að leit okkar að nautn og ánægju liggi til grundvallar hæfni okkar til að lifa af. Segir Phillips að innst inni vitum við að við séum „ekkert merkilegri“ en til dæmis „maur eða blóm“ og til þess að koma í veg fyrir lamandi vonleysi yfir þeirri staðreynd þurfum við að finna leið til að gera líf okkar bærilegt. Þegar við leyfum okkur að finna til gremju, öðlumst við skilning á því hvað það er sem veitir okkur ánægju. Það er því hið „ólifaða“ líf og gremjan sem því fylgir, sem gerir okkur kleift að lifa hinu eiginlega lífi.

Nýjar hefðir.

Sumarið er handan hornsins. Á upplýsingafundi almannavarna í vikunni varaði hinn sívinsæli yfirlögregluþjónn, Víðir Reynisson, við því að „sumarið yrði ekkert eins og önnur sumur“. En þótt Víðir segði að ekki mætti stofna í hættu þeim árangri sem náðst hefði gegn kórónaveirufaraldrinum með tilraunum til að komast hjá reglunum, talaði hann alls ekki fyrir tómum leiðindum. Hann hvatti til þess að við nýttum okkur gremjuna yfir hinum „ólifuðu“ lífum á uppbyggilegan hátt. „Núna gildir það í sumar að við ætlum að skapa nýjar hefðir og nýjar minningar,“ sagði Víðir.

Ef köttur getur í senn verið lifandi og dauður hljótum við að geta látið hliðarheimunum eftir útihátíðir og sólarlandaferðir eitt sumar. Hlýðum Víði.

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

SUZUKI

Way of Life!

LÉTTAR VEITINGAR Í BOÐI!

HJÓLADAGUR

SUZUKI Í SKEIFUNNI 17, LAUGARDAGINN 23. MAÍ

FRÁ KL. 13-16:00

MÆTUM HJÓLANDI!



Suzuki GSX-R1000

15% AFSLÁTTUR AF 100% VÖRUM

Suzuki umboðið ehf.
Skeifunni 17
Sími 568-5100
suzuki.is | suzukisport@suzuki.is



Á réttri leið

Við erum stolt af því að vera **fyrirtæki ársins 2020 hjá VR**.
Þessi viðurkenning gefur okkur byr undir báða vængi og hvetur okkur áfram.

Að umbreyta 100 ára hefðbundnu tryggingafélagi í stafrænt þjónustufyrirtæki felur í sér umfangsmiklar áskoranir. Viðurkenningin staðfestir að við erum **á réttri leið til móts við nýja tíma**.

Lykillinn að árangri er einfaldlega; **ánægt starfsfólk sem setur viðskiptavininn í fyrsta sæti**.

Því við vitum að tryggingar snúast um fólk.

VR

FYRIRTÆKI ÁRSINS 2020





Jordan svífur í átt að körfunni gegn Hornets árið 1998 sem var síðasta árið hans í liði Bulls. NORDICPHOTOS/GETTY

Síðasti dansinn með Jordan-gleraugum

Last Dance hefur tröllriðið sjónvarpsáhorfi í COVID-ástandinu. Allir og enginn hafa horft á Michael Jordan stíga sinn síðasta dans með Chicago Bulls árið 1998. Ekki eru allir sáttir við Jordan-gleraugun sem eru á þáttaröðinni.

KÖRFUBOLTI Michael Jordan og síðasti dans hans með Chicago Bulls, hefur sýnt að besti körfuboltamaður allra tíma var mannlegur. Hann gerði fullt af mistökum, klikkaði á fullt af skotum og tapaði alveg fullt af leikjum. Maðurinn sem kom NBA á heimskortið hefur minnt á sig á ný að undanförnu með 10 þátta seríu, The Last Dance, sem sýndur var á Netflix og lauk á mánudag. Trúlega vöknuðu allir yfir þrítugu hér á landi snemma á mánudagsmorgni til að horfa. Sumir jafnvel sóttu úr geymslunni gömlu körfuboltaspjöldin í möppunum til að hafa nálægt sér.

Þáttaröðin sýnir tímabilið 1997-1998 hjá Chicago Bulls. Félagið hafði leyft tökuliði aðgang að liðinu allt tímabilið og fullt af klippum sem aðdáendur voru að sjá í fyrsta sinn voru sýndar.

Það er þó fullt af hlutum sem standa eftir til að ræða um. Eins og að Chicago Bulls hafi tekið þá ákvörðun að hlusta ekki á besta leikmann liðsins og reka einn besta þjálfara sem staðið hefur á hliðarlínunni, eftir þetta tímabil sem fjallað var um. Alveg sama þótt hópurinn væri hundgamall. Leikmenn eru komnir með mun meiri völd og trúlega myndi þetta ekki gerast í nútímahópíþrótt í dag. Sé þetta fært yfir í fótboltann er erfitt að sjá fyrir sér að Barcelona myndi bara henda Lionel Messi, Luis Suarez, Sergio Busquets, Gerard Pique og Ivan Rakitic frá sér. En þarna leyfði eigandi Bulls framkvæmdastjóranum að taka liðið í sundur. Michael Jordan lagði skóna á hilluna, Phil Jackson hvarf frá hliðarlínunni, Dennis Rodman fór eins og Scottie Pippen og Steve Kerr, svo nokkrir séu nefndir.

Þess má geta að síðustu 60 sekúndur Jordans í búningi Bulls, skoraði hann sex stig, stal boltanum af Karl Malone og henti Byron Russell í sögubækurnar, með einni stórkostlegri hreyfingu til að tryggja Bulls titilinn. Trúlega er Russell enn að hugsa um þessa stund.

Það var alveg vitað að þáttaröðin Last Dance yrði góð. ESPN films hafa sýnt það í gegnum tíðina að þeir fara glæsilega með gamalt NBA-efni. Þáttaröðin 30 for 30 hefur verið að gera margar stórkostlegar NBA-myndir. Without Bias, Once Brothers, Bad Boys og I Hate Christian Laettner eru ekkert minna en frábærar myndir fyrir alla. Jafnvel þótt íþróttaáhuginn sé lítill. Þessi er það líka.

En það eru ekki allir sáttir við hversu hnausþykk Jordan-gleraugun eru á seríunni. Horace Grant, sem var lykilmaður þegar Chicago vann þrjú ár í röð frá 1991-1993, var sagður hafa lekið upplýsingum til blaðamannsins Sams Smith þegar hann skrifaði bókina The Jordan Rules. Bókin dró upp mynd af Jordan sem var ekki máluð í þeim fallegu litum sem ímynd hans hafði verið. Jordan á að hafa hvatt leikmenn Bulls til að gefa erfiðar sendingar á Bill Cartwright og einnig kýldi hann annan miðherja, Will Purdue. Grant og Smith eru vinir en Grant sagði í Last Dance að hann myndi aldrei fara með mál innan búningsklefans til blaðamanns. Hann hefur í vikunni varið sig enn frekar. „Þættirnir eru skemmtilegir, en við sem vorum samherjar hans vitum að níutíu prósent af því sem kemur þar fram er kjaftæði hvað sannleikann varðar," sagði Grant í útvarpsþættinum Kap and Co. á ESPN.

Smith sagði í The HoopsHype podcastinu að þættirnir væru skemmtilegir áhorfs, en hann hjó eftir því hvað Jordan var opinn. „Þegar bókin kom út var hann orðinn svo ofboðslega frægur og það var aðeins komið inn á veðmálin hans í bókinni minni, auk nokkurra annarra hneykslismála. Hann setti upp varnir í kjölfarið en þetta er í fyrsta sinn sem hann hefur verið svona opinn, trúlega síðan hann kom inn í deildina." Smith bendir á að honum hafi brugðið þegar hann sá að þættirnir ættu að vera 10, enda hafi tímabilið ekki verið það eftirminnilegt. Pippen var mikið frá og hversu mikið er hægt að vera með Dennis Rodman fyrir framan myndavélarnar? Hann var þó sáttur við lokaniðurstöðuna, ólíkt nokkrum öðrum. Kvikmyndagerðarmaðurinn Ken Burns benti á að Jordan væri með sitt fólk í framleiðsluliðinu og nokkrum vel þekktum blaðamönnum vestanhafs finnst eins og myndin hafi verið máluð fegurri litum en tilefni var til.

Þá hefur matareitrunin verið hrakin af Pizza Hut í Utah, þar sem Jordan spilaði fárveikur. Craig Fite, aðstoðarframkvæmdastjóri á Pizza Hut á þessum tíma, segist hafa gengið á vegg af vindlareyk þegar lyftan opnaðist á hæðinni þar sem Jordan var og hann hafði séð Jordan vera að spila og reykja vindil þegar hann leit inn í herbergið. Trúlega hafi hann veikst af því en ekki pitsunni.

Eins eru margir fyrrverandi liðsfélagar Jordans frá fyrri tíð ekki sáttir, því hann henti öllu liðinu undir rútuna strax í fyrsta þætti, þegar hann talaði um að flestir leikmenn notuðu kókaín. Það hefur ekki farið vel í gamla liðsfélaga.

Trúlega væri Jordan ekki þessi hetja hefðu samfélagsmiðlar og blaðamenn fortíðar ekki verið svona lélegir. Hann var jú keðjureykjandi eineltisseggur sem veðjaði á allt sem til var, lamdi samherja sína og pantaði sér pepperónípitsu kvöldið fyrir risaleik í úrslitakeppninni og borgaði ástmey sinni, Körlu Knafel, 250 þúsund dollara fyrir að halda sambandi þeirra leyndu. Honum og Bulls var sópað út af Boston Celtic tvisvar og hann tapaði þrisvar fyrir Detroit Pistons, sem hann getur ekki gleymt. En sama hverju menn reyna að smyrja á hann þá er Michael Jordan trúlega besti íþróttamaður allra tíma, ef ekki sá besti.

benediktboas@frettabladid.is



Sveigjanlegt nám að settu marki

Háskólinn á Akureyri
University of Akureyri

unak.is

Það kostar styrk og aga að ná markmiðum sínum — ekki síst af löngu færi.

Sveigjanlegt nám við Háskólann á Akureyri gerir kröfur til nemenda um aga og skipulag. Með rafrænum lausnum og nútímalegum kennsluaðferðum gerum við fleirum fært að setja markið hærra.

Kynntu þér hvernig sveigjanlegt nám getur komið til móts við þín markmið í lífinu.



Umsóknarfrestur er til 15. júní

Allir fái að vera þeir sjálfir

Sunnudagurinn 24. maí er dagur barnsins hér á landi. **Salvör Nordal**, umboðsmaður barna, segir að á barnaþingi hafi komið fram að heimanám og umhverfismál brenni á íslenskum börnum, ásamt mörgum öðrum málum.

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Dagur barnsins er alltaf á sunnudegi í lok maí ár hvert, eftir að Alþingi samþykkti þingsályktun þess efnis árið 2007. „Tilgangur dagsins er að hvetja foreldra til samveru með börnum sínum og hlusta á sjónarmið barna, en það er einmitt það sem við höfum verið að leggja áherslu á undanfarin misseri," segir Salvör Nordal, umboðsmaður barna.

Barnaþing var haldið í fyrsta sinn í nóvember á síðasta ári, sama ár og Barnasáttmálinn fagnaði þrjátíu ára afmæli. „Nú er það í lögum umboðsmanns barna að halda barnaþing annað hvert ár og var það haldið daginn eftir alþjóðlegan dag barna sem er 20. nóvember ár hvert. Við fengum slembivalið úrtak frá Þjóðskrá af börnum á aldrinum 11 til 15 ára og buðum þeim að koma á þingið.

Það fór svo að það voru 140 börn sem mættu á fundinn í Hörpu. Þar vorum við með opnunardagskrá í Norðurljósasal, með forseta Íslands, ráðherrum, þingmönnum og Vigdísi Finnbogadóttur, verndara barnaþingsins. Daginn eftir var hið eiginlega barnaþing í Silfurbergi þar sem börnin sátu við hringborð og ræddu þau málefni sem á þeim brenna."

Salvör segir að fjölbreytt efni hafi verið rædd á þinginu, en notuð var svipuð aðferðarfræði og á þjóðfundunum, þar sem fundargestir fengu opna spurningu í upphafi og svo var svörum þeirra safnað saman. „Nú erum við búin að slá alla gulu miðana inn og þegar við tökum þá saman kemur í ljós að börn eru að hugsa um afar fjölbreytt málefni. Á nánast hverju borði voru þó rædd skólamál og umhverfismál svo dæmi séu tekin."



Salvör segir ástæðu til að skoða óskir um minna heimanám enda álag á fjölskyldum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Börn afhentu Katrínu Jakobsdóttur skýrsluna sem unnin var eftir Barnaþingið, í nóvember á síðasta ári og vonast Salvör til að það sem þar kemur fram verði tekið fyrir á Alþingi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Mikið álag á fjölskyldum

Salvör segir nokkur málefni hafa átt mikinn samhljóm meðal barnaþingmanna, eins og um heimanámið. „Þau vilja minna heimanám. En þau voru líka að spá í matinn í mötuneytunum og hvort það væri ekki hægt að bregðast við ef þau gleymdu nestinu sínu.

Ég hef velt þessu mikið fyrir mér með heimanámið, þar sem sú krafa var svo áberandi," segir Salvör, þó hún viðurkenni að líklega hefði hún einnig komið fram hjá fyrri kynslóðum. „Það er mikið álag á fjölskyldum og það er ekkert endilega mikið næði á þeim tíma sem fjölskyldan kemur saman, til að sinna heimanámi og því getur það valdið streitu. Það er því full ástæða til að skoða þessar óskir barnanna."

Salvör bendir á að börnin hafi ekki aðeins verið að hugsa um sig sjálf þegar þau voru beðin um að setja óskir sínar fram. „Mannréttindamál eru þeim ofarlega í huga. Þau nefndu til dæmis mikilvægi þess að allir fengju kennslu í táknmáli, og að allir fengju frelsi til að vera þeir sjálfir.

Þau eru mjög upptekin af umhverfismálum og plastnotkun og nefna þessi atriði oft. Þau eru líka að hugsa um heimsmálin, og áhersluna á frið í heiminum og svo vilja þau meiri tíma með fjölskyldunni.

Það kemur okkur ekki á óvart að þau leggja mikla áherslu á heilsu og líðan. Þau tala um að andleg heilsa sé jafn mikilvæg og líkamleg heilsa og geðheilbrigðismál eru þeim ofarlega í huga. Og leggja áherslu á að börnum sem líði illa sé hjálpað."

Salvör segir börnin hafa verið einbeitt og unnið vel. „Þeim var skipt niður á borð þar sem þau voru ásamt borðstjóra fyrir hádegi, en eftir hádegið mættu fullorðnir og settust við borðin með þeim. Það voru þingmenn, fólk úr sveitarstjórnum og félagasamtökum, sem börnin svo kynntu hugmyndir sínar fyrir og áttu samtöl við."

Ráðherrar hafa nú fengið skýrsluna afhenta og segist Salvör vonast til að unnið verði unnið úr henni og ætlar embættið að fylgja því eftir.

„Við myndum gjarna vilja hafa einhverja umræðufundi um tiltekin mál og reyna að ýta þeim áfram. Það er ákveðið aðhald í því að barnaþingið sé annað hvert ár. Árið 2021 verðum við að sýna fram á að eitthvað hafi breyst á næsta þingi og börnin hafi haft áhrif. Það er mjög mikilvægt."

Salvör telur að slembiúrtakið hafi orðið til þess að hópurinn hafi orðið ágætis þverskurður af íslenskum börnum á umræddum aldri og það skipti máli. „Ef við hefðum óskað eftir tilnefningum er líklegra að við hefðum fengið hóp félagslegra sterkra og virkra barna, en við lögðum okkur fram um að fá fjölbreyttan hóp."

Hávaði í fullorðnum

Þegar heimasíða embættisins, www.barn.is, er skoðuð, blasa við á forsíðu fyrirspurnir barna sem embættið hefur svarað. Rétt eins og málefnin á barnaþinginu eru málefnin sem börnin spyrja út í á heimasíðunni, fjölbreytt. Áfengisaldur, hávaði í fullorðnum og flutningar í eigin íbúð eru dæmi um það sem börnin vilja fá svör við, en hægt er að senda erindi til embættisins og fá erindi frá börnum alltaf forgang.

„Við vorum að opna nýja heimasíðu og erum að leggja áherslu á að vera enn aðgengilegri fyrir börn og ungmenni. Við fáum skemmtilegar og fjölbreyttar spurningar, eins og til dæmis um hvort foreldrar megi vera með hávaða á kvöldin," segir Salvör.

„Þetta er lítið embætti og við höfum takmarkað bolmagn, en það er mikilvægt að við séum sýnileg og að börn viti að við séum til og þau geti sent okkur erindi."

Aðspurð hvort fyrirspurnum til embættisins hafi fjölgað undanfarið á tímum samkomubanns, segist Salvör ekki geta neitað því. „Í byrjun apríl settum við upp upplýsingasíðu um kórónuveiruna og upplýsingar um hvert börn geta leitað ef þau þurfa aðstoð. Við vitum að það eru ákveðnir hópar í meiri hættu en aðrir í þessum aðstæðum.

Það er mikilvægt að við finnum leiðir til að bregðast við, að kennarar séu meðvitaðir um að við getum verið að tapa börnum út úr skólunum. Skólinn skiptir svo miklu máli félagslega fyrir börn. Ef börn eru ekki að mæta í skóla, er það vísbending um að það sé eitthvað að, svo það er hægt að fylgjast svo vel með í gegnum skólakerfið. Nú þegar los varð á skólanum í samkomubanni er hætta á að þeir sem eru í viðkvæmasta hópnum detti fyrst út," segir Salvör að lokum.

AÐALFUNDUR
KEA

Verður haldinn í Menningarhúsinu Hofi
fimmtudaginn 11. júní kl. 20:00

Á dagskrá fundarins eru venjubundin aðalfundarstörf samkvæmt samþykktum félagsins.

Tillögur sem óskað er eftir að verði teknar fyrir á fundinum skulu berast stjórn skriflega eigi síðar en sjö dögum fyrir aðalfund.

Dagskrá og ársreikningur liggja frammi á skrifstofu félagsins.

Einnig er hægt að nálgast upplýsingar á heimsíðunni
www.kea.is

KEA

ÚTIVIST ER FYRIR ALLA!



Flugdreki
Verð: 1.899.-



Tennissett
Verð: 1.299.-



Gripkörfusett
Verð: 799.-



Kastsett
Verð: 1.299.-



Bluetooth ferðahátalari (bambus / kirsuberjaviður /honta)
TILBOÐSVERÐ: 8.399.-
Verð áður: 11.999.-



Nestisbox með skeið & gafli
Verð: 999.-



Brúsi úr áli 500ml
Verð: 1.999.-



LUND Skittle bottle 500ml hita- og kælibrúsi
Verð: 4.999.-



LED ferðalugt (3 litir í boði)
Verð: 1.799.-



LED ferðalugt (2 litir í boði)
Verð: 2.999.-



„Take-away" kaffimál úr bambus 500ml
Verð: 999.-



„Take-away" kaffimál 500ml
Verð: 999.-



LUND Skittle rör margnota úr stáli
Verð: 2.499.-



Göngustafir (2 í setti)
Verð: 4.999.-

ÚRVAL HLEÐSLUBANKA OG HLEÐSLUTÆKJA





Rafmagnshlaupahjól MI M365 PRO
TILBOÐSVERÐ: 75.231.-
Verð áður: 83.590.-



Rafmagnsreiðhjól QiCycle
TILBOÐSVERÐ: 118.992.-
Verð áður: 139.990.-



Þrýstijafnari, slanga og hosuklemma
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Ferðagasgrill
TILBOÐSVERÐ: 11.999.-
Verð áður: 14.999.-



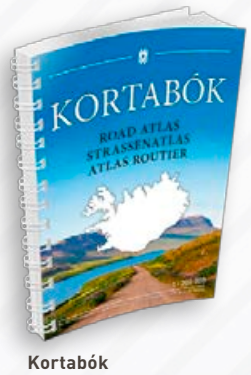
Lóa með strá í nefi - 20 gönguleiðir í RVK og nágreni
Verð: 3.999.-



Íslensk bæjarfjöll
Verð: 2.799.-



Vatnaveiði árið um kring
Verð: 4.999.-



Kortabók
Verð: 4.399.-



Væri ég fuglinn frjáls
Verð: 2.999.-



Útivera
Verð: 4.999.-

Framúrskarandi fyrirtæki 2019

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Álfabakka 16, Mjódd

Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

PENNINN Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 25. maí eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



LUND
Flottir 2ja og 3ja sæta útisófar og stóll úr Lund línunni frá IDdesign.

Stærð 2ja sæta: 179 x 88 x 66 cm
69.592 kr. ~~86.990 kr.~~

Stærð 3ja sæta: 249 x 88 x 66 cm
100.792 kr. ~~125.990 kr.~~

IDdesign



LUND
Hornsófi úr Lund línunni 2H2.
Stærð: 249 x 249 x 66 cm

167.992 kr.
~~209.990 kr.~~

LUND
Tngusófi úr Lund línunni frá IDdesign.
Stærð: 249 x 152 x 66 cm

119.920 kr.
~~149.990 kr.~~



LUND
Borð og sæti/hnallur úr Lund línunni. Þú tekur pulluna af og þá virkar hnallurinn sem borð.
Stærð: 70 x 70 x 30 cm

18.392 kr. ~~22.990 kr.~~

LUND
Stóll úr Lund línunni.
Stærð:
102 x 88 x 66 cm

IDdesign

35.192 kr.
~~43.990 kr.~~





SOHO
Hornsófi úr Soho línunni 2H2 frá BRAFAB. Álgrind, handofinn úr sérlega endingargóðu fléttuefni. Fyrsta flokks svampur í sessum og bakpullum. Endingargott Olifin áklæði.
Stærð: 201 x 201 x 90 cm

159.992 kr.
~~199.990 kr.~~



BERGERAC
Sófaborð frá BRAFAB úr svörtu áli.Stærð:
90 x 90 x 69 cm

51.992 kr. ~~64.990 kr.~~

Brafab



SOHO
Sólbekkur úr Soho línunni. Álgrind, handofinn úr sérlega endingargóðu fléttuefni. Fyrsta flokks svampur í sessum og bakpullum. Endingargott Olifin áklæði.Stærð: 193 x 60 x 33 cm

55.992 kr. ~~69.990 kr.~~

Reykjavík Bíldshöfði 20
12 – 18 virka daga
12 – 17 laugardaga
13 – 17 sunnudaga

Akureyri Dalsbraut 1
12 – 18 virka daga
12 – 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 27. maí eða á meðan birgðir endast

SUMARDAGAR
– ÚTI OG INNI –

20%
KYNNINGARAFSLÁTTUR

VEFVERSLUN
www.husgagnahollin.is
SENDUM FRÍTT

GARÐHÚSGÖGN TIL AFHENDINGAR STRAX
(Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST)

IDdesign

TVÆR GLÆSILEGAR ÚTIHÚSGAGNALÍNUR – LUND OG MALMÖ

Vönduð og stórglæslieg útihúsgögn frá IDdesign. Húsgögnin þola vel íslenska veðráttu.

ÁL Í ÖLLUM GRINDUM | ÁKLÆÐI SEM ENDIST | FALLEG OG EINSTAKLEGA ÞÆGILEG ÚTIHÚSGÖGN



MALMÖ
Stóll úr Malmö línunni. Stærð:
102 x 88 x 66 cm

IDdesign

35.192 kr.
~~43.990 kr.~~

MALMÖ
3ja sæta útisófi úr Malmö línunni frá IDdesign.
Stærð:
264 x 88 x 66 cm

90.392 kr.
~~112.990 kr.~~



20%
KYNNINGARAFSLÁTTUR

IDdesign





20%
KYNNINGARAFSLÁTTUR

MALMÖ
Hornsófi úr Malmö línunni 2H2.
Stærð: 264 x 264 x 66 cm

149.592 kr.
~~186.990 kr.~~

IDdesign

MALMÖ
Borð og sæti/hnallur
Stærð: 70 x 70 x 30 cm

18.392 kr. ~~22.990 kr.~~

IDdesign

Þú finnur bæklinginn
husgagnahollin.is

HÚSGAGNA HÖLLIN

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Áslaug hefur búið í Bandaríkjunum undan farin 23 ár en segist nýverið hafa fundið aftur tengingu við Ísland. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Íslensk náttúra dró mig til baka

Áslaug Magnúsdóttir hefur getið sér gott orð í tískugeiranum og komist á lista yfir valdamesta fólk hans. Eftir erfiðleika fann hún sjálfa sig á ný og setti nýlega á laggirnar sjálfbæru fatalínuna Kötlu.

Þegar Áslaug var fimm ára flutti hún ásamt foreldrum sínum til Los Angeles. „Þau áttu mig mjög ung svo pabbi fór utan til að stunda hagfræðinám við UCLA og móðir mín starfaði sem hjúkrunarfræðingur þessi sex ár sem við bjuggum þar."

Áslaug var ellefu ára þegar fjölskyldan flutti aftur heim og segir það eftirminnilegt þegar hún mætti fyrst í Digranesskóla í appelsínugulri úlpu, keyptri í Kaliforníu, innan um öll dökkklæddu börnin.

„Ég held að það hafi haft mikil áhrif á mig að búa þessi ár í Bandaríkjunum. Ég var orðin frekar amerísk þegar við komum heim í lok nóvember það árið." Áslaug hafði alltaf talað íslensku við foreldra sína svo það stóð henni ekki fyrir þrifum en aftur á móti hafði hún aldrei lesið tungumálið heldur aðeins ensku. Hún þurfti því að hafa svolítið fyrir því að ná hinum nemendunum í íslensku en lagði hart að sér. „Ég var frekar alvarlegur krakki, einbeitti mér aðallega að náminu, bókalestri og íþróttum og svo dansinum en ég var alltaf í ballett í Þjóðleikhúsinu og samkvæmisdönsum og svo seinna djassballett."

Ákveðin í að snúa aftur

Eftir grunnskólann fór Áslaug í Verslunarskólann þar sem hún varð semi-dúx og að stúdentsprófi loknu lá leiðin í lögfræði við Háskóla Íslands. „Þegar ég flutti heim ellefu ára var ég alltaf ákveðin í að fara í framhaldsnám í Bandaríkjunum." Eftir lögfræðina og þriggja ára starfsreynslu sem fyrsti lögfræðingur Deloitte á Íslandi, fór Áslaug því í meistaranám við Dukeháskóla. Ætlunin var að dvelja ytra í eitt ár en sá tími átti aldeilis eftir að lengjast.

„Ég fann að ég var ekki tilbúin að fara strax heim og einnig að ég saknaði viðskiptagreinanna. Mig langaði að geta skoðað vandamálin frá víðtækara sjónarmiði en lögfræðilegu og hafa fleiri alþjóðleg tækifæri, en lögfræðin er að miklu leyti staðbundin. Því ákvað ég að fara í MBA-nám, Harvard-háskóli varð fyrir valinu og ég vann aldrei aftur sem lögfræðingur."

Frábær tími í Harvard

Áslaug varð fyrsta íslenska konan til að útskrifast með MBA-gráðu úr viðskiptaháskóla Harvard.

„Tíminn í Harvard var frábær og ég bjó á heimavistinni eins og flestir. Þetta er ótrúlega fallegur staður fullur af skemmtilegu fólki frá ólíkum stöðum."

Áslaug var gift Gunnari Thoroddsen, fyrrverandi bankastjóra Landsbankans í Lúxemborg, til ársins 2000 og eiga þau saman einn son, Gunnar Ágúst, sem nú er 26 ára. „Við kynntumst í lögfræðinni og fórum saman í framhaldsnámið í Duke. Þar bjuggum við þrjú saman en eftir árið þar vildi Gunnar fara heim og tók son okkar með sér. Ég tímdi ekki að missa af því að fara í Harvard og við vorum í fjarbúð um hríð, þeir feðgar bjuggu um tíma á Íslandi og svo líka í Boston á meðan við vorum að reyna að finna út úr okkar málum.

Sonur okkar var mikið á Íslandi á þessum árum en kom til mín í sumarfríum og um jól. Ég flutti líka til London og pabbi hans til Lúxemborgar svo þá var hann nær."

Vildu bæði hafa soninn

Áslaug viðurkennir að það hafi reynst henni erfitt að vera langtímum fjarri syni sínum. „Ég veit ekki hvort ég myndi taka sömu ákvörðun í dag enda breytast gildi manns með árunum. Á þessum tíma var ég svo staðráðin í að fara í þetta nám og reyna fyrir mér á erlendri grundu og erfiðasti hluti þess var að geta ekki verið nægilega mikið með syni mínum.

Við vildum auðvitað bæði hafa hann en niðurstaðan var svona. Nú býr hann á jarðhæðinni í húsnæði mínu hér á landi ásamt kærustu sinni og stundar háskólanám í sálfræði auk þess að sinna tónlist og rafíþróttum.

Áslaug starfaði í þrjú ár fyrir hið stóra bandaríska ráðgjafarfyrirtæki McKinsey í London: „Þó ég hafi sagst búa í London var ég ekki mikið þar en starfinu fylgdu mikil ferðalög. Stundum var sonurinn með mér á flakki og eitt sumarið vorum við í Amsterdam þar sem ég var að vinna og hann með au-pair uppi á hótelherbergi. Þetta var svolítið skrítið líf."

Fjárfesti í tísku fyrir Baug

Eftir að hafa starfað sem stjórnarformaður Íslenska dansflokksins árin 1993 til 1995 vissi Áslaug að hún hefði mikla ánægju af því að vinna með skapandi fólki. „Mig langaði að færa mig meira út í þann geira og hafði alltaf verið spennt fyrir tísku. Það tók mig svolítinn tíma að finna mína leið þangað inn en tókst það í gegnum Baug en ég var þriðji starfsmaður Londonskrifstofu þeirra árið 2004. Þeir voru þá að fjárfesta í stærri tískufyrirtækjum. Ég fékk meiri og meiri áhuga á lúxusenda tískunnar og fór að hvetja til fjárfestinga í lúxusfyrirtækjum og við fjárfestum til að mynda í Matthew Williamson, Steinunni og nokkrum fleirum."

Áslaug hafði kynnst Gabriel Levy í Harvard og varð hann annar maðurinn hennar og bjuggu þau saman í London. Árið 2006 vildi hann flytja aftur til New York, sem þau gerðu, og segist Áslaug hafa verið svekkt að þurfa að yfirgefa starf sitt hjá Baugi.

> ÞETTA VAR AUÐVITAÐ SÁRT ÞVÍ ÉG HAFÐI LAGT ALLT Í AÐ BYGGJA FYRIRTÆKIÐ OG HAFÐI FÓRNAÐ TÍMA MEÐ EIGINMANNI OG FJÖLSKYLDU OG TÍMA TIL AÐ SINNA SJÁLFRI MÉR.

Fjárfestingar í New York

„Fyrstu vikuna í New York var ég kynnt fyrir Marvin Traub, fyrrverandi forstjóra Bloomingdale's. Hann átti ráðgjafarfyrirtækið Marvin Traub Associates og vann með fatamerkjum víða um heim. Hann var mikill áhrifavaldur í tískuheiminum og til að mynda þekktur fyrir að hafa uppgötvað Ralph Lauren. Hann

Framhald á síðu 24 ▶

FERÐASTU UM ALLT ÍSLAND

Jeep®

Á ALVÖRU JEPPA MEÐ ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIFI



NOKKRIR BÍLAR EFTIR Á GAMLA GENGINU

JEEP® GRAND CHEROKEE – VERÐ FRÁ: 11.290.000 KR.

- 3.0 V6 250 HÖ. DÍSEL, 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- 570 NM TOG
- HÁTT OG LÁGT DRIF
- RAFDRIFIN LÆSING Í AFTURDRIFI
- LOFTPÚÐAFJÖÐRUN AÐ FRAMAN OG AFTAN
- HLÍFÐARPLÖTUR UNDIR VÉL, KÖSSUM OG SKIPTINGU
- BI-XENON LED FRAMLJÓS MEÐ ÞVOTTAKERFI
- RAFDRIFIN OPNUN Á AFTURHLERA
- ÍSLENSKT LEIÐSÖGUKERFI
- BAKKMYNDAVÉL MEÐ BÍLASTÆÐAAÐSTOÐ
- FJARLÆGÐASKYNJARAR AÐ FRAMAN OG AFTAN
- BLINDHORNSVÖRN

BÍLL Á MYND: JEEP® GRAND CHEROKEE TRAILHAWK 35" BREYTTUR



NOKKRIR BÍLAR EFTIR Á GAMLA GENGINU

JEEP® WRANGLER RUBICON – VERÐ FRÁ: 11.990.000 KR.

- BENSÍN 273 HÖ / DÍSEL 200 HÖ
- 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- ROCK-TRACK® FJÓRHJÓLADRIF
- SELECT-TRAC® MILLIKASSI
- TRU-LOCK® 100% DRIFLÆSINGAR AÐ FRAMAN OG AFTAN
- AFTENGJANLEG JAFNVÆGISSTÖNG AÐ FRAMAN
- HEAVY DUTY FRAM- OG AFTURHÁSING
- BAKKMYNDAVÉL MEÐ BÍLASTÆÐAAÐSTOÐ

BÍLL Á MYND: JEEP® WRANGLER RUBICON 35" BREYTTUR

ISBAND

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

Framhald af síðu 22 ◄

hafði séð fjárfestingartækifæri í ráðgjafarstarfi sínu og kom með mig inn í fyrirtækið til að vinna í þeim tækifærum auk ráðgjafarstarfa.

Við settum á laggirnar fjárfestingarfyrirtækið TSM Capital en gerðum í raun á endanum aðeins tvær fjárfestingar í félaginu. Þegar þarna var komið hafði ég verið utanaðkomandi aðili í tískuheiminum svo lengi en langaði að prófa að spreyta mig sjálf í rekstri.“

Áslaug hafði kynnst stofnendum Gilt Groupe, sem hélt úti sölusíðu fyrir eldri tískuvarning á miklum afslætti og var í hröðum vexti árin eftir hrun. „Salan var brjálæðisleg enda tíminn fullkominn fyrir konseptið því fólk var að spara og hönnuðir sátu uppi með stóra lagera.“

Hátískufatnaður af pöllunum

Áslaug sá að landslagið fyrir tísku á netinu var að breytast og í maí 2010 setti hún á laggirnar fyrirtækið Moda Operandi sem selur hátískufatnað beint af pöllunum.

„Við settum þá alla línu hönnuðanna á netið en hún fer nánast aldrei öll inn í búðirnar. Stundum förum við nóttina eftir sýningu inn í stúdíó hönnuðanna og tókum myndir af flíkunum sem fóru á vefinn strax morguninn eftir. Þarna varð ákveðin hugarfarsbreyting varðandi verslun á netinu sem áður hafði snúist um leit að besta verðinu. Þarna snerist þetta um að fá aðgang að einhverju sem ekki hafði verið hægt áður.“

Vefsíðan sló undir eins í gegn. Lúxuskúnninn fann sinn stað á netinu og fjárfestar voru farnir að fá áhuga á tísku.

Hugmyndin var Áslaugar en hún fékk Lauren Santo Domingo í lið með sér sem meðeiganda. „Hennar aðalstarf á þessum tíma var „contributing editor“ hjá bandarísku Vogue og var hún þekkt úr samkvæmislífi borgarinnar. Hún var jafnframt þekkt fyrir að vera með gott tískuskyn og góð sambönd við hönnuði svo ég leit svo á að hún væri góður viðskiptafélagi og kæmi með aðra styrkleika en ég.

Það hafði góð áhrif út á við að hafa hana með mér en við vorum ekkert endilega góðir viðskiptafélagar og hugmyndir okkar um fyrirtækjakúltúr voru mjög ólíkar. Ég kom frá McKinsey-kúltúr og hún frá Vogue-kúltúr. Það vita kannski ekki allir hvað það þýðir en ef þú hefur séð kvikmyndina The Devil Wears Prada veistu hvað Vogue-kúltúr er.“

Sár viðskilnaður

„Þegar ég hætti í fyrirtækinu voru starfsmenn í kringum 80 og við höfðum fengið 50 milljónir dollara inn frá fjárfestum eins og stóra bandaríska fjárfestingarsjóðnum NEA og tískujöfrinum LVMH. Fyrirtækinu gekk rosalega vel en það voru komnir tveir kúltúrar innan þess og þannig er ekki hægt að byggja heilbrigt fyrirtæki. Hún var meira andlit fyrirtækisins út á við á meðan ég var forstjóri og meira í daglegum rekstri og því held ég að það hafi verið auðveldara að halda henni.

Þetta var auðvitað sárt því ég hafði lagt allt í að byggja fyrirtækið og fórnað um leið tíma með eiginmanni og fjölskyldu og til að sinna sjálfri mér.“

Í stað þess að safna kröftum, eins og margir mæltu með, fór Áslaug beint í næsta verkefni sem var fyrirtækið Tinker Tailor sem hún stofnaði ásamt fleirum.

„Þar var hugmyndin að leyfa fólki að hanna eigin fatnað, setja saman kjól úr mismunandi efnum, búk, ermum og pilsi. Þannig fékk fólk tækifæri til að verða hönnuðir á vefnum. Einnig buðum við upp á að fólk mætti aðlaga hönnun frá rúmlega 100 frægum tískuhönnuðum samkvæmt samkomulagi við þá. Þetta var flott hugmynd en of snemmt fyrir þetta konsept og við reyndum að gera of margt,“ segir Áslaug en fyrirtækinu var lokað árið 2015.



Áslaug vildi bara fara aftur í tískubransann ef hún gæti þannig látið gott af sér leiða. Í upphafi árs setti hún svo á laggirnar sjálfbæru kvenfatalínuna Kötlu og segir að með henni vilji hún ýta við tískubransanum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Í fatnaðinn í Kötlu-línunni eru aðeins notuð náttúruleg og endurunnin efni. MYND/SILJA MAGG

Það ár, 2015, reyndist Áslaugu virkilega erfitt en hún bæði hætti hjá fyrirtækinu sem hún hafði sjálf stofnað og unnið hörðum höndum að og þau Gabriel skildu.

2015 ömurlegt ár

„Já, þetta var frekar ömurlegt ár,“ segir Áslaug og hlær. „Ég sinnti vissulega ekki sambandinu sem skyldi. Hann hafði líka komið inn í Tinker Tailor sem voru mistök. Ég var þar forstjórinn og hann að vinna fyrir mig, sem skapaði skrítna dínamík. Þarna slitnaði upp úr eftir 15 ára sambandi og þó það hafi verið rétt ákvörðun var það erfitt.“

Áslaug segir það hafa verið viðbrigði að vera ein enda hafi hún verið í langtímasamböndum meira og minna frá 19 ára aldri.

> ÉG VILDI BARA FARA AFTUR Í TÍSKUBRANSANN EF ÉG HEFÐI EITTHVAÐ MIKILVÆGT FRAM AÐ FÆRA OG LÉTI GOTT AF MÉR LEIÐA.

„Þarna þurfti ég að endurmeta algjörlega hvað væri mér mikilvægt og reyna að sinna sjálfri mér í fyrsta sinn í langan tíma. Ég ákvað að demba mér ekki strax í forstjórastól og gerðist sjálfstæður ráðgjafi í New York.“

Áslaug sótti meira í að koma til Íslands og í einni ferðinni var arkitektinn og skartgripahönnuðurinn John Brevard með í för. „Hann hjálpaði mér við að endurhanna íbúð mína hér á landi og hafði svo mikinn áhuga á Íslandi að í gegnum hann, gestinn, fór ég í raun að kunna að meta landið upp á nýtt.“

Áslaug fór aftur að stunda líkamsrækt af krafti, bæði æfingar byggðar á ballett og bardagaíþróttina Muay Thai, sem hún segir að hafi verið mjög valdeflandi. „Þetta var stór hluti af því að finna sjálfa mig aftur.“

Íslensk náttúra togaði

Áslaug var svo stödd hér á landi fyrir fjórum árum ásamt John og fleiri Bandaríkjamönnum og fóru þau öll ásamt Jakobi Frímanni Magnússyni og eiginkonu hans Birnu Rún, gömlum vinum Áslaugar, á Radiohead-tónleika á 17. júní.

„Eftir tónleikana fórum við öll heim til mín og þar kom upp hugmyndin að þessu dásamlega sjálfbæra hóteli sem við erum að byggja fyrir austan.

Við þrjú, ég, Jakob og John, lögðumst í að leita að jörð og fundum jörðina að Svínahólum við Höfn í Hornafirði og festum kaup á henni. Fleiri hluthafar komu inn en hótelkeðjan Six Senses mun halda utan um reksturinn.

Það að finna aftur þessa tengingu við Ísland og náttúruna var stór hluti af því að ég fyndi sjálfa mig. Ég hafði algjörlega tapað náttúrutengingunni þegar ég flutti út og leið best í stórborgum.

Ég fann hvernig íslensk náttúra var heilandi fyrir mig og dró mig alltaf til baka. Það varð alltaf erfiðara að koma aftur til New York.“

Áslaug kynntist núverandi sambýlismanni sínum, Sacha Tueni, fyrir tveimur árum, og flutti hún til Kaliforníu þar sem hann hafði búið síðasta áratuginn.

Sjálfbær hágæða tíska

Áslaug fór að finna fyrir því að tískan togaði í hana. „Ég vildi bara fara aftur í tískubransann ef ég hefði eitthvað mikilvægt fram að færa og léti gott af mér leiða. Vinnan í kringum hótelið hafði kveikt í mér. Þó mikið sé talað um sjálfbæra tísku er hún enn svo lítill hluti af bransanum.

Ég vildi búa til heildstætt konsept sem væri jákvætt í tilliti til allra sjálfbærnisjónarmiðanna,“ segir Áslaug sem setti á laggirnar kvenfatalínuna Kötlu í byrjun árs. „Hugmyndin var að búa til fallega tísku en einnig að vernda fólkið sem kæmi að framleiðslunni, við myndum ekki skaða dýr og allt sem við gerðum væri eins umhverfisvænt og hægt væri. Við notum náttúruleg efni og þau gerviefni sem við notum eru alltaf endurunnin. Við erum til að mynda að framleiða íþróttabuxur úr efni sem unnið er úr veiðinetum.

Við framleiðum eftir pöntun og vinnum með leiðandi verksmiðju í Bandaríkjunum sem getur framleitt vöruna á einum til tveimur dögum en ekki fjórum til sex vikum eins og verið hefur með slíkar pantanir. Flestir vilja ekki bíða eftir því.

Þannig getum við verið með mjög lítinn lager en eitt stærsta vandamálið við tískubransann út frá umhverfissjónarmiðum er að 30 til 40 prósent framleiðslunnar seljast ekki og mikið af fatnaði fer í ruslið á hverju ári. Við tæklum þetta með því að forðast offramleiðslu og búa til hágæða flíkur sem endast. Einnig bjóðum við kúnnanum að þegar hann hættir að nota flíkina geti hann sent okkur hana á okkar kostnað, gegn 20 prósentum upprunalegs verðs hennar í inneign fyrir næstu kaupum. Við endurseljum svo flíkina eða endurvinnum.

Við viljum að ferlið sé gagnsætt svo hver einasta Kötlu-flík er með „tracking number“. Þannig er hægt að slá inn númer hennar og sjá hvar flíkin var framleidd og hver umhverfisáhrif framleiðslunnar og efnanna eru.

Hver flík hefur þannig sína eigin sögu og er einstök. Þetta er jafnframt leið til að ýta við bransanum og sýna hverjir eru að gera vel og benda á jákvæðar fyrirmyndir innan hans. Það er okkar von að þetta ýti við hlutunum á jákvæðan hátt,“ segir Áslaug að lokum.

FRÉTTABLAÐIÐ
Nánar á frettabladid.is

Kjarabílar Hyundai

BJÓÐUM **VALDA NÝJA HYUNDAI Á KJARABÍLAVERÐI.**
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Í DAG.

Hyundai Santa Fe Style
Dísil, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.
Listaverð: 8.890.000 kr.
ZGP88 - Nýr bíll

KJARAVERÐ 8.090.000 kr.



Hyundai Ioniq Comfort
Rafmagn, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.
Listaverð: 4.890.000 kr.
YBU45 - Nýr bíll

KJARAVERÐ 4.540.000 kr.



Hyundai i20 Style
Bensín, beinskiptur, framhjóladrifinn.
Listaverð: 2.990.000 kr.
SMA30 - Nýr bíll

KJARAVERÐ 2.690.000 kr.



Hyundai Ioniq PHEV Style
Rafmagn/bensín, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.
Listaverð: 4.790.000 kr.
YAN91 - Nýr bíll

KJARAVERÐ 4.290.000 kr.



AUKABÚNAÐUR FYRIR FERÐALAGIÐ Í SUMAR



Þverbogar
Verð frá: 35.000 kr.



Hjólafestingar
Verð frá: 15.000 kr.



Farangursbox
Verð frá: 90.000 kr.



Dráttarkrókur
Verð frá: 180.000 kr.

Opið í dag frá 12–16

HYUNDAI

5 ÁRA ÁBYRGÐ ÓTAKMARKAÐUR AKSTUR

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

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

ENNEMM / SÍA / nm001047

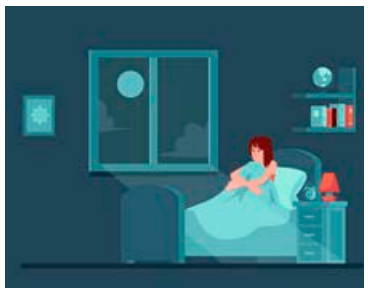


Teitur Guðmundsson læknir

Doktor.is

Svona áttu að metta súrefni

Óeðlilegt	<90%
Lágt	90-95%
Eðlilegt	95-100%



Kæfisvefn er alls ekki bundinn við þá sem glíma við ofþyngd.

Ertu með kæfisvefn?

Kæfisvefn er ansi dulinn vandi og er alls ekki bundinn við það að glíma við ofþyngd, þó það sé algengara hjá slíkum einstaklingum.

Svo er það líka mýta að maður þurfi að hrjóta eða draga ýsur verulega og jafnvel fara í öndunarstopp til að svo sé.

Þeir sem glíma við dagsyfju eða orkuleysi og hafa ekki fengið góða skýringu á þeim einkennum, ættu að hugleiða skimun fyrir kæfisvefni. Önnur einkenni eru hausverkur að morgni, einbeitingarskortur, aukin svitamyndun að nóttu og jafnvel skert kynhvöt.

Þá er til mikils að vinna að skima hreinlega fyrir þessum sjúkdómi, þar sem hann er í raun sjálfstæður áhættuþáttur fyrir hjarta- og æðasjúkdómi, háþrýstingi auk hjartsláttartruflana.

Það er auðvelt að skoða og meta hvort þú glímir við kæfisvefn. Í fyrsta lagi notast læknirinn við spurningalista og fer í gegnum skoðun og mat á sjúklingi. Greiningin fer þó fram með því að sofa með tæki sem nemur hrotur, hreyfingar, öndunartíðni, hjartslátt, súrefnismettun og fall hennar að næturlagi.

Slík tæki eru býsna nákvæm og verulega hjálpleg. Þeir sem greinast með kæfisvefn þurfa að skoða sérstaklega hvort það er eitthvað í þeirra lífsstíl, umhverfi og atferli sem getur ýtt undir hann og losa sig við það. Í sumum tilvikum dugir það eitt og sér, en svo eru til bitgómar, ýmsar aðgerðir eru einnig framkvæmdar en í mjög mörgum tilvikum þarf að nota vél að nóttu til að sofa með, sem heldur ákveðnum þrýstingi á öndunarveginum og þar með súrefnismettun.

Ef þú ert í vafa láttu þá prófa þig!



Persónuleikaraskanir koma oftast fram á unglingsárum eða jafnvel fyrr og versna einkennin sem geta verið mjög afgerandi oft með aldri. MYND/GETTY

Persónuleikaraskanir

Persónuleikaraskanir falla undir geðsjúkdóma og eru býsna margvíslegar, en í grunninn má segja að þeim sé sameiginlegt að þar fara saman truflanir á hugsun, hegðun og virkni.

Viðkomandi eiga í vissum vanda með að nema umhverfi sitt og eiga samskipti við annað fólk og myndast mynstur sem geta verið býsna ósveigjanleg. Þá eru þau oft á skjön við það sem samfélag viðkomandi upplifir og þannig skapast talsverður munur á væntingum og upplifun og viss togstreita, sem hefur aftur veruleg áhrif á líf og líðan einstaklinga og fjölskyldna þeirra.

Við könnumst flest við það sem kallast samfélagsleg norm hegðunar og þess sem við væntum almennt frá öðrum í kringum okkur. Þetta getur skapað aðlögunarvanda einstaklinga sem glíma við þessar raskanir og trufla alla hlutaðeigandi. Það er þó býsna algengt að sá sem er veikur geri sér jafnvel ekki almennilega grein fyrir truflueninni, þar sem hegðun og gjörðir hans eru honum eðlilegar.

Oftast koma þessar raskanir fram á unglingsárum eða jafnvel fyrr og geta þær verið mjög afgerandi. En engu að síður eru til vægari form þar sem einstaklingurinn hefur ágæta hæfni og truflunin er lítil. Oft versna einkenni með aldri og greiningin kemur þá ekki fyrr en löngu síðar.

Röskunum skipt í hópa

Þessum persónuleikaröskunum er skipt upp í nokkra hópa ef kalla má og er fyrst að telja þær sem byggja á ákveðnum aðsóknar- eða ofsóknarhugmyndum (paranoid). Þar sem viðkomandi finnur fyrir nær stöðugu vantrausti og grunsemdum, án ástæðu, um að aðrir muni gera honum mein, eða koma á hann höggi hvers konar, maki muni halda, eða sé að halda fram hjá og ýmiss konar áhyggjur.

Þetta skapar lélega sjálfsmynd og óöryggi sem kemur fram með ýmsum hætti. Nokkur frekari form eru til, svokölluð schizoid og schizotypal, sem flokka má með þeim fyrri og hafa ákveðin sérkenni tómleika og þess að vilja ekki tengjast öðrum, auk mjög sveiflukenndrar líðanar og skapofsakasta. Tenging við sérstaka hegðun, klæðaburð, hugmyndir og fleira, koma hér einnig fram.

Aðrar persónuleikaraskanir, sem byggja á andfélagslegri hegðun, lygum, stuldi, ofbeldi, lélegri hvatastjórnun og ítrekuðum vandræðum, eru vel þekktar. Þá eru kannski einna algengastar svokallaðar „borderline“ raskanir, sem má líkja við að séu á rófi einkenna óöryggis, hvatahegðunar, skyndiákvarðana og mikilla skapsveiflna, jafnvel sjálfsvígshugsana og einnig áhyggjum af því að verða ein eða yfirgefin.

Talað er um 10 mismunandi gerðir persónuleikaraskana sem hafa allar sín sérkenni, líkt og að ofan er talið, sem þó geta blandast saman og verið flókið að átta sig á nákvæmri sjúkdómsmynd. Dramatísk hegðun og mikil áhrifagirni auk talsverðra sveiflna í skapi, ákvörðunum og gildum er í histrioníska röskunum meginlínan. Á meðan sjálfsánægjuröskun (narcisstic) sýnir fyrst og fremst brenglað innsæi á eigið ágæti og getu, auk hroka.

SUMIR VORU KALLAÐIR SÉRVITRINGAR Á SÍNUM TÍMA, EÐA ERFIÐIR, OG ER LJÓST AÐ EKKI ERU ALLIR Í ÞÖRF FYRIR MEÐFERÐ.

Það má nefna þá sem glíma við fælni sem megininntak vandans og að forðast fólk, mannamót, vinnustaði og jafnvel nána vini og fjölskyldu. Þá eru þeir sem eru of háðir öðrum og geta með engu móti séð fyrir sér að vera einir eða að geta séð sér farborða. Þessir aðilar fara strax í samband eftir sambandsslit svo dæmi sé tekið. Að lokum eru það þeir sem glíma við þráhyggju og árátttu, sem stóran hluta af hegðunar- og samskiptavanda sínum, stífir og þverir, nískir og með mikla fullkomnunarárátttu.

Sérvitringar og erfiðir

Að þessu sögðu er ljóst að það þarf töluverða lagni við greiningu og nálgun, auk meðferðar. Þeir aðilar sem glíma við slíkar raskanir, hvert sem megininntak þeirra er, eru oft og tíðum vel virkir einstaklingar, sem gengur ágætlega að fóta sig í gegnum lífið. Sumir voru kallaðir sérvitringar á sínum tíma, eða erfiðir, og er ljóst að ekki eru allir í þörf fyrir meðferð. Það er ákveðið róf í þessum röskunum, og spurning hversu afgerandi áhrif á líf og líðan viðkomandi einstaklings og hans fjölskyldu þær hafa.

Ástæður eru arfbundnar og umhverfisþættir á mótunarárum eru lykilatriði, að talið er, í þróun slíkra sjúkdóma. Áfengis- og vímuefnavandi getur haft áhrif.

Greiningarferlið fer fram fyrst og fremst með sögutöku og skoðun. Engar sértækar rannsóknir eru greinandi í raun og veru og lúta blóð- og myndgreiningarrannsóknir fyrst og fremst að því að útiloka aðra sjúkdóma. Meðferðin er margvísleg frá því að vera mjög lítil og fyrst og fremst stuðningur, yfir í þunga lyfja- meðferð auk sálfræði- og geðlæknishjálpar, eins og eðlilegt er miðað við flækju og alvarleika hvers máls og einstaklings fyrir sig.

Hausverkurinn

Það að fá hausverk getur verið alveg ferlega vont en flest okkar kannast við það. Algengasta formið á slíku er spennuhöfuðverkur, sem umlykur höfuðið eins og belti og getur skapað ýmis önnur óþægindi.

Vöðvabólga er stór áhrifaþáttur í myndun höfuðverkja. Sérstaklega á það við einstaklinga sem vinna einhæfa skjávinnu, eða eru búnir að lenda í forskaða, líkt og áverka á háls og herðar sem algengt er í aftanákeyrslum svo dæmi sé tekið.

Verulega getur reynt á þá sem fá reglulega og tíða höfuðverki og er mígreni þar frægast og er skilgreint sem stingandi, púlserandi verkur, sem er iðulega á sama staðnum endurtekið, yfirleitt öðrum megin í höfðinu.

Það skapar samhliða mikil óþægindi, eins og ljós- eða hljóðfælni, ógleði og jafnvel uppköst. Þessi sjúkdómur kemur í köstum og getur staðið allt frá nokkrum klukkustundum upp í marga daga í svæsnustu tilvikum og veldur iðulega verulegri röskun á lífi þeirra sem við hann glíma.

Sumir fá fyrirvara á köstum og geta þá brugðist við með lyfjagjöf áður en kastið verður óbærilegt, aðrir eru ekki svo heppnir. Nauðsynlegt er að greina mígrenið og útiloka aðrar orsakir höfuðverkja.

Mikið er rætt um triggeringar eða útleysara á verkjaköstin og hafa þar verið talin upp atriði líkt og svefnleysi, streita, föstur og ofát, áfengi, kaffi, ostar, krydd, breytingar á umhverfisþáttum, eins og veður,



Reglulegir og tíðir hausverkir reyna á og er mígreni þar algengast.

mikil sól, lykt, ilmvatn og svo vitaskuld hormónabreytingar sem og lyf.

Hver og einn lærir á sitt mígreni og er í þeim anda að forðast þætti sem geta skapað köstin. Það er þó ekki hægt að öllu leyti og þarf þá að vera hægt að grípa til meðferðar sem rýfur hausverkjakastið.

Venjuleg verkjalyf eins og Paracetamol geta virkað ágætlega en oftsinnis þarf blöndu af lyfjum og er þá bætt við bólgueyðandi lyfjum eins og Íbúprófeni.

Blöndur af þessum lyfjum auk koffíns eru algengar víða en í flestum tilvikum þurfa mígrenisjúklingar virkari lyf og eru þá triptanlyf iðulega fyrsta val.

Þá er í sumum tilvikum nauðsynlegt að nota jafnvel morfínskyld efni, en þau ætti að forðast í lengstu lög.

Ýmis lyf eru til og þá bæði í formi töflu- eða úða, eða sem stungulyf. Sumir nota lyf sem fyrirbyggjandi meðferð og hefur verið horft í nokkra flokka lyfja, þar með talin blóðþrýstilyf, flogaveikilyf, þunglyndislyf og svo auðvitað í sprautuformi bótox, fyrir þá sem eru með mjög slæmt mígreni sem ekki svarar meðferð.

Fyrir utan lyfin er nauðsynlegt að halda sig við rútínu, drekka vel af vatni, sofa nægjanlega mikið og hreyfa sig reglulega, sem eru ráð sem henta við öllum sjúkdómum.

En varðandi mígreni eru þau sérstaklega mikilvæg til að draga úr tíðni kasta auk þess að stunda slökun.

FÓLK

Helgin

LAUGARDAGUR 23. MAÍ 2020



Þórhildur Elísabet hlakkar til að takast á við spennandi verkefni í ungmennaráði Amnesty International. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Getur ekki ímyndað sér lífið neitt öðruvísi

Þórhildur Elísabet Þórsdóttir var fyrr í mánuðinum valin til að vera fulltrúi í alþjóðlegu ungmennaráði Amnesty International. Í ráðinu eru sextán meðlimir en Þórhildur er annar af tveimur ungliðum frá Evrópu og Mið-Asíu. →2



Framhald af forsíðu

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Þórhildur hefur verið virk í Ungliðahreyfingu Amnesty International á Íslandi frá því hún var 15 ára gömul árið 2014, en hún verður 21 árs í sumar.

„Ég var að leita að einhverjum stað til að hafa áhrif og datt inn á Reykjavík Pride-göngu Amnesty og var að hjálpa við hana og hef verið sátt í Amnesty síðan. Þó ég hafi tekið þátt í mörgu öðru þá er þetta þar sem hjarta mitt er," segir Þórhildur.

Hún segir að hlutverk fulltrúa í alþjóðlega ungmennaráðinu sé að mörgu leyti að vera andlit Amnesty-ungliða út á við. „Við fáum oft rödd innan nefnda sem eru á vegum alþjóðaskrifstofunnar, til dæmis í málefnavinnu. Núna er til dæmis verið að móta nýja, alþjóðlega herferð og ungliðarnir í ungmennaráðinu fá rödd þar. Við erum nokkurs konar talsmenn ungliða innan stóra alþjóðlega batterísins."

Var valin úr fjölda umsækjenda sem fulltrúi Evrópu

„Ég er ótrúlega spennt fyrir að byrja í ungmennaráðinu. Ég átti ekki von á að vera valin. Ég sótti um haldandi að það væri mjög langsótt, svo ég var ótrúlega glöð að fá fréttirnar. Ætli þeim hafi ekki bara litist vel á mínar hugmyndir. Ég var sérstaklega að tala um velferð aktívista. Margir aktívistar sem koma í Amnesty eru undir 18 ára. Þau gefa mikið af sínum frítíma í málefni sem getur verið erfitt að meðhöndla, eins og mannréttindabrot. Þá finnst mér sérstaklega mikilvægt að hlúa að þeim svo að þeim líði vel. Að þau geti talað um tilfinningar sínar og tekist á við þetta."

Umsóknarferlið til að eiga kost á að vera valin í ráðið var frekar mikið að sögn Þórhildar. „Ég þurfti að senda inn skriflega lýsingu á markmiðum mínum og kynningarmyndband. Svo þurfti ég að safna alls konar meðmælabréfum frá minni deild. Fulltrúarnir eru svo valdir af meðlimum ráðsins, í samstarfi við alþjóðaskrifstofu Amnesty International."

Í ungmennaráðinu starfa að jafnaði 16 manns. Tveir ungliðar og einn starfsmaður frá hverju heimssvæði sem Amnesty skilgreinir. Auk þess er í ráðinu einn alþjóðlegur meðlimur. Það er meðlimur sem borgar í Amnesty, þrátt fyrir að vera ekki með deild í sínu landi, eða einhver sem er af einhverjum ástæðum ekki skráður í deild innan síns lands.



Þórhildur hefur starfað með ungliðahreyfingunni í mörg ár og kynnst aktívistum um allan heim. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Ungliðahreyfing Amnesty á Íslandi hefur starfað frá 2012 og Þórhildur hefur verið með næstum frá upphafi.

Kynnist fólki úr öllum heimshornum með ólíka sýn á lífið

Ungliðahreyfing Íslandsdeildar Amnesty International var stofnuð árið 2012. Hreyfingin var því frekar ný þegar Þórhildur byrjaði að starfa með henni, en hún var formaður hennar í þrjú ár frá 2016-2019.

„Ég hef verið með þeim næstum frá upphafi og það hefur verið gaman að fylgjast með hreyfingunni vaxa og taka breytingum. Hún hefur stækkað mjög mikið. Við erum svona 20 manna kjarni oftast nær, en förum alveg upp í 40. En svo eru tæplega tvö hundruð á umræðuvettvanginum okkar á Facebook. Ég hef kynnst fullt af fólki í starfinu og fengið að sitja alls konar alþjóðlegar ráðstefnur. Þar hef ég kynnst besta fólki sem ég þekki og ég hef haldið góðu sambandi við það. Þetta er besti vettvangurinn til að kynnast aktívistum alls staðar að úr heiminum og heyra reynslusögur þeirra," segir Þórhildur.

Í starfi sínu hjá Amnesty hefur hún kynnst fólki frá ólíkum löndum sem hefur ólíka sýn á lífið.

„Okkar sýn á mannréttindi er svo háð okkar samfélagi. Það eru hlutir sem ég hugsaði ekki áður um sem mannréttindamál, mér dettur til dæmis í hug umræður um hvort eigi að afglæpavæða eiturlyf. Umræðan hérlendis snýr svo mikið að skaða neyslunnar á einstaklinginn, en í sumum öðrum löndum, sérstaklega Suður-Ameríku, snýst þetta mikið um að vernda fólk gegn lögregluofbeldi. Það er sjónarhorn sem maður fær ekki beint á Íslandi. Það hjálpar manni að móta afstöðu sína að skilja hlið allra sem koma að málinu og hvernig mismunandi aðstæður geta haft áhrif á reynslu fólks af mannréttindabrotum."

Barðist fyrir frelsi manns sem var síðan sleppt

Þórhildur segist alla tíð hafa verið með sterka réttlætiskennd, en hún var að leita að stað til að hafa áhrif, þegar hún gekk til liðs við Amnesty.

„Þegar ég byrjaði var Amnesty í herferð gegn pyntingum. Það var meðal annars verið að berjast fyrir frelsi manns sem heitir Moses Akatugba og er frá Nígeríu. Hann var handtekinn 16 ára fyrir að stela farsímum en var svo ákærður fyrir morð. Ég var lengi að berjast fyrir því að hann yrði látinn laus. Svo fengum við þær fréttir að honum hafi verið sleppt og hann kom til Íslands til að þakka fyrir sig. Það hefur mótað mína reynslu mjög mikið, að sjá áhrifin sem maður getur haft með beinum hætti á líf einhvers," segir Þórhildur.

„Þetta eru svo persónuleg samtök að mörgu leyti. Maður tekur fyrir mál einhvers einstaklings sem er með nafn og andlit, en maður getur mögulega sett fordæmi fyrir aðra sem maður veit ekki af, svo þannig hefur maður áhrif á líf miklu fleiri. Um leið og maður er búinn að fá einhverja ríkisstjórn til að sleppa einhverjum einum fyrir glæp, er miklu erfiðara fyrir hana að réttlæta það að halda einhverjum öðrum inni fyrir sama glæp."

Þórhildur er núna í stjórn Íslandsdeildar Amnesty og er yngsti meðlimurinn í stjórn. Hún segir gaman að fá að kynnast þeirri hlið samtakanna, eftir að hafa starfað lengi með ungliðahreyfingunni. Aðspurð hvort hún sjái fyrir sér að hún muni halda áfram að berjast fyrir mannréttindum í framtíðinni svarar hún:

„Ég get eiginlega ekki ímyndað mér lífið öðruvísi."

Probi® Járn - fyrir aukna upptöku járns og til að viðhalda góðum járngildum



Probi® Járn
- Probi® mjólkursýrugerlar
- járn
- C-vítamín
- fólasín

Probi® Járn er milt í maga og hentar einnig á meðgöngu

abel heilsuvörur
www.abelheilsuvorur.is

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Elín Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Hjördís Erna Þorgeirsdóttir | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 57686 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103,

Curaprox – tannvörur sem tannlæknar mæla með



Hluti af því að viðhalda góðri almennri heilsu er að huga vel að tannheilsunni. Þótt ótrúlegt megi virðast þá getur slæmt viðhald tannanna og gómsins haft slæm áhrif á allan líkama okkar. Þannig geta bakteríur sem hvíla í munninum komist í gegnum bólgið tannholdið inn í blóðrásina og þaðan borist til ólíkra líffæra líkamans og haft skaðleg áhrif á hjarta- og æðakerfi, lungun, heilann og ónæmiskerfið í heild sinni.

Góð tannheilsa er því grunnþáttur heilsu okkar.



„Þegar kemur að tönnunum og gómnum er mikilvægt að koma upp daglegri rútínu með það að leiðarljósi að skapa hollar og góðar venjur sem hjálpa okkur að viðhalda, eins og áður segir, góðri tannheilsu. Í því felst að sjálfsögðu að tannbursta, nota tannþráð og velja réttu vörurnar sem hjálpa okkur að verja tennurnar á sama tíma og þær vernda tannholdið.“

Særós Ester Leifsdóttir, viðskiptastjóri hjá Icepharma



CS5460 Ultra soft tannburstinn hefur 5460 Curen® þræði og hentar fullorðnum.

CS3960 Super soft tannburstinn hefur 3960 Curen® þræði og hentar fullorðnum.

CS1560 Soft tannburstinn hefur 1560 Curen® þræði og hentar fullorðnum.

CS Smart tannburstinn hefur 7600 Curen® þræði og hentar börnum frá 5-10 ára.

CS Curakid tannburstinn hefur 4260 Curen® þræði og hentar börnum frá 0-5 ára.



Tannvörurnar frá Curaprox hafa verið í þróun í hartnær 50 ár og eru viðurkenndar af tannlæknum og tannfræðingum um heim allan.

Curaprox framleiðir tannbursta, tannkrem, tannþræði, munnskol, millitannabursta og aðrar tannvörur í algjörum sérflokki. Þannig skapar fyrirtækið sér einstakan sess á markaði með háþróuðum tannvörum sem tryggja hámarksárangur við notkun, tannheilsu þinni til bóta.

Curaprox er líklega þekktast fyrir litríku tannburstana sína, og framleiðir fyrirtækið tannbursta bæði fyrir börn og fullorðna.

Curaprox tannburstarnir hafa læknisfræðilegt samþykki um allan heim. Efnin og hráefnin sem notað er í tannburstana uppfylla ströngustu kröfur um gæði og öryggi.

Tannburstarnir innihalda engin efni sem eru skaðleg heilsunni.

Enn fremur er hægt að endurvinna plasthlutana auðveldlega og án vandræða.



Tannburstahárin eru mjög fíngerð, svo fíngerð að ekki er hægt að kalla þau burstahár heldur þræði. Þræðirnir á Curaprox tannburstunum eru gerðar úr Curen® þráðum, efni sem frásogar í sig lítið sem ekkert vatn og heldur því þannig stífleika sínum. Stærsti kosturinn við að þræðirnir frásogi í sig lítið sem ekkert vatn er sá að þá safnast minni bakteríur fyrir í þráðunum. Efnið í þráðunum er talsvert fínna og stífara en í hefðbundnum nælonhárum.

Aðrir mikilvægir eiginleikar Curen® þráðanna á tannburstunum er fjöldi þráðanna á burstahausnum, þvermál þeirra og áferðin – þau eru þynnri en önnur hár en sama tíma stífari og hafa ávala lögun.

Curen® þræðirnir eru einnig endurvinnanlegir.

Curaprox tannvörurnar fást í flestum apótekum og matvöruverslunum. Einnig finnur þú vinsælustu Curaprox vörurnar í H Verslun.

Tjaldútilegur eru fjölskylduskemmtun

Landsmenn ætla að ferðast innanlands í sumar. Margir kjósa að fara í útilegu og sofa úti í guðsgrænni náttúrunni. Þegar farið er í fyrsta skipti í ferðalag þarf að hafa rétta búnaðinn á hreinu.

Sandra Birna, deildarstjóri útivistardeildar Fjallakofans í Kringlunni, segir réttan búnað afar mikilvægan. „Ef maður er ekki með góðan svefnpoka getur upplifunin orðið slæm," segir hún. „Ekki er gott að skjálfa úr kulda og geta ekki sofið. Það þarf að huga að klæðnaði alveg eins og matnum sem tekinn er með," segir Sandra og bendir á að best sé að yfirfara allan búnað áður en lagt er í ferðalagið. „Oftar en ekki gleymist eitthvað mikilvægt. Ég hef til dæmis gleymt tjaldhælum, gaskút og vettlingum. Tjaldið, svefnpokinn og tjalddýna er auðvitað það sem mestu skiptir auk hlýs fatnaðar. Ég passa alltaf að vera með dúnúlpuna mína til þess að nota á kvöldin, ullarnærföt, ullarsokka og góða skó en þeir skipta miklu máli. Þá er nauðsynlegt að hafa vatnsheldan fatnað þar sem ekki er alltaf hægt að treysta veðurspám fullkomlega," segir hún.

Sandra bendir á að gott sé að gera lista áður en haldið er í ferðina. „Þennan lista er hægt að notast við fyrir allar útilegur sumarsins og breyta eftir þörfum. Ég myndi skilja bómullarfötin eftir heima þar sem þau eiga það til að verða köld ef þau blotna og eru lengi að þorna. Flestir sofa í ullarnærfötum í útilegum frekar en venjulegum náttfötum til að sleppa því að nota bómull."



Sandra Birna er mikil útivistarkona og fer oft í útilegur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Sandra segir að þeir sem hafa áhuga á fjallgöngum ættu að velja sér tjaldstæði nálægt þeim möguleika. „Ef fólk ætlar að ganga á fjall þarf skóbúnaðurinn að vera góður. Skórnir þurfa að hafa gott grip og góðan stuðning við ökklann. Scarpa skórnir eru mjög þægilegir en hjá Fjallakofanum er mikið úrval af gönguskóm til fjallaferða. Þá er nauðsynlegt að hafa léttan bakpoka þar sem hægt er að geyma nesti, vatnsheldan jakka og vatnsbrúsa. Barnaburðarpokar eru frábær lausn til að fara með yngri börn í gönguferð. Slíkir pokar eru fyrir börn upp að tuttugu kílóum.

Við sem störfum hjá Fjallakofanum höfum þekkingu og reynslu í því að leiðbeina fólki að velja réttan útivistarbúnað fyrir þau ævintýri sem fólk ætlar að halda í. Fólk segir okkur hvert það ætlar, til dæmis á Hvannadalshnúk eða Helgafell. Maður þarf alltaf að gefa sér góðan tíma til að pakka niður fyrir hvaða ferð sem er," segir Sandra, sem er dugleg að fara í útilegur á hverju sumri.

„Ég hef á síðustu árum sofið 30-40 nætur í tjaldi á hverju sumri með fjölskyldunni. Ég og maðurinn minn erum mikið útivistarfólk svo við leggjum mikið í það að njóta með fjölskyldunni úti við, allan ársins hring. Útivistaruppeldi er frábær leið til þess að njóta saman og börnunum okkar sem eru fimm ára og eins árs, finnst það ekkert minna skemmtilegt. Það er ekki síst vegna þess að þau eru alltaf klædd eftir aðstæðum svo þeim líði sem best. Fjölskyldu-útilegur eru frábær leið til þess að skapa góðar minningar saman," segir hún.

„Mér finnst skemmtilegast að ferðast á fjöllum með allt til alls í bakpokanum og bíð ég spennt eftir því að börnin geti tekið þátt í þeim ævintýrum. Þær ferðir hafa verið færri en ég hefði viljað, sökum þess hve lítil börnin eru, í staðinn erum við dugleg að ferðast með tjald eða tjaldvagn um landið til að kynnast nýjum stöðum. Mér finnst sumir mikla það fyrir sér að fara í tjaldferðalag en með réttum búnaði og gott tjald er þetta ekki flókið. Við í Fjallakofanum erum með mikið úrval af góðum tjöldum frá Vaude og Hersport. Ég er viss um að við eigum eftir að sjá mikla fjölgun á tjaldsvæðum og margir ætla að ferðast innanlands í sumar."



Virkur í náttfötunum

Ezekiel Carl gleður landann með laginu Mér líður svo vel.

Hver er maðurinn?
Ég er Ezekiel Carl og á ættir að rekja til Nígeríu og Ísafjarðar. Nafnið kemur frá föðurafa mínum, en hefð er fyrir því í ættinni hans pabba að fyrsta barn sem fæðist eftir að afinn deyr beri nafnið hans. Þannig fékk ég nafnið mitt.

Hvernig barn varstu?
Ég var mikið í kringum tónlist sem krakki og byrjaði ungur að spila á gítar.

Hvernig er dæmigerð helgi hjá þér?
Helgarnar fara oftast í það að hanga uppi í stúdíói og vinna að nýrri tónlist.

Hvernig væri draumahelgin?
Að fara með vinum upp í bústað og vera þar í góðum fíling, grilla og kíkja í pottinn.

Hvað færðu þér á kósíkvöldi?
Piparsúkkulaðipopp, Bugles og Nocco.

Eftirlætis helgarmaturinn?
Ég er mjög mikið í því að panta mér pitsu eða fá mér börger um helgar.

Bestu helgargestirnir?
Bara strákarnir.

Hvert ferðu að djamma?
Á Prikið.

Hvaða bíómynd gætirðu horft á aftur og aftur?
Friday með Ice Cube og Chris Tucker, frá árinu 1995.

Hvernig hleðurðu batteríin um helgar?
Ég kíki í sund eða spa og fæ mér síðan eitthvað gott að borða.

Ertu morgunhani?
Nei, ég myndi nú segja að ég væri meiri næturhrafn.

Hvað gerirðu alltaf um helgar?
Ég fer oftast í mat til pabba.

Hvor er betri, laugardagur eða sunnudagur?
Laugardagur, allan daginn.

Hver er þín helsta fyrirmynd?
Mamma og pabbi.

Hvert stefnirðu í lífinu?
Ég stefni að því að ná langt í tónlistarbransanum.

Er nýja lagið ort til ákveðinnar „tíu"?
Lagið er ekki endilega um ákveðna manneskju. Það er meira um góða tilfinningu og að vilja að hún fari ekki.

Hvað liggur þér á hjarta sem tónlistarmanni?
Ég lít á tónlist sem vettvang til að segja sögur; sögur um mína reynslu og það sem ég hef gengið í gegnum í lífinu, bæði gott og slæmt.

Hvort finnst þér mikilvægara að nota helgarnar til útstáelsis eða hvíldar og fara þá helst ekki úr náttfötunum?
Bara bæði, en ég er oftast hvað virkastur í náttfötunum þar sem ég vinn svo mikið í stúdíóinu heima.

Hvað er næst á dagskrá?
Ég ætla að gefa út plötu í sumar, hún heitir Tímalínan, og stefni á að gefa út einn „single" áður en þar að kemur.

En hvernig líður þér?
Mér líður mjög vel.



Ezekiel Carl lítur á tónlist sem vettvang fyrir lífsins sögur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Ferðumst innanlands

Kynningar:
Dalabyggð
Reykjavík
Hafnarfjörður
Icelandair hótel
Reykjanes
Nordic bílaleiga
Fjallabyggð
Hrísey
Langanesbyggð
Bílaleiga Akureyrar

LAUGARDAGUR 23. MAÍ 2020



Dýrðleg náttúrufegurð í Dalabyggð

Dalirnir eru fjölbreytt ferðasvæði fyrir ólíka ferðamenn, hvort sem er fyrir fjölskylduna, vinahópinn, einstaklinga eða pör sem vilja njóta náttúrunnar og kynnast söguslóðum.

Það er tilvalið að skella sér í ferðalag um Dalina í sumar. „Sjálf er ég nýlega flutt í Dalabyggð og get staðfest að fólkið hér er bæði yndislegt og gestrisið og reiðubúið að hjálpa áhugasömum að finna skemmtilega áfangastaði og afþreyingu," segir Jóhanna María Sigmundsdóttir, verkefnastjóri atvinnu-, markaðs- og ferðamála hjá Dalabyggð.

Dalirnir er svæðið frá Dalasýslu að Skógarstrandarhrepp í Snæfellsnessýslu. Um er að ræða svæðið í kringum stígvélið, fjörðinn sem skilur að Vestfirði og Snæfellsnes. Dalabyggð er landbúnaðarsvæði sem byggir á sauðfjárrækt og hrossarækt, sem gefur tækifæri til skemmtilegra hestaferða. Jóhanna mælir með því að fara um Klofningsveg. „Vegurinn er ómalbikaður en kemur vel undan vetri. Þar má finna náttúrufegurð, kyrrð og fjölbreytt fuglalíf. Einnig er þar fjöldi gististaða og söguslóðir í hverjum vegarkanti."

Fyrir unglingana

Heimagerði ísinn á Rjómabúinu á Erpsstöðum vekur kæti ungra sem aldinna. Í leiðinni má heilsa upp á kýrnar í fjósinu. „Leikvöllurinn þar gefur yngri kynslóðinni tækifæri til að sletta úr klaufunum. Þá er tilvalið að baða sig í sundlauginni að Laugum í Sælingsdal.



Dalabyggð er mikið landbúnaðarsvæði. MYND/BJÖRN A. EINARSSON

Á Eiríksstöðum má sjá hvernig víkingarnir bjuggu og máta vopnin sem þeir notuðu. Húsdýragarðurinn að Hólum hittir líka ávallt í mark."

Söguslóðir

Dalirnir eru frægar söguslóðir. „Hér gerðist Laxdæla. Litlu síðar bjó hér Eiríkur rauði. Sonur hans, Leifur heppni, fæddist í Haukadal og í tilgátuhúsinu að Eiríksstöðum má sjá aðstæður feðganna. Snorri Sturluson, einn frægasti rithöfundur Íslendinga, fæddist að Hvammi, þeim sama og Auður djúpúðga nam land á, en á Krosshólaborginni er eftirmynd tilbeiðslukrossins sem hún reisti sér. Einnig má halda á slóðir einhvers frægasta ástarþríhyrnings Íslandssagnanna og baða sig í



Jóhanna María Sigmundsdóttir, verkefnastjóri atvinnu-, markaðs- og ferðamála hjá Dalabyggð.

Guðrúnarlaug líkt og Guðrún Ósvífursdóttir. Slóðir Geirmundar heljarskinns eru á Skarðsströndinni. Þá átti hann kvennabúr á Kvenhóli (nú Kvennahóli) hinum megin Klofnings og Sturla Þórðarson sagnaritari og skáld bjó að Staðarhóli í Saurbæ.

Saga Dalabyggðar er ekki öll svo forn. Hér fæddist Árni Magnússon handritasafnari að Kvennabrekku í Miðdölum þar sem Theódóra Thoroddsen skáld fæddist. Stefán frá Hvítadal er kenndur við Hvítadal í Dalasýslu og Jóhannes úr Kötlum fæddist að Goddastöðum í Laxárdal og ólst upp í Ljárskógaseli. Minnisvarði um hann stendur í Búðardal. Jón Jónsson, skáld og söngvari, fæddist að Ljárskógum og þar stendur minnisvarði um hann. Þá ólst atómskáldið Steinn Steinarr upp í Saurbæ."

Gisting

Búðardalur er eini þéttbýliskjarni Dalabyggðar. „Dalirnir bjóða upp á fjölda gististaða við allra hæfi svo sem hótel, gistihús, sumarhús, uppgerða, gamla sveitabæi og heimagistingu, í þéttbýli og utan þess. Tjaldsvæðið í Búðardal er opið allt árið og tjaldsvæðið á Laugum í Sælingsdal er opið yfir sumartímann."

Fyrir matargatið

Matgæðingar geta leyft bragðlaukunum að njóta sín í Dölunum. „Hérna má gæða sér á ís og ostum á Erpsstöðum, borða á Dalahyttum eða hjá ferðaþjónustunni að Seljalandi í Hörðudal. Þá má bragða á lystisemdum á gistiheimilinu að Vogum á Fellsströnd eða í Dalakoti í Búðardal. Að lokum má njóta sín með góðan kaffibolla í Blómalindinni í Búðardal."

Útgefandi: Torg ehf. | Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5654, | Veffang: frettabladid.is





Eitthvað verður í boði fyrir unga sem aldna í miðborginni í sumar.

Miðborgin mun iða af lífi í sumar

Verkefnið Sumarborgin 2020 fer af stað hjá Reykjavíkurborg á næstunni. Markmiðið er að vekja athygli á margbreytileika miðborgarinnar og þeirri fjölbreyttu verslun, þjónustu og afþreyingu sem þar er í boði.

Þær Björg Jónsdóttir og Sæunn Ósk Unnsteinsdóttir, verkefnastjórar hjá Reykjavíkurborg, munu leiða verkefnið í sumar. Þær segja að miðborgin verði sett í sérstakan sumarbúning og margt skemmtilegt verði um að vera í tengslum við verkefnið. Hreinsunarátak er nú þegar farið af stað og garðyrkjan er í óðaönn að undirbúa að planta út sumarblómunum.

„Borgin býður líka rekstraraðilum að láta fjarlægja veggjakrot, óski þeir þess. Við leggjum mikinn metnað í að gera miðborgina fallega og aðlaðandi dvalarstað fyrir fólk til að koma og njóta," segir Björg.

Þessa dagana vinna verkefnastjórar Sumarborgarinnar að dagskrá í samvinnu við listafólk og rekstraraðila í miðborginni. Þar verður eitthvað í boði fyrir alla, fjölskyldufólk, ungt fólk og eldra fólk.

„Hryggjarstykkið í þessari vinnu er samvinna borgarinnar og rekstraraðila í miðborginni. Við höfum ákveðið að taka höndum saman til að vekja athygli á þeirri fjölbreytni sem er í miðborginni. Hvergi er eins mikið af veitingastöðum, verslunum, menningu og annarri þjónustu á einum og sama staðnum og í miðborg Reykjavíkur. Einnig verðum við með stútfullt og ítarlegt viðburðadagatal svo allir ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi í miðborginni," Segir Sæunn.

Hvetjum alla í borgarferð í miðborgina

„Borgin fer að breyta um ásýnd í rólegheitum. Fólk ætti að fara að upplifa breytingarnar strax upp úr mánaðamótum. Við ætlum að koma fyrir stólum og borðum hér og þar, svo fólk geti setið og slakað á. Við ætlum að taka fyrir svæði sem fólk veitir almennt ekki mikla athygli, eins og ýmis torg og opin svæði til dæmis, og lyfta þeim upp og gera þau meira aðlaðandi. Markmiðið er að miðborgin verði að skemmtilegum stað þar sem allir geta notið sín," útskýrir Björg.



Reykjavíkurborg hefur tekið höndum saman við rekstraraðila í miðborginni til að glæða hana lífi í sumar.



Björg Jónsdóttir og Sæunn Ósk Unnsteinsdóttir, verkefnastjórar Sumarborgarinnar 2020. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Markmiðið er að miðborgin verði staður þar sem allir geta notið sín.

„Við viljum að fólk geti farið í borgarferð til miðborgar Reykjavíkur, hvort sem það býr í Reykjavík eða úti á landi. Hér eru frábærir veitingastaðir og fullt af flottum verslunum, eins og hönnunar- og fatabúðum. Svo eru margar menningarstofnanir hér í miðbænum, sumar næstum á sama punktinum. Hér er Sjóminjasafnið og Landnámssýningin, Ljósmyndasafnið og Listasafn Reykjavíkur, Þjóðminjasafnið, Safnahúsið og Listasafn Íslands, svo eitthvað sé nefnt. Það er hægt að fylla marga daga af alls konar afþreyingu í miðborginni."

Auglýsa eftir verkefnum

Borgin er nú þegar í samstarfi við ákveðna listamenn sem verða með einhvers konar uppákomur í sumar en einnig verður auglýst eftir skemmtilegum verkefnum til að glæða borgina lífi.

„Það geta verið sjálfstætt starfandi listamenn eða einhverjir sem vilja vinna saman. Til dæmis gætu rekstraraðilar viljað gera eitthvað skemmtilegt í samstarfi við borgina og aðra rekstraraðila. Við viljum ýta undir að allir leggist á eitt við að gera borgina lifandi og skemmtilega. Það er hægt að bjóða upp á alls kyns viðburði, það geta verið listsýningar, markaðir, tónleikar eða kannski vill einhver vekja athygli á einhverri sérstakri þjónustu," segir Björg.

„Við viljum fylla allt af lífi og litlum uppákomum. Fólk á að geta farið niður í bæ, notið mannlífsins og látið koma sér á óvart."

Á amerískum húsbíl um landið

Hjónin Hlíðar Sæmundsson og Nanna Bára Maríasdóttir fjárfestu í öflugum húsbíl árið 2005. Þau pöntuðu bílinn, sem er Ford 350, frá Ameríku og hafa ferðast á hverju sumri um landið.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Hlíðar segir að þau hjónin fari oft í styttri helgarferðir á bílnum en á sumrin fara þau gjarnan í nokkrar vikur, en það ætla þau einmitt að gera í sumar. „Við ætlum að fara hringinn í kringum landið og taka Vestfirðina með," segir hann. „Við fórum í fyrstu ferðina okkar um landið sumarið 2006 en ég hef alltaf haft áhuga fyrir svona ferðamáta. Amma mín og afi áttu húsbíl og sömuleiðis móðir mín. Ég ólst því upp við að ferðast mikið innanlands í húsbíl," segir Hlíðar.

„Bíllinn sem ég keypti frá Ameríku er eiginlega orðinn fornbíll, árgerð 1994, en í mjög góðu standi með öllum þægindum. Hann er mjög rúmgóður og við sváfum einu sinni ellefu í honum þótt það hafi nú kannski verið þröngt. Ég þurfti ekkert að gera fyrir bílinn þegar hann kom til landsins. Hann var í toppstandi. Maður dyttar að honum milli ferða en annars er hann frábær. Í bílnum er eldunar- og svefnaðstaða, sjónvarp og netið. Það er eins og að vera heima hjá sér að dvelja í honum," útskýrir Hlíðar sem segir að þau fari oft styttri ferðir á bílnum um helgar. „Förum austur fyrir fjall eða í Borgarnes eða slóðir þar í kring. Við búum í Garðinum og keyrum í um það bil tvo tíma í styttri ferðum.

Á sumrin leggjumst við í lengri ferðir. Í júní ætlum við að vera í fimm til sex vikur. Ég held að ég hafi komið á flesta staði á landinu nema Flatey, en þangað kemst ég ekki með bílinn. Við höfum þó farið í Hrísey og Grímsey. Ferðalög um Ísland er áhugamál okkar beggja og við njótum þess bæði að skoða landið. Þar sem við erum með fjórhjól með okkur förum við oft upp í fjöll eða inn í dali þar sem er ekki bílfært frá tjaldsvæðum. Yfirleitt stoppum við í tvo daga á hverjum stað. Það er orðið svolítið langt síðan við fórum á Norðausturlandið en þangað langar mig að fara í sumar auk Vestfjarðanna. Oftast förum við austur á Norðfjörð, en þar liggja rætur mínar eða norður á Akureyri."

Hlíðar segir að þau ferðist líka til útlanda en aldrei á sumrin. „Við viljum ferðast um eigið land á sumrin en förum í haust- eða vetrarferðir til útlanda," segir hann. Hlíðar og Nanna eiga níu börn frá fyrri hjónaböndum svo fjölskyldan er stór. Hlíðar segir að barnabörnin hafi mjög gaman af að koma með þeim í ferðalögin innanlands.

Hlíðar og Nanna taka með sér allar nauðsynjar að heiman en kaupa það sem vantar á leiðinni. „Við höfum líka gaman af því að fara út að borða á þeim stöðum sem við heimsækjum og gerum það reglulega. Síðan eldum við sjálf þess á milli. Það eru mörg góð veitingahús á landsbyggðinni," segir hann. Þegar Hlíðar er spurður um uppáhaldsstað á landinu, svarar hann glettinn: „Það er auðvitað Garðurinn þar sem við búum. Mér finnst samt alltaf mjög gaman að koma á Austfirði," segir Hlíðar sem með sanni má segja að sé einn af áhugasömustu ferðalöngum Íslands.



Hlíðar og Nanna elska að ferðast um Ísland á húsbíl og fara oft í nokkurra vikna ferðalag.



Húsbíllinn þeirra Nönnu og Hlíðars er engin smásmíði enda rúmar hann marga og býður upp á öll þægindi. Bíllinn er af gerðinni Ford 350 og er árgerð 1994.

> **Bíllinn er eiginlega orðinn fornbíll, árgerð 1994, en í mjög góðu standi með öllum þægindum.**

Þar sem gleðin ræður för í sumar

Á Víðistaðatúni í Hafnarfirði er gott tjaldsvæði með helstu þægindum fyrir ferðamenn. Þaðan er stutt að rölta í Hellisgerði eða á milli frábærra verslana, veitingahúsa, safna og sundlauga.

Heilsubærinn Hafnarfjörður tekur vel á móti ferðamönnum í sumar. Helsta sérkenni bæjarins er lifandi og fallegur miðbær. Þar er fjölbreytt verslun og þjónusta sem teygir sig um allan bæ. Veitingastaðir í Hafnarfirði eru afar vinsælir hjá heimamönnum og gestum bæjarins enda rómaðir fyrir góðan mat. Flóran er fjölbreytt og eitthvað við allra hæfi, hvort sem fólk vill víkingaveislu, taílenskan, íslenskan eða bara eðalgott kaffi og súkkulaðiköku.

Það eru þrjár sundlaugar í Hafnarfirði og frítt fyrir börn yngri en 18 ára. Þá er ókeypis aðgangur að Byggðasafninu auk menningar- og listamiðstöðvarinnar Hafnarborgar. „Í byrjun júní verður opnuð ný sýning í Pakkhúsi Byggðasafnsins um grásleppukarla og smábátaútgerð í Hafnarfirði, en þar eru alla jafna þrjár sýningar í gangi í einu, fastasýning um sögu bæjarins, leikfangasýning og þemasýning," segir Andri Ómarsson, verkefnastjóri menningar- og markaðsmála hjá Hafnarfjarðarbæ, og bendir á að á heimasíðunni hafnarfjordur.is sé hægt að finna heilt stafróf af hugmyndum um það sem bærinn hefur upp á að bjóða í sumar.

„Allt frá hreyfingu í upplandinu, dorgveiði við höfnina eða álfaleit í Hellisgerði. Í sumar verður boðið upp á menningar- og heilsugöngur alla fimmtudaga klukkan 20. Göngurnar veita frábært tækifæri til þess að kynnast bænum nánar. Göngurnar taka flestar um klukkstund og þátttaka er ókeypis og allir velkomnir. Þá verður boðið upp á fjallgöngu fyrir byrjendur á Helgafell, göngur í miðbænum og fræðslugöngu umhverfis náttúruperluna Ástjörn. Þess má geta að Helgafellið er svo vinsælt hjá göngufólki að nú er verið að undirbúa fjölgun bílastæða á svæðinu."

Andri segir að Víkingahátíðinni hafi verið frestað vegna COVID-19 og enn sé óljóst með ýmsar aðrar uppákomur í sumar. Upplýsingamiðstöð ferðamanna í Hafnarfirði er staðsett í þjónustuverinu í ráðhúsi Hafnarfjarðar og þar er tekið vel á móti öllum þeim sem vilja nálgast upplýsingar um þá þjónustu sem í boði er í Hafnarfirði. Flestir hafa mikinn áhuga á Reykjanesinu og gera sér ferð á háhitasvæðið Seltún í Krýsuvík. „Það er alltaf gaman að koma við í Seltúni og skoða hveravirknina í síbreytilegum leirhverunum. Einnig höfum við fundið aukinn áhuga á alls kyns hreyfingu, margir fara út að hjóla eða ganga. Stígurinn sem liggur hér eftir Fjarðargötunni er til dæmis alltaf vinsæll hjá útivistarfólki."

Andri segir að það væsi ekki um gesti á tjaldsvæði bæjarins. Þar er afþreying fyrir börnin, svokallaður ærslabelgur, auk frábærrar grillaðstöðu. „Stutt er í alla þjónustu og veitingastaði. Í nálægð Hafnarfjarðar er síðan að finna ósnortna náttúru við Hvaleyrarvatn. Við höfum verið að auglýsa skapandi sumarstörf fyrir hópa sem eiga eftir að glæða bæinn lífi í sumar. Ég efast ekki um að bærinn eigi eftir að iða af skemmtilegum uppákomum þótt hátíðir verði að bíða betri tíma. Hafnarfjörður er bær sem hvetur til heilsueflingar og það er ótrúlega jákvætt að sjá hvað fólk er duglegt að hreyfa sig og njóta umhverfisins. Þá má ekki gleyma ratleik Hafnarfjarðar sem er alltaf á sumrin. Gefið er út ókeypis ratleikskort þar sem 20 staðir eru merktir til að heimsækja. Það hefur verið gríðarleg þátttaka í leiknum á undanförnum árum og við eigum von á að svo verði einnig í sumar," segir Andri og hvetur fólk til að heimsækja heilsubæinn Hafnarfjörð.



Andri Ómarsson, verkefnastjóri menningar- og markaðsmála hjá Hafnarfjarðarbæ, segir bæinn laða að marga ferðamenn enda er margt hægt að gera í bænum og næsta nágrenni, til dæmis eru gönguleiðir margar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> **Allt frá hreyfingu í upplandinu, dorgveiði við höfnina eða álfaleit í Hellisgerði. Í sumar verður boðið upp á menningar- og heilsugöngur alla fimmtudaga klukkan 20.**

Velkomin í Eyjafjarðarsveit

kyrrð við bæjardyrnar





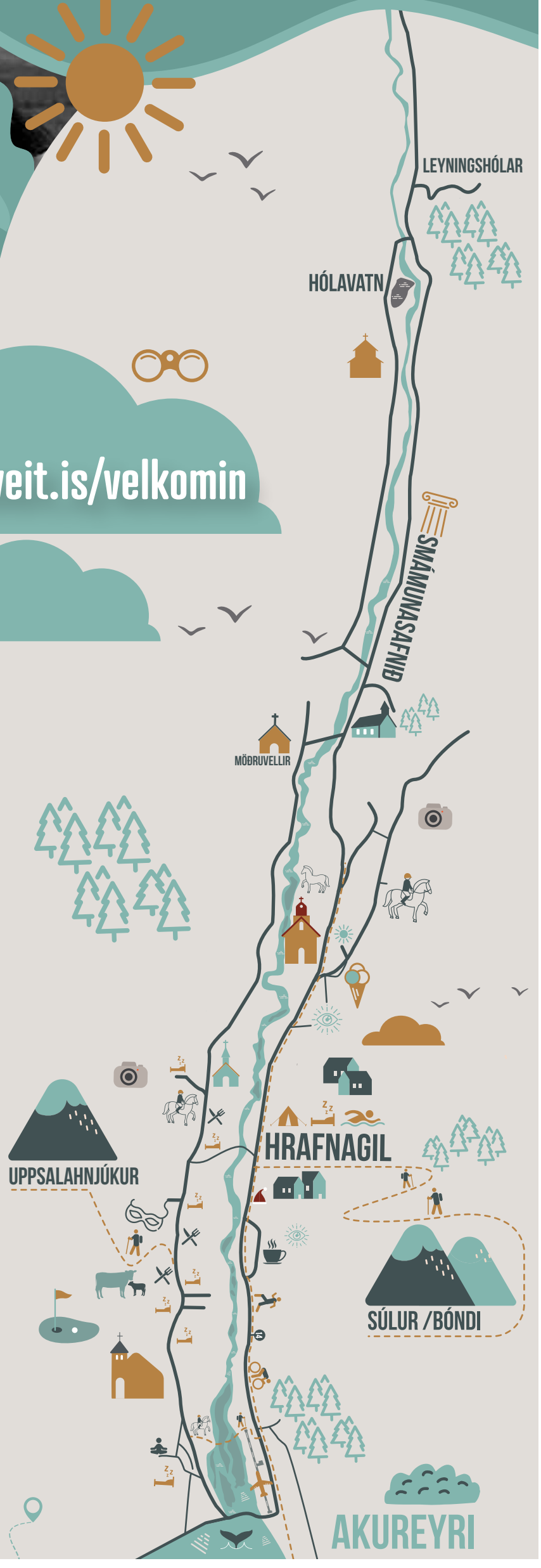
www.esveit.is/velkomin











Sumarið er okkar – tilboð allan hringinn

Icelandair hótel leggja sitt af mörkum við að hvetja landsmenn til að uppgötva landið sitt sem ferðamenn. Endalausir möguleikar eru á upplifun í gistingu, veitingum og afþreyingu.



Icelandair hótel Mývatn er litríkt og skemmtilegt hótel sem var opnað í júlí 2018.

Stefna Icelandair hótela er að veita gestum sanna, íslenska upplifun gegnum samheldna fjölskyldu innlendra og erlendra vörumerkja félagsins. „Við þjónum breiðum hópi viðskiptavina með fjölbreytt úrval vörumerkja, þar sem við höfum undir hatti okkar sjö hótelvörumerki, sex veitingastaði og þrjár heilsulindir," segir Kristín Katrín Guðmundsdóttir, sem hefur starfað hjá hótelunum í átta ár og er forstöðumaður sölu- og bókunardeildar.

Aðspurð hvernig sumarið leggist í hana segir hún vissulega minni starfsemi þetta sumarið, en að hótelstjórar hlakki mikið til að taka vel á móti fleiri Íslendingum í sumar og eiga stærri þátt en oft áður í sumarfríi þeirra. Í sumar verður opið á Icelandair hótel Akureyri, Mývatni, Héraði, Flúðum og Hamri, sem og á Hótel Eddu Akureyri, Egilsstöðum og Höfn ásamt Hilton Reykjavík Nordica.

Kristín Katrín segir ný sumartilboð hótelanna fara vel af stað og svo virðist sem fagleg þjónusta og gæðahótel á sanngjörnu verði eigi upp á pallborðið hjá Íslendingum og að ferðahugur sé kominn í fólk.

Fjölbreytnin í fyrirrúmi

Margs konar tilboð eru í boði, hvort sem um er að ræða dekurpakka fyrir tvo, sem hafa notið mikilla vinsælda, eða tilboð sem henta allri fjölskyldunni. Kristín Katrín bendir á að best séu tilboðin þegar fólk kaupir 5 eða 10 nátta pakka þar sem lægsta verðið er frá 13.900 með morgunverði fyrir tvo. Einn helsti kostur slíkra pakka, fyrir utan verðið, er að þurfa ekki að bóka allar næturnar í einu.

„Við leggjum áherslu á að sem flestir geti fundið tilboð við hæfi, hvort sem um ræðir einstaklinga eða fjölskyldur og hvort sem hugur þeirra stendur til að uppgötva höfuðborgina eða sitt eigið Ísland.

Við viljum einnig vera viss um að gestir okkar, stórir sem smáir, fari saddir út í daginn á vit ævintýranna og því er staðgóður morgunverður innifalinn í sumartilboðum okkar."



Kristín Katrín Guðmundsdóttir, forstöðumaður sölu- og bókunardeildar hjá Icelandair hótelum, bíður eftir sumrinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Væn og græn hótel

Icelandair hótel hafa um árabil verið leiðandi í vistvænum hótelrekstri og voru til að mynda fyrst á Íslandi til að fá alþjóðlega umhverfisvottun á öllum hótelum í rekstri félagsins. Fyrsta hótelið til að fá slíka vottun var Icelandair hótel Reykjavík Natura í júní árið 2012.

„Við höfum ávallt sett markið hátt þegar kemur að hreinlæti og gæðamálum hjá okkur og auðvitað þössum við að tilmælum yfirvalda sé fylgt," segir Kristín Katrín og segist mjög stolt af því vera hjá félagi sem tekur samfélagslega ábyrgð alvarlega og á sem dæmi gott samstarf bæði við Landsbjörgu, Krabbameinsfélag Íslands og fjöldann allan af íslenskum samtímalistamönnum, hönnuðum, rithöfundum, ljósmyndurum og fleirum, sem eiga stóran þátt í að gleðja augu ferðamanna.

„Við leggjum mikið upp úr að dvöl hjá okkur sé ekki bara rúm og sturta heldur heildræn upplifun frá því að þú labbar inn og þar til þú skráir þig út af hótelinu. Ég mæli alltaf með því við gesti að muna að skoða sig vel um þegar þeir dvelja hjá okkur."

Aðspurð hvort að það eigi eftir að koma fleiri tilboð, svarar Kristín að hún vilji endilega benda fólki á að skrá sig á Gestalistann, póstlista hótelanna, á heimasíðu Icelandair hótela til að fá nýjustu tilboðin, „því sumarið er okkar."

App fyrir síðasta séns

Alexander Aron Valtýsson breytti öllum plönum fyrir sumarið vegna kórónuveirufaraldursins. Vinnan tók nýja stefnu með nýju ferða-appi og hann ætlar að fara tvo hringi í kringum landið.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is



Alexander Aron er einn þeirra sem ætla að nota tækifærið og ferðast um Ísland í sumar. Það var ekki að vísu ekki á dagskrá í upphafi árs, þegar hann var á kafi í vinnu við að búa til app fyrir snjallsíma og vefsíðu sem var hugsuð fyrir erlenda ferðamenn. Þegar kórónuveirufaraldurinn skall á var ekki um annað að ræða en að breyta öllum plönum og appið sem var í smíðum tók nýja stefnu.

„Hugmyndin á bak við þetta app á sér nokkra sögu. Við erum fjögur saman sem ætluðum að búa til app þar sem fólk gæti keypt sér miða í leikhús, tónleika eða alls konar sýningar á síðasta séns. Við sáum fyrir okkur að ef það væru kannski hundrað sæti laus, gæti sýnandi gefið fólki tækifæri til að fá miða á veglegum afslætti til að fylla salinn og allir væru sáttir. Ætlunin var líka að bjóða ferðamönnum að kaupa ferðir og fleira á tilboðsverði en þá skall COVID-19 á og landið lokaðist," segir Alexander Aron, en samstarfsfólk hans eru þau Eygló Rosento, Sverrir Birgir Sverrisson og Valþór Örn Sverrisson.

Sneru vörn í sókn

„Við vildum ekki láta alla þessa vinnu fara í súginn, heldur ákváðum að snúa vörn í sókn og finna út hvað við gætum gert. Okkur datt þá í hug að breyta appinu í ferðaapp og búa til vefsíðu fyrir Íslendinga sem hyggja á ferðalög í sumar, undir heitinu sidastisens.is. Við höfum þegar stofnað Facebook-hóp undir þessu heiti sem allir geta komið í. Þar eru mörg tilboð í gangi og þau snúast ekki bara um síðasta séns heldur ýmislegt annað. Fyrirtæki geta sett inn tilboð á til dæmis gistingu, mat, afþreyingu og fleiru sem allir geta nýtt sér. Þetta er fyrirtækjum og notendum að kostnaðarlausu," segir Alexander Aron, sem undanfarin ár hefur unnið við vefsíðugerð og markaðssetningu fyrir margs konar fyrirtæki.



Alexander Aron segir að nú sé rétti tíminn til að skoða landið. Hann ætlar að fara á buggy-bíl, prófa fjórhjól og sofa í torfhýsi.

Reynisfjara í uppáhaldi

Þegar talið berst að ferðalögum innanlands kemur í ljós að Alexander Aron hefur mest ferðast um Snæfellsnesið, en hann er ættaður úr Stykkishólmi og var mikið á þeim slóðum sem barn.

„Ég hef varla farið austar en að Selfossi," segir hann hlæjandi og bætir við að reynd hafi hann komið í Reynisfjöru sem sé í miklu uppáhaldi, enda ein fegursta fjara landsins. „Snæfellsnesið er líka spennandi svæði, þar er allt sem Ísland hefur upp á að bjóða á einum stað; jökull, hraun, eldstöðvar, flottir veitingastaðir, siglingar um Breiðafjörð og fjölbreytt afþreying. Ef fólk hefur aðeins einn dag til að ferðast myndi ég mæla með að það færi á Snæfellsnesið," segir Alexander Aron, sem telur að núna sé frábær tími til að ferðast innanlands.

> **Við vildum ekki láta alla þessa vinnu fara í súginn, heldur ákváðum að snúa vörn í sókn og finna út hvað við gætum gert.**

„Það verða ekki tíu rútur alla daga við Gullfoss og Geysi í sumar, svo þetta er einstakt tækifæri sem kemur sennilega ekki aftur, því næsta sumar má reikna með miklum fjölda erlendra ferðamanna. Ég ætla að fara hringinn í kringum landið, helst tvisvar, en það hef ég ekki áður gert. Mig langar líka að prófa að fara í ferð með buggy-bíl og fara á fjórhjól. Svo ætla ég að gista í torfhýsi á Möðrudalnum. Það er allavega nóg af spennandi möguleikum í boði," segir Alexander Aron.

LAUGARVATN
fontana
Geothermal Baths

Við opnum 28. maí

Njótum sumarsins í hlýjunni

Opið alla daga í sumar frá kl. 12 - 19

Sumartilboð

Fullorðnir (17+) 2.000 kr.
Unglingar (13-16) 1.500 kr.
Börn (0-12) frítt í fylgd með fullorðnum
Eldri borgarar (67+) og öryrkjar: 1.500 kr.

10 skipta klippikort: 15.800 kr.



Laugarvatn Fontana | Hverabraut 1 | 840 Laugarvatn | S: 486 1400 | fontana.is

Rúntað og ræktað upp land

Á milli Sultartangalóns og Hrauneyjavegar vinna nokkur mótorhjólafélög að því að græða upp örfoka land og endurheimta forna birkiskóga. Í dag verður farið í hina árlega landgræðsluferð.

Hjördís Erna Þorgeirsdóttir
hjordiserna@frettabladid.is



Vorið 2009 hóf Ferða- og útivistarfélagið Slóðavinir landgræðsluverkefni undir heitinu Hekluskógar. Tveimur árum síðar gengu fjögur mótorhjólafélög til viðbótar til liðs við verkefnið og hafa þau nú farið á hverju ári í landgræðsluferð þar sem sexhjól í eigu Gísla Einarssonar hefur reynst afar vel.

Árlegur viðburður

Gísli, sem er meðlimur Slóðavina, er einn þeirra sem tekið hafa þátt í verkefninu frá upphafi. „Ég er búinn að vera með nánast frá upphafi," segir hann. „Þetta er árlegur viðburður og er samvinnuverkefni nokkurra mótorhjólaklúbba, þar á meðal Slóðavina sem er ekki bara mótorhjólahópur, heldur ferðaklúbbur á mótorhjólum, fjórhjólum og beltahjólum og fleira. Hinir klúbbarnir sem eru með okkur eru allt mótorhjólaklúbbar."

Hin félögin sem koma að verkefninu eru BMW klúbburinn á Íslandi, Skutlur, Harley Owners Group Iceland og Gaflarar í Hafnarfirði. Hvert félag fyrir sig vinnur á 25 hektara svæði (500x500) og ber þar á áburð og gróðursetur trjáplöntur ár hvert. Að auki vinna Slóðavinir á 80 hektara svæði á Vaðöldu og Endurvinnslan hf.



Gísli á sexhjólinu goðsagnakennda ásamt mótorhjólakonum úr kvenhjólaklúbbnum Skutlum.

vinnur á 40 hektara svæði, samhliða mótorhjólafélögunum.

„Við fengum úthlutað og byrjuðum á svæði sem heitir Vaðalda, sem er upphækkað svæði út frá lóninu hjá virkjuninni á Sultartanga. Svo breyttist það þegar við ákváðum að fá sérstakt svæði við þjóðveginn, sem er svona ca 5 kílómetrar að lengd og 500 metrar á breidd," skýrir Gísli frá.

„Þar erum við að vinna að því að búa til skóg sem við ræktum með höndunum, með það fyrir augum að þetta gæti hugsanlega orðið einhvers konar mótorhjólakeyrslusvæði í framtíðinni, ef það er hægt að gera einhverjar skemmtilegar brautir þarna." Skógurinn sem félögin vinna að því að græða er í daglegu tali nefndur Mótorhjólaskógurinn.

Alls er uppgræðslusvæðið tæplega 300 hektarar. Ýmsir aðilar hafa styrkt verkefnið, en stærsta styrkinn veitir N1 árlega, þar sem fyrirtækið lánar Slóðavinum vörubíl með krana til að flytja áburðinn og hífa sekkina í vegkantinn við reiti hvers félags.

Kærkomin hjálparhella

„Ég kem alltaf með sexhjól á svæðið, sem er fjórhjól með palli, og það hjálpar okkur að dreifa áburði, það munar miklu að geta dreift áburði til að örva vöxtinn. Það er orðið fastur punktur í þessu og auðveldar alla vinnu."

Ábyrgðin er mikil. „Ég þarf alltaf að halda því gangandi til að vera öruggur að geta mætt með það, það er orðið fimmtán ára gamalt. Það virkar mjög vel í áburðardreifingu því það getur einn verið að keyra og einn setið aftan á pallinum og kastað áburðinum, svo getur maður líka borið í þau sem eru að kasta úr fötum eða skjólum og eru kannski búin að labba langt frá sekknum, þá getur maður skotist til þeirra með áburð."



Gísli Einarsson, Slóðavinur og eigandi Nexus, segir sexhjólið hafa komið sér afar vel við áburðardreifingu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þá þarf líka að fara gætilega. „Það er alltaf að verða vandasamara að keyra á svæðinu, því það eru alltaf að koma fleiri plöntur, maður verður að passa sig á að keyra ekki á litlu trén."

Blaðamaður spyr Gísla hvort sexhjólið sé hálfgerð þungamiðja verkefnisins. „Það mætti kannski segja að það sé lykilþátttakandi í þessu verkefni."

Í dag verður farið af stað í landgræðsluferðina og lagt verður af stað frá Olís Norðlingaholti klukkan 8.45 og 9.00.

Hægt er að fylgjast með verkefninu á Facebook undir „Mótorhjólaskógurinn".

Fjölskylduparadísin Reykjanes

Á Reykjanesi getur fjölskyldan notið útivistar og afþreyingar í bakgarði höfuðborgarinnar. Fjölmargt er í boði og inni á milli leynast faldar perlur, sem alltof margir hafa enn ekki uppgötvað.

Þessi magnaði leikvöllur fyrir börn jafnt sem fullorðna er staðsettur í bakgarði höfuðborgarsvæðisins og því tilvalinn áfangastaður til skemmri eða lengri dvalar," segir Eyþór Sæmundsson hjá Markaðsstofu Reykjaness.

„Reykjanesið er afar hentugt fyrir barnafjölskyldur sem vilja njóta útivistar, náttúru, menningar og afþreyingar, án þess að leita langt yfir skammt. Það vita ekki allir að á Reykjanesi má meðal annars finna skógi vaxin svæði, þar sem má finna leiktæki og eldunaraðstöðu, líkt og við Sólbrekkur og Háabjalla."

Á Reykjanesi eru fjölmargir tindar sem hæfa reynslulitlu fjallgöngufólki.

„Þorbjörn við Grindavík er afar hentugt fjall fyrir alla fjölskylduna. Þar er meðal annars hin stórbrotna Þjófagjá, sem allir ættu að skoða. Auk þess er útsýnið magnað og stutt í Selskóg og Bláa lónið," upplýsir Eyþór.

Hann segir öll góð ferðalög enda á sundferð og góðum bita.

„Á Reykjanesi má finna sundlaug í hæsta gæðaflokki í hverju einasta sveitarfélagi. Innilaugin í Reykjanesbæ er einstaklega hentug fyrir yngstu börnin, en allar hafa laugarnar sín sérkenni og sjarma," segir Eyþór.

„Á svæðinu má svo finna á fimmta tug veitingastaða af öllum gerðum og ef þú átt til dæmis eftir að heimsækja Hjá Höllu eða bragða hinn heimsfræga Villaborgara, þá áttu margt eftir ólifað."



Það er auðvelt að koma til móts við ferðagleði barna á Reykjanesi þar sem ævintýrin bíða þeirra við hvert fótmál.



Fjöruferð að Kleifarvatni er einstök upplifun.

> Margt er hægt að bralla með ungviðinu á Reykjanesi, svo sem að veiða eða dorga, kíkja á róló, í hvalaskoðun, ganga um hellinn Leiðarenda og bregða sér yfir Brú á milli heimsálfa, sem er einstök á heimsvísu.

Reykjanesið á líka augljóslega nóg af fjörum sem auðvelt er að sækja.

„Hvíta sandinn má finna á Garðskaga og svarta sandinn í Sandvík eða við Kleifarvatn. Gönguleiðir eru um gjörvallt Reykjanes og margar þeirra eru einstaklega aðgengilegar og hentugar fyrir börn," segir Eyþór.

Söfn sem henta öllum

Reykjanes hefur að geyma fjölmörg söfn, þar sem allir finna eitthvað við sitt hæfi.

„Má þar nefna Skessuna í hellinum, Rokksafn Íslands, Víkingasafnið, Duus-hús, Byggðasafnið á Garðskaga, Þekkingarsetrið í Sandgerði og Saltfisksetrið í Grindavík. Glæsileg bókasöfn eru einnig á Reykjanesi, þar sem gaman er að grúska í bókum og leika," segir Eyþór.

Fjölmargt annað er hægt að bralla með ungviðinu á Reykjanesi.

„Svo sem að veiða og dorga, kíkja á róló, spila golf, skella sér í hjólaferð, kíkja í hvalaskoðun, ganga um hellinn Leiðarenda, bregða sér yfir Brú á milli heimsálfa, sem er einstök á heimsvísu og staðsett plötuskilum Evrópu og Ameríku. Svo er bara hægt að kíkja í bíltúr Krýsuvíkurleiðina og staldra við á stórbrotnum stöðum eins og Brimkatli og smella af sér mynd, svo fátt eitt sé nefnt."

Nánar á visitreykjanes.is

Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

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

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

job

Starf sérfræðings hjá Samkeppniseftirlitinu

Samkeppniseftirlitið auglýsir eftir öflugum sérfræðingi sem hefur víðtæka þekkingu á fjármálum og rekstri fyrirtækja og hefur brennandi áhuga á samkeppnismálum. Mun viðkomandi bera ábyrgð á úrlausn samkeppnismála á fjölbreyttum sviðum atvinnulífsins auk þess að koma að og greina og fylgjast með fjárhagsstöðu fyrirtækja í teymisvinnu.

Helstu verkefni

- Ábyrgð á úrlausnum samkeppnismála á fjölbreyttum sviðum atvinnulífsins
- Greining á fjárhagsstöðu fyrirtækja
- Eftirlit og greining markaða
- Rannsóknir og gagnavinnsla
- Skýrslu- og álitsgerðir
- Miðlun þekkingar á rekstri og fjárhagsstöðu fyrirtækja
- Samskipti við hagsmunaaðila

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í viðskiptafræði, hagfræði eða öðru námi sem nýtist í viðkomandi starfi
- Sérhæfing á sviði fjármála eða endurskoðunar er kostur
- Gott vald á notkun hugbúnaðar við greiningar og úrvinnslu gagna
- Reynsla af samkeppnismálum er kostur
- Góð greiningarhæfni og skipulögð vinnubrögð
- Frumkvæði við úrlausn viðfangsefna
- Hæfni í samskiptum og geta til að vinna undir álagi
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Framúrskarandi íslensku- og enskukunnátta

Umsóknarfrestur er til og með **2. júní** nk.

Sótt er rafrænt um starfið á **www.starfatorg.is.** Með umsókninni þarf að fylgja kynningarbréf og starfsferilskrá.

Starfshlutfall er 100%. Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðuneytisins og hlutaðeigandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar veita Steingrímur Ægisson, verkefna- og teymisstjóri, (steingrimur@samkeppni.is) og Karítas Jónsdóttir, rekstrarstjóri, (karitas@samkeppni.is) í síma 585-0700.

Samkeppniseftirlitið áskilur sér rétt til þess að ráða á grundvelli auglýsingarinnar næstu sex mánuði eftir birtingu hennar, sbr. reglur um auglýsingar á lausum störfum nr. 1000/2019. Við ráðningar hjá Samkeppniseftirlitinu er tekið mið af jafnréttisstefnu og jafnréttisáætlun stofnunarinnar.

Öllum umsóknum verður svarað að ráðningu lokinni.

SAMKEPPNISEFTIRLITIÐ

VEÐURSTOFA ÍSLANDS 1920-2020

Vísindi á vakt

TVÖ STÖRF Í ÖFLUGU TEYMI SÉRFRÆÐINGA

– sem sinna eftirliti, vöktun, rannsóknum og þjónustu vegna ofanflóða

Veðurstofa Íslands óskar eftir að ráða í tvö spennandi störf:

Snjóflóðasérfræðingur á Eftirlits- og spásviði

Á sviðinu starfa rúmlega 50 starfsmenn við ýmis störf er leika lykilhlutverk í íslensku samfélagi þegar kemur að eftirliti, vöktun og þjónustu vegna náttúruvár og veðurs. Viðkomandi er hluti af samstilltu teymi sérfræðinga ofanflóðavöktunar Veðurstofunnar, sem er í nánu samstarfi meðal annars við snjóathugunarfólk víðsvegar um landið og veðurfræðinga á vakt.

Sérfræðingur á sviði ofanflóðahættumats á Úrvinnslu-og rannsóknasviði

Á sviðinu starfa rúmlega 50 manns við ýmis spennandi þróunar- og rannsóknaverkefni er tengjast veður- og loftslagsrannsóknum, ofanflóðum, jökla-, vatna- og haffræði, jarðskorpuhreyfingum og eldgosum. Viðkomandi yrði hluti af teymi 10 sérfræðinga á fagsviði ofanflóða. Hópurinn vinnur meðal annars að hættumati, vöktun og rannsókna- og þróunarverkefnum tengdum ofanflóðum.

Ef þú hefur áhuga á að vinna í samstilltu teymi sérfræðinga sem sinnir mikilvægum og krefjandi verkefnum þegar kemur að eftirliti, vöktun, rannsóknum og þjónustu vegna náttúruvár og veðurs, **þá skaltu kynna þér störfin á Starfatorginu – starfatorg.is en þar eru að finna nánari upplýsingar og hæfniskröfur sem gerðar eru**.

Umsóknafrestur er til og með 2. júní, 2020.

Gildi Veðurstofunnar eru þekking áreiðanleiki, framsækni og samvinna. Ráðningar hjá stofnuninni taka mið af þessum gildum.

bsi. ISO 9001 Quality Management

bsi. ISO/IEC 27001 Information Security Management

JAFNLAUNAVOTTUN 2020 - 2023

Hjá Veðurstofu Íslands starfar öflugur hópur fólks sem hefur það hlutverk að stuðla að bættu öryggi almennings, eigna og innviða gagnvart öflum náttúrunnar. Því hlutverki sinnir starfsfólk Veðurstofunnar með vöktun lofts, láðs og lagar, byggðri á öflun og greiningu gagna, rannsóknum, þróun og miðlun upplýsinga. Jafnframt er það hlutverk Veðurstofunnar að styðja sjálfbæra nýtingu náttúrunnar og samfélagslega hagkvæmni.

Nánari upplýsingar um Veðurstofu Íslands má finna á vedur.is



MARKAÐSSTJÓRI

Vistor leitar að metnaðarfullum leiðtoga til að sinna starfi markaðsstjóra í lyfjaklasa. Um er að ræða krefjandi starf fyrir metnaðarfullan einstakling. Markaðsstjóri er hluti af stjórnendateymi **Vistor** og heyrir beint undir framkvæmdastjóra.

Helstu verkefni

- Ábyrgð á daglegum rekstri deildarinnar
- Áætlunargerð og eftirfylgni í sölu- og markaðsmálum
- Hvatning, stuðningur og stjórnun starfsmanna
- Stjórnun samskipta við birgja og viðskiptavini
- Greining á markaði og sölutækifærum
- Seta í stjórnendateymi Vistor og þátttaka í stefnumótandi verkefnum

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun af heilbrigðissviði
- Framhaldsmenntun á sviðum viðskipta, hagfræði og/eða stjórnunar
- Reynsla af markaðs- og sölumálum
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Afburða tungumála- og tölvukunnátta
- Leiðtogahæfni, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Þjónustudrifið og hvetjandi hugarfar

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL OG MEÐ 1. JÚNÍ.

Tekið er við umsóknum í gegnum heimasíðu Vistor, **www.vistor.is**. Umsóknum skal fylgja ítarleg ferilskrá ásamt stuttri greinargerð þar sem fram koma ástæður þess að sótt er um starfið, auk rökstuðnings fyrir því hvers vegna umsækjandi telur sig hæfan til að gegna starfinu. Nánari upplýsingar veitir **Gunnur Helgadóttir**, framkvæmdastjóri Vistor, í gegnum tölvupóstfangið **gh@vistor.is.**

Vistor hf. er dótturfélag Veritas Capital og er leiðandi fyrirtæki á sviði markaðssetningar á lyfjum, heilsuvörum og dýraheilbrigðisvörum á Íslandi. Fyrirtækið er samstarfsaðili fjölmargra alþjóðlegra lyfjafyrirtækja og veitir þeim þjónustu við skráningar, sölu- og markaðsmál, klínískar rannsóknir, auk þess að hafa milligöngu um innflutnings- og dreifingarstarfsemi.

GILDI VISTOR ERU ÁREIÐANLEIKI, HREINSKIPTNI OG FRAMSÆKNI

Fasteignasali óskast!

Heimili fasteignasala óskar eftir að ráða fasteignasala til starfa.

Við leitum að einstaklingi sem býr yfir góðri sölutækni, á auðvelt með að vinna sjálfstætt og býr yfir góðum hæfileikum í mannlegum samskiptum. Viðkomandi þarf að geta starfað skipulega með öðrum og veitt ábyrga þjónustu í starfi sínu.

Umsækjendur þurfa að vera löggiltir fasteignasalar, eða vera í námi til löggiltingar. Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf fljótlega.

Umsóknum skal skila til Finnboga Hilmarssonar, fasteignasala, á finnbogi@heimili.is sem jafnframt veitir allar frekari upplýsingar.

heimili fasteignasala – á traustum grunni



job
Finnum draumastarfið saman
Erum við að leita **að þér?**

Sérfræðingur í upplýsingatækni

Lífeyrissjóður verzlunarmanna

Lífeyrissjóður verzlunarmanna óskar eftir að ráða reynslumikinn einstakling til starfa á upplýsingatæknisviði sjóðsins. Á upplýsingatæknisviði starfar samhentur hópur sérfræðinga við hugbúnaðarþróun. Við leitum að öflugum og metnaðarfullum einstaklingi til að slást í hópinn og takast á við krefjandi og spennandi verkefni sem framundan eru.

Helstu verkefni:

- Hönnun og smíði hugbúnaðar
- Innleiðing sjálfsafgreiðslulausna fyrir sjóðfélaga og launagreiðendur
- Viðhald á viðskiptahugbúnaði sjóðsins

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun á sviði tölvunarfræði
- Sjálfstæði í störfum, frumkvæði og þjónustulund
- Færni í forritun (Java, C# og Typescript/Javascript)
- Reynsla af vefforritun svo sem Angular
- Reynsla af þjónustumiðaðri högun
- Góð þekking á SQL fyrirspurnamálinu
- Þekking á Oracle gagnagrunnskerfi er kostur
- Þekking á aðferðafræði við vöruhús gagna er kostur

Með umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Áhugasamir einstaklingar, af öllum kynjum, eru hvattir til að sækja um.

Lífeyrissjóður verzlunarmanna hefur þjónað sjóðfélögum sínum frá 1956. Starfsmenn vinna í þágu sjóðfélaga við uppbyggingu lífeyrisréttinda og ávöxtun eigna.

Markmið sjóðsins er að vera áhugaverður vinnustaður, gæta að jafnvægi milli vinnu og einkalífs og bjóða gott starfsumhverfi fyrir samhentan hóp til að vinna að krefjandi verkefnum.

Nánari upplýsingar um LV má finna á: **www.live.is**

Nánari upplýsingar:
Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is)
Torfi Markússon (torfi@intellecta.is)

Umsóknarfrestur: 8. júní 2020
Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Capacent_

Nýtt!

Capacent
flokkun

Sparar **tíma** og fyrirhöfn!



Alfreð

Viðskiptastjóri
á apóteks- og sérvörumarkaði

Heilsa óskar eftir að ráða metnaðarfullan og drífandi einstakling í starf viðskiptastjóra. Viðkomandi mun leiða verkefni apóteks- og sérvörumarkaðar, bera ábyrgð á sölu og kynningu á vörum fyrirtækisins til apóteka, fagaðila og sérverslana ásamt samskiptum við viðskiptavini.

Við leitum að góðum sölumanni með brennandi áhuga á heilbrigðum lífsstíl, fæðubótarefnum, snyrtivörum og vellíðunartengdum vörum.

Menntunar og hæfniskröfur

- Mjög góðir samskiptahæfileikar og lausnarmiðað viðhorf
- Geta til að koma fram og halda kynningar skilyrði
- Reynsla af sölustörfum og þekking á heilsuvörum
- Þekking á ensku og/eða norðurlandamáli
- Frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnátta, þekking á NAV kostur

Umsóknarfrestur er til og með **3. júní** n.k. Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Heilsu, **heilsa.is.**

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál. Nánari upplýsingar veitir Bára Einarsdóttir, sölustjóri, í síma 517-0685.

heilsa
-hafðu það gott

Spennandi störf hjá SSNV

Samtök sveitarfélaga á Norðurlandi vestra (SSNV) leita að starfsmönnum í eftirtalin störf.

Atvinnuráðgjafi með áherslu á nýsköpun á Sauðárkróki

Helstu verkefni atvinnuráðgjafa eru aðstoð við gerð rekstrar- og markaðsáætlana, gerð styrks- og lánaumsókna, aðstoð við fjármögnun, stofnun fyrirtækja o.s.frv. Sérstök áhersla verður lögð á stuðning við nýsköpunarfyrirtæki á Norðurlandi vestra, eflingu þeirra og fjölgun.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi.
- Haldbær þekking/reynsla af rekstri.
- Reynsla af gerð rekstraráætlana.
- Þekking á styrkja- og nýsköpunarumhverfinu er kostur.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Framúrskarandi hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.

Umsóknarfrestur
7. júní

Bókhald og almenn skrifstofustörf á Hvammstanga

Helstu verkefni eru umsjón og færsla bókhalds samtakanna, skjalavarsla, almennt skrifstofuhald og ýmiskonar aðstoð við framkvæmdastjóra. Um 50% starf er að ræða.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi, viðurkenndur bókari er kostur.
- Haldbær reynsla af færslu bókhalds í Navision bókhaldskerfi eða sambærilegum kerfum.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Nákvæmni og greiningarhæfni.
- Góð almenn tölvukunnátta, sérstaklega á Excel.
- Framúrskarandi hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.

Upplýsingar og umsókn
https://alfred.is/starfsgrein/laus-storf?search=ssnv

Starfssvæði SSNV nær yfir 7 sveitarfélög frá Hrútafirði í vestri yfir í Skagafjörð í austri. Starfsmenn samtakanna eru 7. Samtökin vinna að framkvæmd Sóknaráætlunar Norðurlands vestra, atvinnuþróun og öðrum sameiginlegum verkefnum sveitarfélaganna. Á Norðurlandi vestra búa um 7000 manns í fjölskylduvænum samfélögum í nálægð við stórbrotna náttúru. Tómstundastarf er fjölbreytt og menningarlíf gróskumikið.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um störfin í gegnum Alfreð: www.alfred.is

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

MÚÚ
Miðstöð útivistar og útináms

Verkefnisstjóri Miðstöðvar útivistar og útináms

Frístundamiðstöðin Gufunesbær auglýsir eftir verkefnisstjóra útivistar og útináms. Frístundamiðstöðin Gufunesbær heyrir undir skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar og hefur umsjón með starfsemi Miðstöðvar útivistar og útináms (MÚÚ).

Tilgangur starfsins er m.a. að tengja útivist og útinám við grundvallarþætti menntastefnu Reykjavíkurborgar: Félagsfærni, sjálfseflingu, læsi, sköpun og heilbrigði. Lögð er áhersla á að veita ráðgjöf og stuðning við eflingu þessara þátta og ýta undir reynslu barna og unglinga af útivist og útinámi.

Við leitum að öflugum einstaklingi í fullt starf sem hefur mikinn áhuga á útinámi og útivist og reynslu af starfi með börnum og unglingum.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Að efla og styðja við útivist og útinám á starfsstöðum skóla- og frístundasviðs.
- Að taka þátt í, stýra og hafa frumkvæði að fræðslu í formi fyrirlestra, smiðja, námskeiða, málþinga o.fl. í tengslum við útinám og útivist.
- Ábyrgð á að fylgja eftir áherslum í menntastefnu Reykjavíkurborgar, frístundastefnu borgarinnar, aðalnámskrá leik- og grunnskóla, starfsskrá frístundamiðstöðva og starfsáætlunar Miðstöðvar útivistar og útináms.

Hreint sakavottorð í samræmi við lög sem og reglur Reykjavíkurborgar.

Hæfniskröfur
- Háskólapróf s.s kennaramenntun, uppeldisfræði, tómstunda- og félagsmálafræði, líffræði, landafræði, jarðfræði eða önnur menntun sem nýtist í starfi.
- Meistarapróf eða mikil starfsreynsla á viðkomandi sérfræðisviði.
- Víðtæk þekking og reynsla á sviði útilífs, útináms og útivistar.
- Víðtæk reynsla og þekking á skóla- og frístundastarfi.
- Reynsla af verkefnastjórnun og innleiðingu verkefna.
- Framúrskarandi hæfni í samskiptum, sjálfstæði í vinnubrögðum, skipulagshæfni og frumkvæði.
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð almenn tölvukunnátta.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.
Umsækjendur eru beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/storf

Ráðið verður í starfið frá og með 1. ágúst 2020. Umsóknarfrestur er til og með 10. júní nk.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Hafsteinn Hrafn Grétarsson í síma 411-5600
og tölvupósti hafsteinn.hrafn.gretarsson@rvkfri.is

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



Kópavogsbær auglýsir starf skipulagsstjóra laust til umsóknar. Skipulagsstjóri stýrir skipulags- og byggingardeild bæjarins en þar starfar 14 manna samhentur hópur. Hann hefur umsjón með þróun á sviði skipulagsmála í bænum og ber ábyrgð á að meðferð skiplagsmála sé í samræmi við samþykkta stefnumótun, gildar skipulagsáætlanir og að farið sé eftir lögum og reglugerðum. Hann er ráðgjafi bæjarstjórnar í skipulagsmálum.

Helstu verkefni
- Daglegur rekstur skipulags- og byggingardeildar.
- Vinnur skipulagsáætlanir (aðal-, deili- og hverfisskipulags) og skipulags- og byggingarskilmála.
- Umsjón og eftirlit með gerð umhverfismats áætlana.
- Útgáfa framkvæmdaleyfa og gerð umsagna um skipulags- og byggingarerindi.
- Umsjón með grenndarkynningu deiliskipulagsbreytinga og byggingarleyfa.
- Auglýsir skipulagslýsingar og skipulagsbreytingar lögum samkvæmt.
- Undirbúningur funda skipulagsnefndar og umhverfis- og samgöngunefndar.
- Upplýsingagjöf og samskipti við íbúa, kjörna fulltrúa og aðra hagsmunaaðila.
- Þátttaka í samráðshópum um skipulags- og byggingarmál.
- Situr í fagráði svæðisskipulagsnefndar SSH.
- Umsagnir vegna kærumála og álitaefna í samstarfi við lögfræðideild.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Meistarapróf á háskólastigi sem nýtist í starfi.
- Löggiltur skipulagsfræðingur eða sambærileg menntun sbr. 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.
- Leiðtogahæfileikar og góð færni í mannlegum samskiptum.
- Þekking og reynsla af verkefnastjórnun og teymisvinnu.
- Lausnamiðuð hugsun og færni í framsetningu efnis.
- Þekking á teikniforritum og öðrum forritum tengdum skipulagsvinnu.
- Þekking á skjalavistunarkerfum er kostur.
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni.

Umsóknarfrestur er til og með 31. maí 2020.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Steingrímur Hauksson, sviðsstjóri umhverfissviðs (steingr@kopavogur.is).

Tekið er við umsóknum í gegnum ráðningarvef Kópavogsbæjar.

Umsóknum skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Skólastjóri Bíldudalsskóla

Sveitarfélagið Vesturbyggð auglýsir starf skólastjóra Bíldudalsskóla laust til umsóknar. Leitað er eftir metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir leiðtogahæfileikum, hefur víð tæka þekkingu á skólastarfi, framsækna sýn á rekstur skóla og er tilbúinn til að leiða Bíldudalsskóla í samræmi við skóla stefnu Vesturbyggðar.

Í Bíldudalsskóla eru 29 nemendur og þar starfa 9 starfsmenn. Það er samrekin grunnskóli og leikskóli og eru nemendur í leikskólanum 11 og 3 stafsmenn. Skólastjóri hefur einnig umsjón með mötuneyti skólanns. Nýr skólastjóri þarf að geta hafið störf eigi síðar en 1. ágúst 2020.

Umsóknarfrestur er til og með 5 júní 2020.

Umsóknir og nánar um störfin á vefnum
storf.vesturbyggd.is

Meginverkefni
- Stýrir og ber ábyrgð á rekstri og daglegri starfsemi.
- Faglegur leiðtogi og mótar framtíðarsýn í samræmi við skólastefnu Vesturbyggðar, aðalnámskrá leik og grunnskóla og lögum um leik og grunnskóla.
- Veitir skólanum forstöðu á sviði kennslu og þróunar.
- Ber ábyrgð á starfsmannamálum, s.s. ráðningum, starfsþróun og vinnutilhögun.
- Tekur þátt í samstarfi við aðila skólasamfélagsins í Vesturbyggð.
- Hefur umsjón með daglegu starfi lengdrar viðveru á Bíldudal.

Hæfniskröfur
- Kennaramenntun og leyfisbréf kennara.
- Framhaldsmenntun á sviði stjórnunar er æskileg.
- Færni og að minnsta kosti 3 ára reynsla af stjórnun grunnskóla er æskileg.
- Færni og reynsla af starfsmannahaldi skilyrði.
- Hæfni og reynsla í stefnumótun, áætlanagerð og þróun skólastarfs æskileg.
- Frumkvæði, sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð.
- Jákvæðni og færni í mannlegum samskiptum.
- Góð íslensku og enskukunnátta skilyrði.



Vesturbyggð

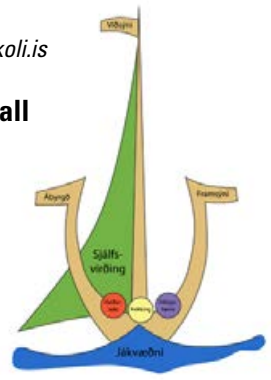
Borgarhólsskóli Húsavík

Náms- og starfsráðgjafi óskast til starfa

Borgarhólsskóli er tæplega 300 barna skóli á Húsavík. Þar fer fram metnaðarfullt skólastarf og áhersla er lögð á jákvæð samskipti og samveru. Skólinn nýtir uppeldisstefnuna Jákvæður agi og teymiskennslu.

Sjá nánar, www.borgarholsskoli.is

80 % starfshlutfall



Hæfniskröfur
· Starfsréttindi sem námsráðgjafi
· Sjálfstæð vinnubrögð
· Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
· Jákvæðni og frumkvæði

Helstu verkefni:
Náms- og starfsráðgjöf í grunnskóla felst í því að vinna með nemendum, foreldrum, kennurum, skólastjórnendum og öðrum starfsmönnum skólans að ýmiss konar velferðarstarfi er snýr að námi, líðan og framtíðaráformum nemenda. Náms- og starfsráðgjöf felst í því að liðsinna nemendum við að finna hæfileikum sínum, áhugasviðum og kröftum farveg.

Hvetjum jafnt karla sem konur til að sækja um.
Leyfisbréf skal fylgja umsókn sem og ferilskrá skal fylgja umsókn sem og afrit af prófskírteinum.

Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningum Launanefndar Sveitarfélaga.

Umsóknarfrestur er til 15. júní 2020. Umsóknum skal skila í tölvupósti á netfangið threyk@borgarholsskoli.is



job
Finnum draumastarfið saman

Erum við
að leita **að þér?**



Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið og velferðarsvið

Talmeinafræðingar

Skóla- og frístundasvið ásamt velferðarsviði Reykjavíkurborgar auglýsir lausar fimm stöður talmeinafræðinga

Talmeinafræðingar starfa samkvæmt Menntastefnu Reykjavíkurborgar; ***Látum draumana rætast og stefnu um skóla án aðgreiningar***. Talmeinafræðingar, í samstarfi við annað starfsfólk, taka þátt í að efla málþroska og læsi nemenda með árangur í námi að leiðarljósi. Starfsstöð er á þjónustumiðstöðvum en starfið fer að hluta til fram í grunnskólum borgarinnar og náið samstarf verður með öðrum sérfræðingum á báðum starfsstöðum.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Skima fyrir og greina málþroskavanda barna með áherslu á áætlanagerð og eftirfylgd.
- Bjóða upp á íhlutun með áherslu á að nota árangursríkar leiðir í starfi.
- Þátttaka í teymisvinnu með starfsfólki grunnskóla og veita ráðgjöfum viðeigandi úrræði vegna málhljóða- og málþroskaraskana auk annarra talmeina.
- Þátttaka í fræðslu um málþroska, málþroskaröskun og áhrif hennar á möguleika til menntunar.
- Leiðbeina og fræða foreldra um málþroska og leiðir til að efla hann.
- Þátttaka í þróun skólastarfs er varðar málþroska og læsi í samvinnu við stjórnendur skóla og samstarfsfólk.
- Stuðla að fyrirbyggjandi aðgerðum varðandi málþroska og læsi barna á grunnskólaaldri með því að beita snemmtækri íhlutun ásamt því að vera þátttakandi í skipulagðri íhlutun og kennslu

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf í talmeinafræði og leyfi til að starfa sem talmeinafræðingur.
- Þekking og reynsla af skólastarfi æskileg.
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum.
- Hæfni til að sinna fræðslu og ráðgjöf til nemenda, starfsmanna og foreldra.
- Góð almenn tæknikunnátta (s.s. á fjarkennslubúnaði) nauðsynleg.
- Frumkvæði, sjálfstæð vinnubrögð og skipulagshæfni.
- Faglegur metnaður til að efla málþroska og læsi nemenda.
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.

Umsækjendur þurfa að vera tilbúnir til að kynna sér og nota rafrænar lausnir í þjónustu við nemendur skólanna.
Starfshlutfall er 100% og laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags. Umsókn fylgi stuttur rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið, yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf talmeinafræðinga og annað er málið varðar. Viðkomandi skal hafa hreint sakavottorð í samræmi við lög og reglur Reykjavíkurborgar. Umsækjendum er bent á að sækja um starfið á starfavef Reykjavíkurborgar
https://reykjavik.is/laus-storf/oll-storf

Umsóknarfrestur er til og með 8. júní en ráðið verður í starfið 17. ágúst n.k.

Nánari upplýsingar um störfin veita Arnheiður Helgadóttir, arnheidur.helgadottir@reykjavik.is, Helgi H Viborg, helgi.viborg@reykjavik.is og Þóra Sæunn Úlfsdóttir, thora.saeunn.ulfsdottir@reykjavik.is

VIRÐING • VIRKNI • VELFERÐ

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

RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

RÍKISKAUP
AÐILI AÐ RAMMASAMNINGI

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

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

intellecta

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við
að leita **að þér?**



BARINNRÉTTING

óskast til kaups fyrir veitingastað.

Ýmis stílbrigði og stærðir koma til greina, með eða án barstóla og annarra innréttinga.

Upplýsingar í síma 862-8019.

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2020-2021 Útboð I,** EES útboð nr. 14872.
- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2020-2021 Útboð II,** EES útboð nr. 14873.
- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2020-2021 Útboð III,** EES útboð nr. 14874.
- **Ámokstur á salti 2020-2021, EES útboð nr. 14875.**
- **Götusalt 2020-2021,** EES útboð nr. 14876.
- **Vetrarþjónusta gönguleiða 2020-2023, vesturhluti,** EES útboð nr. 14877.
- **Eggertsgata. Gatnagerð og veitur 2. áfangi 2020,** útboð nr. 14883

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

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

Auglýsing um breytingar á skipulagi í Kópavogi

Breyting á Aðalskipulagi Kópavogs 2012-2024.
Traðarreitur - eystri, þróunarsvæði fyrir íbúðarbyggð.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti 24. mars 2020 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 tillögu að breyttu Aðalskipulagi Kópavogs 2012-2020 fyrir Traðarreit - eystri (B29). Breytingin nær til svæðis sem afmarkast af Álftröð í austur, Digranesvegi í suður, lóðarmörkum Kópavogsskóla í vestur og Hávegi í norður. Í gildandi aðalskipulagi er umrætt svæði skilgreint sem íbúðarsvæði. Stærð skipulagssvæðisins er um 9.000 m2 og á því standa nú 8 íbúðarhús með samtals 12 íbúðum sem byggð eru á árunum 1952 til 1955. Í framlagði tillögu er gert ráð fyrir óbreyttri landnotkun en svæðið verði skilgreint sem þróunarsvæði þar sem byggðar verði allt að 180 íbúðir í tveggja til fjögurra hæða fjölbýlishúsum með kjallara og inndreginni þakhæð. Gert er ráð fyrir allt að 200 m2 atvinnuhúsnæðis á jarðhæð með aðkomu frá Álftröð. Samkvæmt tillögunni er áætlað nýtingarhlutfall svæðisins ofanjarðar 2,45 og með kjallara 3,70. Í tillögunni er miðað við 1,3 bílastæði á íbúð og 1 bílastæði á hverja 50 m2 atvinnuhúsnæðis. Tillagan er sett fram í greinargerð ásamt umhverfisskýrslu dags. í mars 2020. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Deiliskipulag.
Traðarreitur – eystri.
Í samræmi við ofangreinda breytingu á aðalskipulagi Kópavogs var á fundi bæjarstjórnar Kópavogs 24. mars 2020 samþykkt að auglýsa tillögu að deiliskipulagi fyrir Traðarreit - eystri í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Nánar tiltekið afmarkast deiliskipulagssvæðið af Digranesvegi í suður, lóðamörkum Kópavogsskóla í vestur, Hávegi í norður og Álftröð í austur. Stærð skipulagssvæðisins er um 9.000 m2 og á því standa nú 8 íbúðarhús með samtals 12 íbúðum sem byggð eru á árunum 1952 til 1955. Í framlagði tillögu er gert ráð fyrir að byggðar verði allt að 180 íbúðir í tveggja til fjögurra hæða fjölbýlishúsum með kjallara og inndreginni þakhæð. Gert er ráð fyrir allt að 200 m2 atvinnuhúsnæðis á jarðhæð með aðkomu frá Álftröð. Samkvæmt tillögunni er áætlað nýtingarhlutfall svæðisins ofanjarðar 2,45 og með kjallara 3,70. Í tillögunni er miðað við 1,3 bílastæði á íbúð og 1 bílastæði á hverja 50 m2 atvinnuhúsnæðis og að Skólatröð milli Digranesvegar og Hávegar verði lokað fyrir almenna umferð ökutækja. Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:1000, ásamt greinargerð og skipulagsskilmálum dags. 16. mars 2020. Tillögun fylgir jafnframt minnisblað VSÓ Ráðgjöf, Traðarreitir, - umferðargreining dags. 16. mars 2020; minnisblað VSÓ Ráðgjöf Traðarreitur B29, Hljóðvistarreikningar, dags, 16. mars 2020; Digranes í Kópavogi; Traðarreitur B29 áður Álftröð 1-7 og Skólatróð 2-8, Húsakönnun, dags. í nóvember 2019 unnin af Tark-arkitektum og Digranes í Kópavogi - Traðarreitur B29, Nágrannabyggð Digranesvegur og Hávegur, nóvember 2019 unnin af Tark-arkitektum. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Ofangreindar tillögur að skipulagi Traðarreits - eystri; tillaga að breyttu aðalskipulagi og tillaga að deiliskipulagi eru auglýstar samtímis og eru aðgengilegar á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is og í þjónustuveri Kópavogsbæjar að Digranesvegi 1 frá kl. 8:30 til 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá kl. 8:30 til 15:00. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. Athugasemdir og ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulags- og byggingardeildar Umhverfissviðs, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 15:00 mánudaginn 20. júlí 2020.

Vakin er sérstök athygli á því að á heimasíðu bæjarins www.kopavogur.is undir ***íbúar, skipulagsmál*** og síðan ***skipulag og framkvæmdaleyfi í kynningu*** eru gögn málsins. En frá og með 27. maí nk. verður upptaka af kynningu á ofangreindum tillögum jafnframt aðgengileg á heimasíðunni þar sem tillögurnar verða útskýrðar nánar. Fimmtudaginn 25. júní 2020 og fimmtudaginn 9. júlí milli kl. 17:00 og 18:00 verða síðan starfsmenn skipulags- og byggingardeildar Umhverfissviðs ennfremur með ***opið hús*** í Safnaðarheimili Kársnessóknar Borgum við Hábraut 1A þar sem tillögurnar verða kynntar sérstaklega þeim sem þess óska.

Skipulagsstjóri Kópavogs

Kópavogsbær
kopavogur.is

ÚTBOÐ

HVERAGERÐISBÆR

Hveragerðisbær óskar eftir tilboðum í verkið:

Bílastæði Árhólma

Verklok eru: 7. september 2020

Verkið felur í sér gerð á bílastæðum við Árhólma í Ölfusdal. Um er að ræða 117 bílastæði, tvö stæði fyrir fatlaða, tvö bílastæði fyrir hleðslu rafbíla og þrjú rútustæði langs með Ölfusvegi.

Taka skal upp úr núverandi landi óburðarhæf efni sem liggja hærra en 60 cm frá hönnuðu yfirborði. Upptekið efni notast í fláa og landmótun á verkstað.

Fylla styrktarlag, burðarlag og malbika yfirborð. Steypa kantsteina, um er að ræða 12 cm. kantstein sem er sundurslitin fyrir náttúrulega afvötnun.

Mála skal merkingar bílastæða þ.e. línur og ferninga með viðeigandi táknum fyrir fatlaða og hleðslustöð.

Helstu magntölur eru:

Gröftur	**250**	**m3**
Styrktarlag	**3099**	**m3**
Burðarlag	**332**	**m3**
Malbik	**3325**	**m2**
Ídráttarrör Ø110 mm	**20**	**m**
Ídráttarrör Ø50 mm	**120**	**m**
Kantsteinar	**407**	**m**
Málun lína	**605**	**m**
Merking fatlaðir og hleðslustöð	**63**	**m2**

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með mánudeginum 25. maí 2020. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Bárð Árnason hjá Eflu Suðurlandi í síma 412 6908, eða með tölvupósti á netfangið bardur.arnason@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila á skrifstofu Hveragerðisbæjar Breiðumörk 20, 810 Hveragerði **fyrir kl. 14:00 þriðjudaginn 9 júní 2020,** en þá verða þau opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Byggingarfulltrúi Hveragerðisbæjar

MIKLABORG




Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltir fasteignasalar



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178



Elín Alfreðsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 899 3090



Gunnar H. Einarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 615 6181



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000



Ásgrímur Ásmundsson
hdl og lögg.fasteignas
Sími: 865 4120



Þröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skaptas.
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272



Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931



Kjartan Í. Guðmunds
aðst. fasteignasala
Sími: 663 4392



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232



Friðrik P. Stefánsson
hdl.og aðst.fasteignasala
Sími: 616 1313



Friðjón Ö. Magnúss.
aðst. fasteignasala
Sími: 692 2704



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929



Ragnheiður Pétursd.
hdl og löggiltur
fasteignasali



Harpa Rún Glad
hdl. og löggiltur
fasteignasali

2015 2019
Framúrskarandi fyrirtæki







www.105midborg.is/miklaborg

Hallgerðargata 19-23
105 Reykjavík

Nýtt hverfi í Laugarnesinu

- 2ja til 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar íbúðir á frábæru verði
- Lyftuhús á 6 hæðum
- Afhent í byrjun sumars 2020

Verð frá : **39,5 millj.**

Nánari upplýsingar veita:



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



NÝTT Í SÖLU

Flókagata 9
105 Reykjavík

OPIÐ HÚS
laugardag 23. maí
kl. 13:00 - 14:00



Fallega 3ja herbergja sérhæð

- Stærð 78,3 fm á 1 hæð
- Mikil endurbætt eign
- Frábært staðsetning

Nánari upplýsingar veitir:
Óskar H. Bjarnasen, lögg.fasteignasali
ohb@miklaborg.is **sími:** 691 1931

Verð: **46,5 millj.**

NÝTT Í SÖLU

Urriðakvísl 12
110 Ártúnsholti

OPIÐ HÚS
sunnudag 24. maí
frá kl 14:00-14:30

Glæsilegt tveggja hæða einbýlishús með bílskúr

- Innkeyrsla með snjóbræðslu
- Stæði fyrir 3 bíla í innkeyrslu
- 4 Svefnherbergi
- Stofa með útgengt út í garð
- Stór vel hirtur garður með gróðurhúsi
- Frábær staðsetning

Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

Verð: **104,5 millj.**

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

sími
569 7000
www.miklaborg.is

Með þér alla leið

Hraunbær 103 a/b/c

110 Reykjavík





OPIÐ HÚS
sunnudaginn 24. maí
frá kl 15-16

Vandaðar nýjar íbúðir fyrir 60+

- Útsýnisíbúðir
- Stærðir frá 52-160 fm, stúdíó, 2ja og 3ja herbergja íbúðir
- Flestar íbúðirnar ná í gegnum húsið
- Vinsælar íbúðir
- Aðgengi að þjónustu og félagsmiðstöð hjá Reykjavíkurborg í Hraunbæ 105
- Vandaðir verktakar
- Afhending október 2020

Verð frá **kr. 42,5 milljónir**



Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáið nánari upplýsingar:



Jórunn 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



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



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is



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



BÓKIÐ SKOÐUN
Í SÍMA: 845 8959
EÐA 773 6000

Hverfisgata 94-96

101 Reykjavík

Nýjar íbúðir í stórglæsilegu húsi á besta stað í miðborginni

Verð frá: **54,9 millj.**

- Rúmgóðar 2ja og 3ja herb. , gólfhiti og steinn í borðum
- Glæsilegar svartbæsaðar innréttingar og innihurðir,
- Sérmerkt stæði í bílageymslu
- Glæsilegur skjólgóður lokaður suður garður

Nánari upplýsingar:
s. 773 6000 **Þórunn Pálsdóttir** löggiltur fasteignasali
s. 845 8958 **Jórunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali



BÓKIÐ SKOÐUN
Í SÍMA: 845 8959

Karlagata 20

105 Reykjavík

Falleg og björt íbúð á 1.hæð

Verð : **34,9 millj.**

- Mjög gott skipulag íbúðar
- 47 fm 2ja herbergja íbúð á þessum vinsæla stað
- Fyrir nokkrum árum voru gluggar endurnýjaðir og sumarið 2019 var þakið grunnað og málað
- Frábær staðsetning

Nánari upplýsingar:
s. 845 8958 **Jórunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali

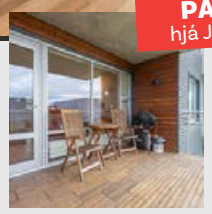


NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jason í síma **775 1515**



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





Maltakur 9b

210 Garðabær

140 fm íbúð á fyrstu hæð

- Rúmgóðar suðvestursvalir,
- Tvö svefnherbergi
- Þvottahús innan íbúðar
- Sérbílastæði í bílakjallara
- Svalir til suðurs

Verð: **68,9 millj.**



OPIÐ HÚS
sunnudaginn 24. maí frá kl. 13-13:30



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





Hraunbær 132

110 Reykjavík

Sérlega falleg 4ra herb. íbúð á annarri hæð

- Heildar stærð 129,2 fm
- Stórar bjartar stofur með útgengt á suður svalir
- Fallegt hvítt eldhús með borðkrók við gluggann
- Þrjú góð svefnherbergi
- Þvottahús innréttað innaf eldhúsi. Búr innaf þvottahúsi

Verð: **49,9 millj.**



NÝTT Í SÖLU

Óðinsgata 8

101 Reykjavík

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Gunnari í síma **899 5856**
eða hjá Friðrik í síma **616 1313**



182 fm timburhús með aukaíbúð á besta stað í Þingholtunum

- Eignin skiptist í tvær íbúðir
- Stærri íbúðin er með eldhúsi og stofum á aðalhæð, efri hæð með tveimur svefnherbergjum og baðherbergi
- Aukaíbúð sem er 64 fm að stærð
- Þvottahús og geymslur í kjallara
- Tvennar svalir
- Tvö sérstæði eru í bakgarði



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



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

Verð: **84,9 millj.**



Hverfisgata 85

101 Reykjavík

TIL AFHENDINGAR STRAX

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 24. maí frá 15:30 - 16:00





Frábærlega staðsettar íbúðir í miðborginni

- Stærðir frá 45 fm
- 2ja og 3ja herbergja
- Í næsta nágrenni eru fjölbreyttar verslanir, veitingastaðir og þjónusta.
- Fjölbreytt mannlíf og menning setur svip sinn á miðborgina
- Allar íbúðir með stæði í bílakjallara

Nánari upplýsingar veita:



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



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



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

Verð frá : **39,9 millj.**

MIKLABORG – Með þér alla leið



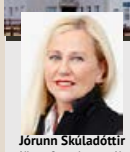
OPIÐ HÚS
laugardaginn 23. maí frá kl. 13:30-14:00

Álftahólar 6
111 Reykjavík

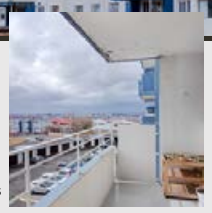
Sérlega falleg og björt íbúð á 3 hæð

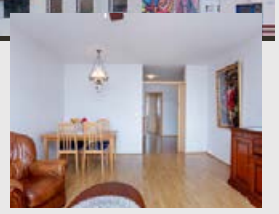
- Útgengt úr stofu á suðursvalir
- Eldhús og bað endurnýjað
- Tengi fyrir þvottavél á baði
- Sameiginlegt þvottahús í kjallara
- Bílskúr

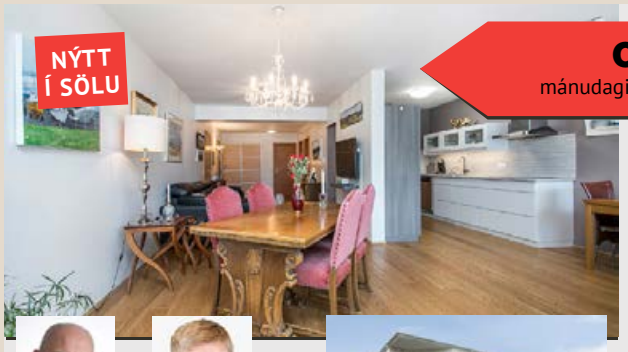
Verð: **39,9 millj.**



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







NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS
mánudaginn 25. maí frá kl. 17-17:30

Berjarimi 8
112 Reykjavík

Falleg 3ja herbergja íbúð á 2 hæð

- 2 svefnherbergi
- Nýtt parket
- Endurnýjað eldhús og baðherbergi
- Bílastæði í kjallara

Verð: **46,5 millj.**



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



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



Sogavegur 73 - 77
108 Reykjavík



INNRÉTTUÐ SÝNINGARÍBÚÐ



Nýjar og vandaðar íbúðir í 3ja hæða lyftuhúsi

- Stæði í bílageymslu
- Bílskúrar fylgja stærri íbúðum
- Margar íbúðir með sérinngangi

Afhent júlí/ágúst 2020

Verð frá: **39,9 millj.**

Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáið nánari upplýsingar:



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



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



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



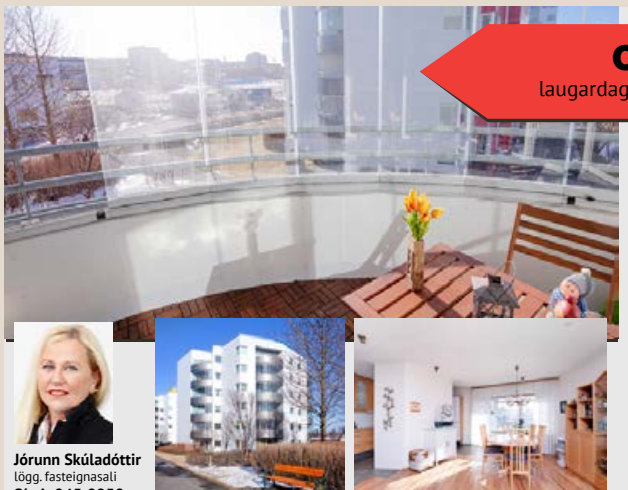
Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
sími: 691 1931
ohb@miklaborg.is



Elín Alfreðsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 899 3090
elin@miklaborg.is



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



OPIÐ HÚS
laugardaginn 23. maí frá kl. 15-15:30

Sóltún 5
105 Reykjavík

Falleg 130,3 fm 4ra herbergja á 3. hæð

- Svalaloktun/allt aðgengi gott
- Fataherbergi innaf svefnherb.
- Hálf opið eldhús inn í stofu og þvottahús innaf baði
- Stæði í bílakjallara
- Frábær staðsetning. Afhending fljótlega

Verð: **69,9 millj.**

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



NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 24. maí frá kl. 13:00 - 13:30

Selvað 5
110 Reykjavík

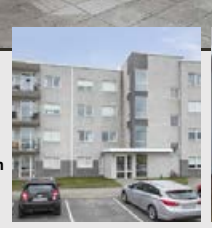
Glæsileg 62 fm 2ja herbergja íbúð á efstu hæð með þaksvölum

- Mikil lofthæð, stórar þaksvalir og magnað útsýni
- Bílastæði í bílakjallara

Verð: **36,5 millj.**



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





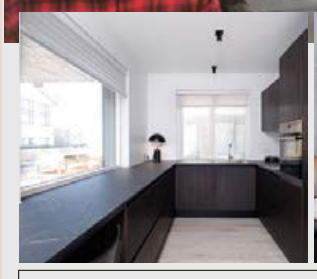
NÝTT Í SÖLU

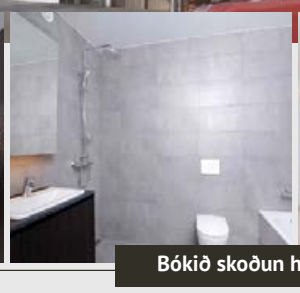
PERLA VIÐ ELLIÐAÁRVOGINN

Vogabyggð



NÝR ÁFANGI Í SÖLU
Skektuvogur 6 kemur í sölu eftir 2 daga
Erum byrjuð að sýna









Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáið nánari upplýsingar:



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



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



Friðjón Ö. Magnúss.
aðst. fasteignasala
Sími: 692 2704
fridjon@miklaborg.is



Elín Alfreðsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 899 3090
elin@miklaborg.is



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



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



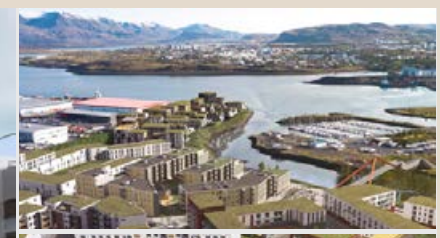
Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is



Friðrik Þ. Stefáns
hdl og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
sími: 778 7272
axel@miklaborg.is





Skektuvogur 2-4
104 Reykjavík

- 2ja til 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar íbúðir á frábæru verði
- Miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu
- Innbyggð uppþvottavél og innb. ísskápur fylgir öllum íbúðum
- Parket er á öllum íbúðum
- Húsin eru í kjarna þar sem fjögur hús tengjast með sameiginlegum bílakjallara
- Bílastæði fylgir flestum íbúðum
- Afhent strax við kaupsamning

Verð frá : **39,9 millj.**

ÞG-VERK

TRAUSTUR BYGGINGARAÐILI SÍÐAN 1998



Bakkasmári 8

201 Kópavogur

Fjölskylduvænt raðhús með bílskúr við Bakkasmára í Kópavogi.

Verð **86,5 millj.**

- Eignin er á tveimur pöllum og bílskúr á jarðhæð.
- Samtals er íbúðarhluti skráður skv fasteignaskrá 139,4 fm en bílskúr ásamt geymslu samtals 37,4 fm.
- Næg bílastæði eru á lóð, bæði fyrir framan bílskúr og eins á norðaustur horni lóðar.

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Breiðavík 23

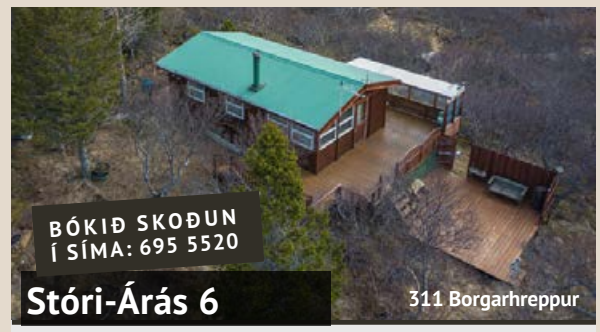
112 Reykjavík

Glæsileg 134 fm íbúð á efstu hæð

Verð : **58,5 millj.**

- Öll rými mjög rúmgóð
- Þrjú svefnherbergi. Stór stofa og sjónvarpshol.
- Fallegt eldhús, nægt skápapláss. Þvottahús innan íbúðar
- Mjög fjölskylduvæn eignFrábærlega staðsett, stutt í skóla
- Verslun og þjónusta í grennd

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Stóri-Árás 6

311 Borgarhreppur

Notalegt 44 fm sumarhús

Verð : **14,3 millj.**

- Tvö eignarlönd 5000 fm hvor
- Tvö svefnherbergi. Rúmgóð stofa, opið eldhús
- Mikill gróður á landi
- Þægileg aðkoma allt árið
- Náttúruvist og perlur í næsta nágreni

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Ásabraut 37

801 Grímsnes

Rúmlega 80 fm heilsárshús 9776 fm eignarl.

Verð : **31 millj.**

- Frábært óhindrað útsýni ma Sogið
- Heitt og kalt vatn / Heitur pottur
- Mjög vel skipulagt, stofa með opnu eldhúsi
- Herbergisálma með 2 svefnherber
- Innbú utan persónulegra muna fylgir með

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Langatröð 2

301 Hvalfjarðarstr.

93 fm hús í Svarfhólslandi

Verð :**32,5 millj.**

- Fjögur svefnherbergi ásamt svefnlofti
- Aðeins um 40 mín akstur frá höfuðborgarsvæðinu
- Gæða eldhúsinnr frá HTH AEG tæki ma upppv. og ísskápur
- Rúmlega hektara eignarland
- Læst hlið

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Lyngborgir 35 og 37

801 Grímsnes

Lyngborgir 35 og 37 hvor lóð um sig er 6275 fm að stærð.

Verð :**16,9 millj.**

- Á lóð nr. 35 hefur verið reist 24 fm hús
- til viðbótar hafa tvö hús til viðbótar verið reist annað þeirra ca. 6 fm og hitt um 15 fm, bæði óskráð.
- Húsin eru tengd við rafmagn og með köldu vatni.

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Selholtsvegur

801 Laugardalur

Sumarhúsalóðir við Apavatn

Verð : **Tilboð**

- Tvær eignarlóðir við Selholtsveg
- Hver lóð um 0,7-0,8 ha að stærð
- Kalt vatn og rafmagn v lóðarmörk
- Seldar sem stakar lóðir eða allar saman
- Mjög góð staðsetning.

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Runnabyggð 6

320 Reykholt

60 fm sumarhús v Hvítársíðu Borgarbyggð

Verð : **27,5 millj.**

- Má byggja aukalega 9 fm gestahús
- Tvö svefnherbergi ásamt svefnlofti
- Stór stofa og opið eldhús
- Heitur pottur á palli
- Aðeins 9 lóðir á svæðinu Stutt í Húsafell

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali



Lækjarvegur 1

311 Borgarhreppur

Notalegt sumarhús á 1 hektar leigulandi

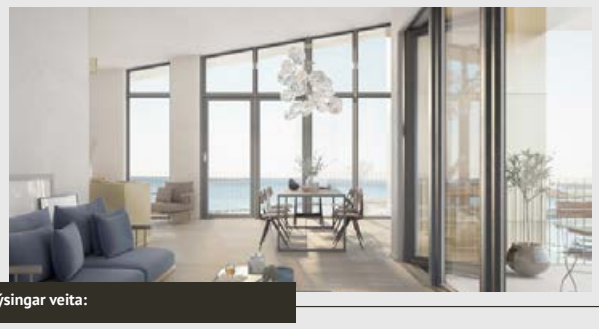
Verð : **8,9 millj.**

- Samningur til 2044, forleiguréttur
- 40 fm sumarhús
- Stofa, svefnherbergi, nýlega uppgert wc
- Landið er skógi vaxið
- Góð kaup

Nánari upplýsingar:
s. 695 5520 Jón Rafn Valdimarsson löggiltur fasteignasali







www.105midborg.is/miklaborg

KIRKJUSANDUR

NÝR BORGARHLUTI VIÐ SJÁVARSÍÐUNA

Stuðlaborg er sérstaklega vandað nýtt fjölbýli með 77 íbúðum í fimm lyftuhúsum.

- Stærðir íbúða frá 58-254 fm.
- Á Kirkjusandi er örstutt í alla þjónustu, veitingastaði og útivist.
- Stórbrotið útsýni yfir sundin blá, og borgina.
- Gólfsíðir útsýnisgluggar í stofum skapa einstakt og óhindrað sjávarútsýni
- Hljóðgólf í öllum íbúðum, sérstakalega einangrandi veggir og gler
- Allar íbúðir að fullu loftræstar (inn og út)
- Gyllt álklæðning frá Þýskalandi og Swiss Pearl steinplötur
- Nánari upplýsingar um bygginguna á 105midborg.is

Afhending apríl/maí 2020

105 MIÐBORG

Íslandssjóðir ÍAV

Nánari upplýsingar veita:


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


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


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


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


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


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


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


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


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


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

GIMLI FASTEIGNASALA

FRÍTT SÖLUVERÐMAT

Grensásvegur 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

GIMLI GIMLI GIMLI GIMLI GIMLI GIMLI GIMLI GIMLI

Accommodation wanted

The EU Delegation to Iceland is looking for an apartment or a house, suitable as the residence of the Head of the Delegation, for long-term lease or purchase.

Various types of premises may be suitable.
The building should preferably be located in the 101, 105 or 107 area of Reykjavík and be easily accessible by private vehicle or public transport.

For full description and deadline for submission, please consult our website **www.esb.is**.

EU Delegation to Iceland

EIGNAMIÐLUN

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

JÖRÐIN HRAUNGERÐI

í Flóahreppi er til sölu

Hér er um að ræða bújörð um 400 ha að stærð og í 9 km fjarlægð frá Selfossi. Ræktað land er um 90 ha. Jörðinni fylgir framleiðsluréttur í mjólk. Hlutdeild í hitaveitu fylgir.

Samkvæmt Þjóðskrá Íslands eru byggingar þessar: Íbúðarhús , 160 fm. Hlaða með súgþurrkun, 134 fm. Votheysturn, 13 fm. Geymsla, 111 fm. Fjós, 165 fm. Hesthús, 67 fm. Legubásafjós, 275 fm. Bogaskemma, 61 fm. Fjós með áburðarkjallara, 92 fm.

▶ Jörðin er laus til ábúðar í júní n.k.



Sverrir Kristinsson
Lögg. fasteignasali
Sími: 861 8514
sverrir@eignamidlun.is

EIGNAMIÐLUN

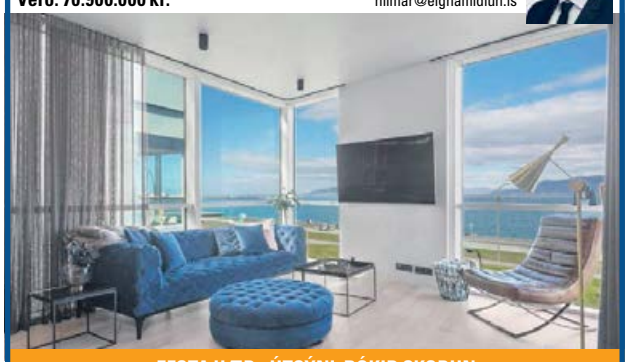
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

VATNSSTÍGUR 20-22

103,4 m²
101 Reykjavík
Verð: 70.900.000 kr.

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





EFSTA HÆÐ - ÚTSÝNI. BÓKIÐ SKOÐUN

Glæsileg 103,7 fm 2 herbergja útsýnisíbúð á 3. hæð (efsta hæðin) í lyftuhúsi ásamt stæði í bílageymslu. Íbúðin er með granít á borðum, Miele tæki í eldhúsi og gólfhita. Íbúðin skiptist í anddyri, baðherbergi, þvottahús, eldhús, svefnherbergi, stofu og borðstofu. Einstakt sjávarútsýni þar sem sjá má meðal annars Hörpuna, Esjuna og Snæfellsjökul.

Húsnæði óskast til leigu/kaups

Sendinefnd Evrópusambandsins á Íslandi leitar að íbúð eða húsi, fyrir sendiherra ESB, til langtímaleigu eða kaups.

Ýmiss konar húsnæði kemur til greina. Það ætti helst að vera staðsett í póstnúmerum 101, 105 eða 107 og vera aðgengilegt með einkabifreið eða almenningssamgöngum.

Nánari lýsing, og upplýsingar um skilafrest tilboða, er á **www.esb.is**.

Sendinefnd ESB á Íslandi

EIGNAMIÐLUN

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

SLÉTTUVEGUR 15

133 m²
103 Reykjavík
Verð: 64.900.00 kr.

Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9093
kjartan@eignamidlun.is





BÓKIÐ SKOÐUN

Mjög falleg og björt 4ra herbergja íbúð á 1. hæð í vönduðu og eftirsóttu fjölbýlishúsi fyrir 55 ára og eldri. Stórar samliggjandi stofur. Tvö góð svefnherbergi. Há lofthæð í íbúð. Laus stax. Mikil sameign er í húsinu, m.a. setustofa, veislusalur, sauna, snyrting, sturtur bæði fyrir konur og karla, leikfimiaðstaða með tækjum í björtu rými sem snýr í suður, verönd með heitum potti. Hárgreiðslustofa og snyrtistofa er í húsinu.

EIGNAMIÐLUN

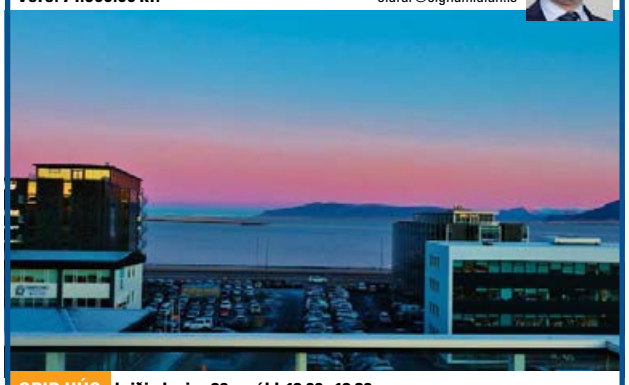
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090 WWW.EIGNAMIDLUN.IS

BORGARTÚN 28A - *ÍBÚÐ 602*

114,2 m²
105 Reykjavík
Verð: 74.900.00 kr.

Ólafur H. Guðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 663 2508
olafur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS **þriðjudaginn 26. maí kl. 12:00 - 12:30**

Útsýnisíbúð á 6.hæð, 114,2 fermetra þriggja herbergja horníbúð í nýju lyftuhúsi með stórum svölum, geymslu í kjallara og tveimur einkastæðum í bílakjallara. Íbúðin afhendist fullbúin án gólfefna, nema með flísum á baði. Alrými er einstaklega bjart og vistlegt.

EIGNAMIÐLUN

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

ÁSVALLAGATA 29

100 m²
101 Reykjavík
Verð: 57.900.000 kr.

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





OPIÐ HÚS **mánudaginn 25. maí kl. 17:00-17:30**

Mjög góð 100 fm 4ra herbergja íbúð í fallegu og mikið endurnýjuðu húsi byggt árið 1930 við Ásvallagötu í gamla vesturbænum. Góðar suður svalir frá stofu og sameiginleg timburverönd við húsið. Íbúðin skiptist í gang, tvær stofur, tvö svefnherbergi, baðherbergi og eldhús. Í kjallara er auka herbergi með aðgengi að snyrtingu og sturtu. Í kjallara er einnig sameiginlegt þvottahús og sér geymsla

EIGNAMIÐLUN

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

GERPLUSTRÆTI 21-23

Útsýnisíbúðir - 5 herbergja
270 Mosfellsbær
Verð frá 70,9 mkr.

Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096
dadi@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS **sunnudaginn 24. maí kl. 14-14.30**

Glæsilegar nýjar útsýnisíbúðir á efstu hæð í lyftuhúsnæði með bílgeymslu. Innréttingar frá GKS. Tvö baðherbergi og fjögur svefnherbergi.

EIGNAMIÐLUN

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

ÞORRASALIR 17 - *ÍBÚÐ 209*

100 m²
201 Kópavogur
Verð: 60.500.000 kr.

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





OPIÐ HÚS **sunnudaginn 24. maí kl. 13:00-13:30**

Glæsileg 4ra herbergja 124 fm útsýnisíbúð með sérinngang. Sér merkt bílastæði í bílageymslu með tengi fyrir rafmagnsbíl. Staðsetning býður upp á að stutt er í verslun, skóla, sund, útivist, golfvöll og síðast en ekki síst, er einstaklega fallegt útsýni yfir íslenska náttúru. Steinn á borðum og sólbekkjum og sér þvottahús. Endaíbúð.

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957


Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9093


Guðlaugur I. Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 864 5464


Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali


Guðmundur Sigurjónsson
Lögfræðingur, löggiltur fasteignasali


Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali, sölustjóri
Sími 899 1882


Magnea S. Sverrisdóttir
MBA, löggiltur fasteignasali
Sími 861 8511


Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali, löggiltur leigumiðlari
Sími 824 9098


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


Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096

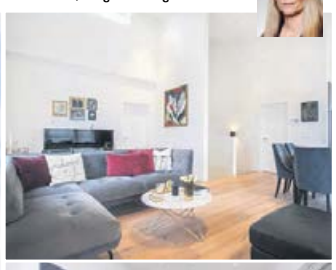

Hreiðar Levy Guðmundsson
Nemi til löggildingar fasteignasala
Sími 661 6021

BÆJARGATA 9, 209,2 m²

210 GARÐABÆ, 109.000.000 kr.


Magnea S. Sverrisdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 861 8511/magnea@eignamidlun.is









BÓKIÐ SKOÐUN

Glæsilegt og afar vel útbúið 209,2 fm endaraðhús á tveimur hæðum við Bæjargötu 9 í Urriðaholti í Garðabæ. Húsið, sem var byggt árið 2016, stendur fyrir ofan Urriðavatn á góðum útsýnisstað.

Húsið skiptist m.a. í stofu, borðstofu, eldhús, fjögur rúmgóð herbergi, fataherbergi, tvö baðherbergi og þvottahús. Innbyggður bílskúr með geymslu. Yfir 5 metra lofthæð er í húsinu. Sérsmíðaðar innréttingar. Innbyggð lýsing. Gólfhiti. Á gólfum er gegnheilt parket úr eik. Húsið er teiknað af Davíð Kr. Pitt. Innanhússarkitekt er Guðrún Atladóttir. Frábær staðsetning. Stutt í leikskóla, skóla og verslanir. Falleg útivistarsvæði í næsta nágrenni.

HRÓLFSSKÁLAMELUR 8, 155 m²

170 SELTJ.NES, 84,5 mkr.

Magnea S. Sverrisdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 861 8511/magnea@eignamidlun.is





BÓKIÐ SKOÐUN

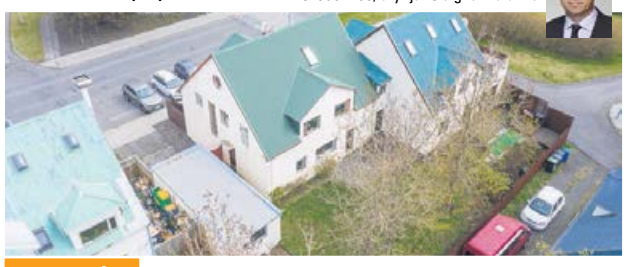
Vorum að fá í sölu glæsilega 155 fm íbúð á 1. hæð í lyftuhúsi við Hrólfsskálamel á Seltjarnarnesi. Auk þess fylgir stæði í bílageymslu. Íbúðin skiptist m.a. í rúmgóða stofu, eldhús, tvö herbergi, baðherbergi, snyrtingu og þvottahús.

ÆGISÍÐA 121, 27,2 m²

107 REYKJAVÍK, 24,9 mkr.

Brynjar Þór Sumarliðason
Lögg. fasteignasali
S. 896 1168/brynjar@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. maí kl 17:00-17:30

Tveggja herbergja risíbúð við Ægisíðu í Reykjavík. Íbúðin skiptist í stofu, eldhús, svefnherbergi og baðherbergi. Góð staðsetning þar sem stutt er í skóla og útivistarsvæði.

LANGAMÝRI 12, 303,3 m²

210 GARÐABÆR, 101 mkr.

Bjarni T. Jónsson
Lögg. fasteignasali
S. 895 9120/bjarni@eignamidlun.is





7 HERB. RAÐHÚS MEÐ AUKAÍBÚÐ - BÓKIÐ SKOÐUN

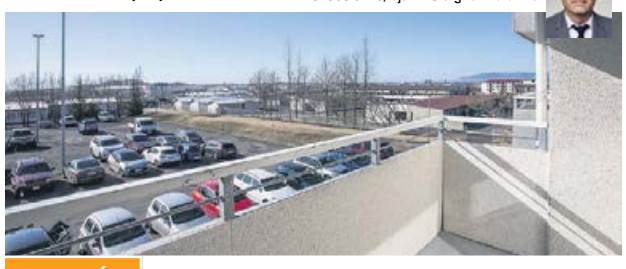
Mikið endurnýjað raðhús á góðum stað í hjarta Garðabæjar. Húsið er á þremur hæðum með innbyggðum bílskúr. Sannkallað fjölskylduhús með 4 svefnherbergjum.
Að auki er tveggja herbergja íbúð í húsinu með sérinngangi bakatil. Viðhaldslétt lóð.

MARÍUBAKKI 28, 81,5 m²

109 REYKJAVÍK, 36,9 mkr.

Bjarni T. Jónsson
Lögg. fasteignasali
S. 895 9120/bjarni@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí kl. 17:15-17:45

Mjög falleg 81,5 fm. 3ja herb. íbúð á 2. hæð í nýviðgerðu 3ja hæða sérlega vel staðsettu fjölbýlishúsi við Maríubakka 28, 109 Reykjavík. Glæsilegt útsýni. Nýir gluggar, gler og svalahurð. Nýmáluð í hvítum lit.

KAMBSVEGUR 23, 97.9 m²

104 REYKJAVÍK, 45.9 mkr.

Herdís Valb. Hölludóttir
Lögg. fasteignasali/Lögfræðingur
S. 694 6166/herdis@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí kl. 17:00- 17:30

Falleg og björt 3ja herb. íbúð með sér inngangi í barnvænu umhverfi.
Íbúðin hefur verið mikið endurnýjuð í gegnum árin m.a. eldhús, baðherbergi, gólfefni, rafmagn, gluggar og gler.

HULDUBRAUT 26, 177,2 m²

200 KÓPAVOGUR, 84,9 mkr.

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 862 1110/hrafnhildur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. maí kl. 17:30-18:00

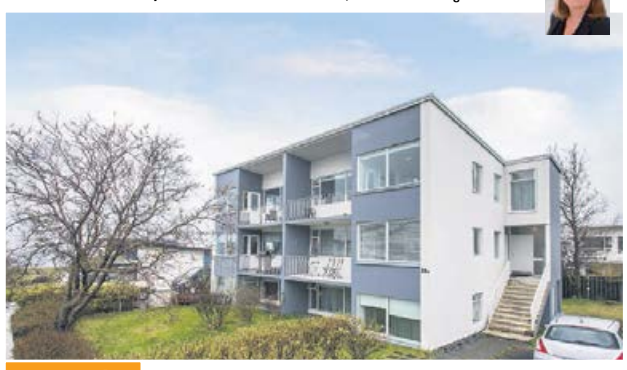
Vönduð efri sérhæð á sjávarlóð við Fossvoginn. Einstakt útsýni yfir Öskjuhlíð, Esjuna og kvöldsólarlagið. Vandaðar innréttingar og tæki og aukin lofthæð er í stofu og eldhúsi. Gólfhiti er í allri íbúðinni og henni fylgir innbyggður bílskúr.

UNNARBRAUT 28, 100,3 m²

170 SELTJ.NES 49,9 mkr.

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 862 1110/hrafnhildur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 16:00-16:30

Sjarmerandi 3ja herbergja efri hæð í 6 íbúða húsi, 3 íbúðir hvoru megin í húsinu. Sérinngangur er í íbúðina. Stórkostlegt útsýni! Sér bílastæði við húsið. Örstutt í fallegar gönguleiðir, grunnskóla og leikskóla, líkamsrækt og sund.

VESTURGATA 78, 120,7 m²

101 REYKJAVÍK, 58,9 mkr.

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 862 1110/hrafnhildur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 17:00-17:30

Stórkostlegt útsýni! Góð 3ja-4ra herbergja íbúð á 2. hæð í nýviðgerðu fjölbýli neðst á Vesturgötu, við Ánanaust. Örstutt göngufæri í líf og menningu við Grandagarð og Vesturhöfnina. Einstakt útsýni úr eldhúsi og stofu yfir sólarlagið og Snæfellsjökul. Tvennar svalir.

ÁLFHÓLSVEGUR 91, 126 m²

200 KÓPAVOGUR, 54,9 mkr.

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 862 1110/hrafnhildur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 14:00-14:30

Hlýleg 4ra herbergja neðri sérhæð í þríbýli á rólegum og skjólgóðum stað við Álfhólsveg. Sérinngangur. Þrjú svefnherbergi og möguleiki á að útbúa það fjórða úr hluta af stofu. Mikið útsýni úr stofu og eldhúsi. Sérbílastæði við húsið.

SAFAMÝRI 46 , 127,5 m²

108 REYKJAVÍK, 51,9 mkr.

Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 862 1110/hrafnhildur@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí, kl. 17:30-18:00

Afar smekklega endurnýjuð og vel skipulögð 4ra herbergja endaíbúð á 1. hæð ásamt bílskúr í sérstæðri bílskúrslengju. Á síðustu árum var eldhúsið endurnýjað og gólfefni, allar hurðir, forstofuskápur og fataskápar í tveimur svefnherbergjum. Þá var útbúinn skápur í eldhúsi fyrir þvottavél og þurrkara.



GRENSÁSVEGUR 11 — SÍMI 588 9090


Ármann Þór Gunnarsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 847 7000


Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 1110


Herdís Valb. Hölludóttir
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166


Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðinugr og löggiltur fasteignasali
Sími 895 9120


Ólafur H. Guðgeirsson
Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166


Unnar Kjartansson
Sölufulltrúi
Sími. 867 0968


Jenný Sandra Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri


Guðbjörg Matthíasdóttir
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
Sími 588 9090


Ásdís H. Júlíusdóttir
Ritari

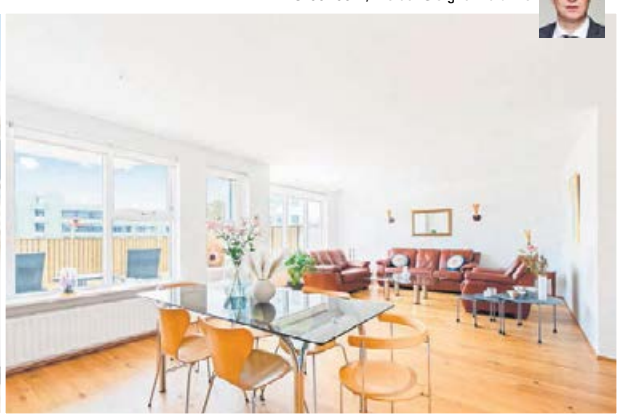

María Waltersdóttir
Móttökuritari

AFLAGRANDI 41, 199 m²
107 REYKJAVÍK, 104,9 mkr.

OPIÐ HÚS miðvikudaginn 27. maí kl. 17:00 - 18:00


Hreiðar Levy Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
S. 661 6021/hreidar@eignamidlun.is





Glæsilegt og mikið uppgert raðhús á rólegum og fjölskylduvænum stað í Vesturbæ Reykjavíkur. Húsið er staðsett neðst í botnlanga, rúmt og opið í kringum húsið. Gott skipulag, stór og björt stofa með útgengi á rúmgóðann pall til suðvesturs. 4 rúmgóð svefnherbergi. Frábær staðsetning í rólegu umhverfi með KR svæðið, leikskóla og skóla í göngufjarlægð. Frábær fjölskyldueign

SÓLTÚN 9, 102,6 m²
105 REYKJAVÍK, 55,9 mkr.


Þórarinn M. Friðgeirsson
Lögg. fasteignasali, sölustjóri
S. 899 1882/thorarinn@eignamidlun.is

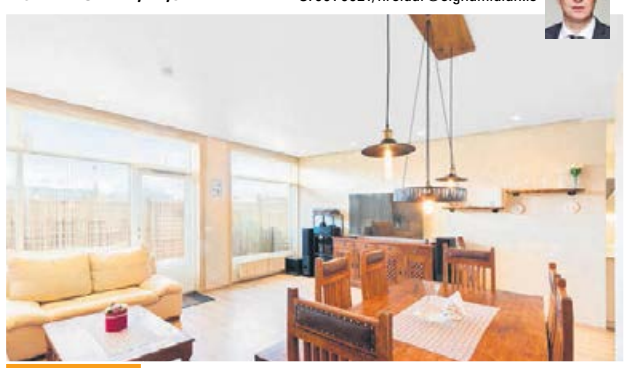


OPIÐ HÚS mánudaginn 15. maí kl. 17:00 – 17:30

3ja herb. íbúð á 4. hæð í vönduðu vel staðsettu lyftuhúsi ásamt stæði í bílageymslu. Mjög góðar innréttingar, parket og flísar á gólfum. Sérþvottahús innan íbúðarinnar. Yfirbyggðar suðursvalir. Mjög góð sameign.

HRAUNBÆR 102D
110 REYKJAVÍK, 42,9 mkr.


Hreiðar Levy Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
S. 661 6021/hreidar@eignamidlun.is



OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí kl. 17:00 - 17:45

Góð, vel skipulögð og nýlega uppgerð 3 herbergja íbúð á jarðhæð með sérinngangi og sérafnotareit til suðurs við Hraunbær 102D. Húsið hefur einnig fengið gott viðhald á síðustu árum. Aukin lofthæð er í íbúðinni og innfeld lýsing í allri íbúðinni. Sérbílastæði með tengi fyrir rafmagnsbíl.

FLÓKAGATA 54, 92,6 m²
105 REYKJAVÍK, 45,9 mkr.


Hreiðar Levy Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
S. 661 6021/hreidar@eignamidlun.is



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. maí kl. 17:00 - 17:30

Falleg og björt, 3-4 herbergja íbúð með sérinngangi í fallegu húsi við Flókagötu 54. Eignin skiptist í forstofu, 3 svefnherbergi, rúmgóða og bjarta stofu, eldhús, baðherbergi og gestasalerni. Frábær staðsetning miðsvæðis á höfuðborgarsvæðinu þar sem stutt er í alla verslun og þjónustu. Háteigsskóli og Ísaksskóli í göngufjarlægð.

SLÉTTUVEGUR 15, 133 m²
103 REYKJAVÍK, 64,9 mkr.


Kjartan Hallgeirsson
Lögg. fasteignasali
S.824 9093/kjartan@eignamidlun.is



BÓKIÐ SKOÐUN

Mjög falleg og björt 4ra herbergja íbúð á 1. hæð í vönduðu og eftirsóttu fjölbýlishúsi fyrir 55 ára og eldri. Stórar samliggjandi stofur. Tvö góð svefnherbergi. Há lofthæð í íbúð. Laus stax. Mikil sameign er í húsinu, m.a. setustofa, veislusalur, sauna, snyrting, sturtur bæði fyrir konur og karla, leikfimiaðstaða með tækjum í björtu rými sem snýr í suður, verönd með heitum potti. Hárgreiðslustofa og snyrtistofa er í húsinu.

RAUÐALÆKUR, 115,1 m²
105 REYKJAVÍK, 55,7 mkr.


Ólafur H. Guðgeirsson
Lögg. fasteignasali
S. 663 2508/olafur@eignamidlun.is

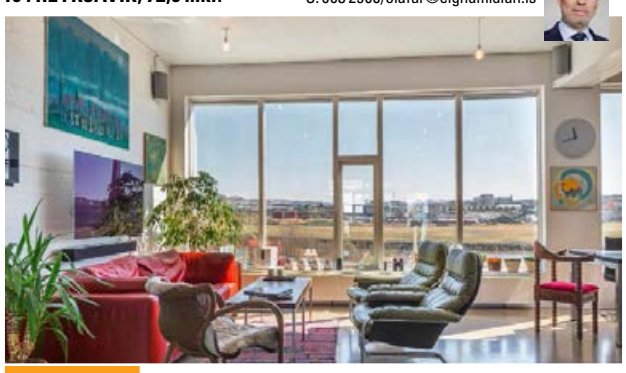


OPIÐ HÚS miðvikudaginn 27. maí kl. 17:00 - 17:30

Frábærlega staðsett sérhæð á 3.hæð á besta stað við Rauðalæk. Stórar og bjartar stofur, stórar svalir með útsýni. Rúmgott eldhús, hol með skápum og góðu plássi fyrir bókahillur og vinnuaðstöðu, þrjú svefnherbergi. Eignin hentar vel til breytinga.

SÚÐARVOGUR, 138,4 m²
104 REYKJAVÍK, 72,9 mkr.


Ólafur H. Guðgeirsson
Lögg. fasteignasali
S. 663 2508/olafur@eignamidlun.is



OPIÐ HÚS miðvikudaginn 27. maí kl. 18:00 - 18:30

Glæsileg íbúð á efstu hæð iðnaðarhúsnæðis, sérlega smekklega innréttuð og frágengin með vönduðum tækjum og fallegum innréttingum. Glæsilegt útsýni yfir Geirsnef, Elliðavog og til Esjunnar. Sérstök og smekkleg eign sem vert er að skoða.

LUNDARBREKKA 10, 88 m²
200 KÓPAVOGUR, 38,9 mkr.


Þórarinn M. Friðgeirsson
Lögg. fasteignasali, sölustjóri
S. 899 1882/thorarinn@eignamidlun.is



3 herb. íbúð á 4.hæð í mjög góðu mikið endurnýjuðu fjölbýli á frábærum stað í Kópavogi. Sérinngangur af svalagangi. Tvö svefnherbergi, rúmgóð stofa, suðursvalir. Íbúðin er ný máluð og búið að skipta um rofa og tengla í raflögnum. Mjög gott útsýni. Til afhendingar við kaupsamning.

ÖLDUGRANDI 9 - *ÍBÚÐ 103*, 67,8 m²
107 REYKJAVÍK, 37.9 mkr.


Ólafur H. Guðgeirsson
Lögg. fasteignasali
S. 663 2508/olafur@eignamidlun.is



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. maí kl. 17:00 - 17:30

Vel hönnuð tveggja herbergja íbúð á jarðhæð, með stæði í bílakjallara. Björt stofa, rúmgott hálfopið eldhús, útgengi beint út í garð. Sérinngangur og sérafnotaflötur við inngang. Eignin er mjög vel staðsett nærri verslunum og þjónustu, og stutt í gönguleiðir og útvist.

MELÁS 3, 234,2 m²
220 GARÐABÆR, 81,9 mkr.


Þórarinn M. Friðgeirsson
Lögg. fasteignasali, sölustjóri
S. 899 1882/thorarinn@eignamidlun.is



BÓKIÐ SKOÐUN

Efri hæð í tvíbýlishúsi á mjög góðum stað í Garðabæ í botnlanga. Eignin er skráð 234,2 fm og þar af er innbyggður bílskúr 29,9 fm. 4 svefnherbergi og 3 stofur. Gegnheilt parket og arinn. Suðvestursvalir.

NÖKKVAVOGUR 18, 221,6 m²
104 REYKJAVÍK, 79,9 mkr.


Þórarinn M. Friðgeirsson
Lögg. fasteignasali, sölustjóri
S. 899 1882/thorarinn@eignamidlun.is



Talsvert endurnýjað parhús á einstaklega góðum stað í Vogunum með bílskúr. Eignin hefur verið talsvert endurnýjuð á síðustu árum m.a hluti af gluggum og gleri, gólfefnum, innihurðum og innréttingum, raflagnir endurnýjaðar að hluta með flottri lýsingu í loftum rishæðar, endurn rafmagnstafla.



FREKARI UPPLÝSINGAR

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

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

Herdís Valb. Hölludóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 694 6166

Hrafnhildur B. Baldursdóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 1110

URRIÐAHOLTSSTRÆTI 14-20

OPIÐ HÚS LAUGARDAG KL. 13-14

NÝTT Í SÖLU

Vandaðar og vel skipulagðar íbúðir í tveimur húsum með sameiginlegum bílakjallara. Stæði í bílageymslu fylgir flestum íbúðum. Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna.

Afhending íbúða júní 2020

Stærðir frá 56 - 241 fm

Verð frá 37,9 - 135 mkr.









NÝJAR ÍBÚÐIR KOMNAR Í SÖLU

SJÓNARVEGUR 1-3 | URRIÐAHOLTI210 GARÐABÆ

VERÐ FRÁ **47,5** mkr.

OPIÐ HÚS



- KVARSTSTEINN ER Á BORÐUM
- INNBYGGÐUR ÍSSKÁPUR OG UPPÞVOTTAVÉL







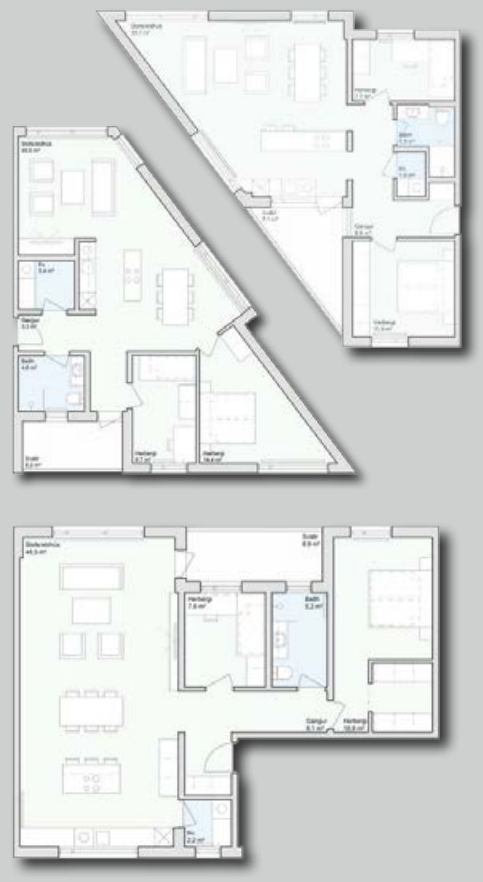
OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 23. MAÍ KL.13.00-14.00 Í SJÓNARVEGI 1-3

Stærð frá: 91,7 m² | **Verð frá:** 47.500.000 kr.

Glæsilegar 3ja herbergja íbúðir á fallegum útsýnisstað efst í Urriðaholtinu. Um er að ræða 10 íbúða steinsteypt hús á fjórum hæðum, eingangrað að utan og klætt með álklæðningu með bílageymslu á 1. hæð fyrir 6 bíla.

- Öll innanhúsráðgjöf í höndum HAF studio.
- Allar innréttingar eru frá HTH. Fataskápar hvítlakkaðir en innréttingar á baði og eldhúsi grálakkaðar.
- Ljós kvarststeinn er á borðum eldhús og baðherbergis.
- Heimilistæki eru frá AEG.
- Íbúðirnar eru afhentar fullbúnar án gólfefna, þó með flísalögðu votrýmum.
- **Innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir öllum íbúðum!**

DÆMI UM ÍBÚÐIR





Dórothea
Fasteignasali
898 3326



Hafliði
Fasteignasali
846 4960



Sigurður
Fasteignasali
898 6106



Hafdís
Fasteignasali
820 2222

FASTEIGNASALAN TORG

Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

FASTEIGNASALAN
TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

520 9595

Fasteignasalan TORG Garðatorgi 5 210 Garðabær www.fstorg.is

kraftur • traust • árangur


Hafdís Fasteignasali 820 2222


Sigurður Fasteignasali 898 6106


Dórothea Fasteignasali 898 3326


Þorsteinn Fasteignasali 694 4700


Jóhanna Kristín Fasteignasali 837 8889


Árni Ólafur Fasteignasali 893 4416


Berglind Fasteignasali 694 4000


Jón Gunnar Fasteignasali 848 7099

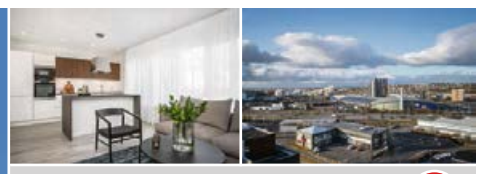

Darri Örn Sölufulltrúi 767 0000

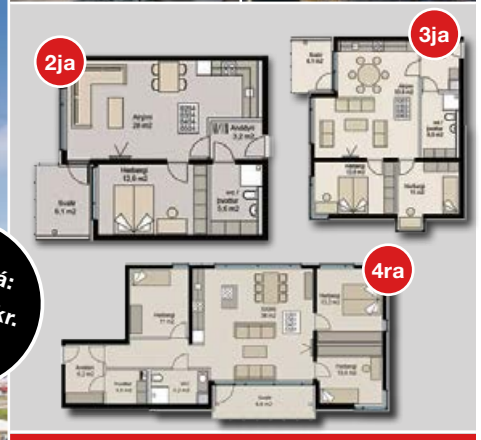
NÝJAR ÍBÚÐIR
BÆJARLIND 5
201 KÓPAVOGI

OPIÐ HÚS

Verð frá: 43.9mkr. Tilbúnar til afhendingar







OPIÐ HÚS
sunnud. 24. maí kl.13:00-13:30

GLÆSILEGT OG VANDAÐ 11 HÆÐA HÚS!
ÚTSÝNIS ÍBÚÐIR

- Glæsilegar og einstaklega vandaðar 2ja -4ra herb. íbúðir
- Allar svalir með svalalokum
- Vandaðar ítalskar innréttingar frá Parka
- Innbyggður ísskápur, uppþvottavél og spanhelluborð.
- Stæði í bílageymslu fylgir öllum íbúðum nema 2ja herbergja.
- Húsið er komið á byggingastig 7, með lokaúttket.
- Verð frá 43.400.000

Þorsteinn *Fasteignasali* **694 4700**

Berglind *Fasteignasali* **694 4000**

Lyngás 1 E-F-G-H
210 Gbæ — **Verð: 48.9 -59.9 mkr.**



OPIÐ HÚS Sunnudaginn 24.maí kl.14:00-14:30
Móttaka í Lyngás 1e, íbúð 305

Herb: 3-4 | **Stærð: 83 – 125 m²** | Bílakjallari





ÍBÚÐIR TILBÚNAR TIL AFHENDINGAR VIÐ KAUPSAMNING

Dæmi um íbúð: Lyngás 1E, *íbúð 306*
Herbergi: 4 Geymsla: 8,3 m²
Stærð: 98,5 m² Bílageymsla
Verð: 53.900.000

Frábærlega staðsett nýtt fjölbýli miðsvæðis í Garðabæ steinsnar frá skólum, íþróttamiðstöð og sundlaug.

Um er að ræða vel skipulagðar 3-4 herbergja íbúðir með vönduðum innréttingum frá AXIS innréttingasmiðju. Allar íbúðir eru tilbúnar til afhendingar.

Stæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum. Glæsilegur skjólgóður garður verður á milli húsanna. Einstaklega barnvænt umhverfi.





VÖRÐULEITI 1, *ÍBÚÐ 302*
Herb. 3ja
Stærð: 105,4 m²
Bílastæði í bílakjallara
Verð: 67.900.000

KYNNING sun. 24 maí kl. 13:00-14:00 í sýningarsal að ***Efstaleiti 27***

EFSTALEITI - LÁGALEITI - VÖRÐULEITI
SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!

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

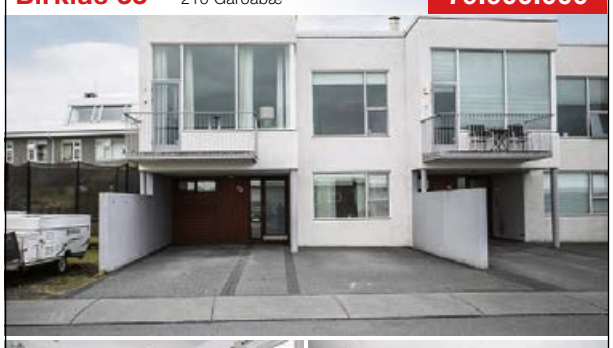
SÝNUM DAGLEGA HRINGIÐ Í SÖLUMENN. Glæsilegur sýningarsalur þar sem þú getur skoðað nánar teikningar, innréttingar, skilalýsingu og kynnst hverfinu, og rætt við fasteignasala og fundið réttu íbúðina.

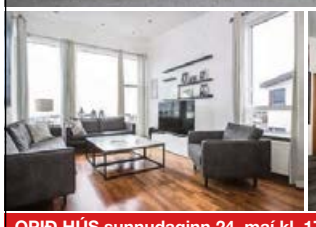
Í Efstaleitinu rís nútímalegt íbúðahverfi á einum besta stað í borginni. Sannkallað miðbogar hverfi í göngufæri við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði. Íbúðirnar eru glæsilega innréttaðar. Rut Kára innanhússarkitekt sá um efnis- og litaval á innréttingum og flísum.

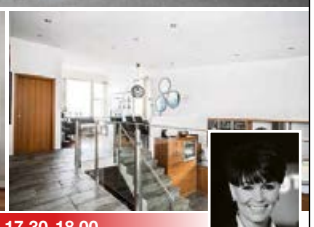




Birkiás 33
210 Garðabæ — **79.900.000**







OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 17.30-18.00
Herbergi: 5 **Stærð:** 151,1 m²

Fallegt og vel skipulagt fimm herbergja endaraðhús á pöllum í Ásahverfinu í Garðabæ. Um er að ræða eign sem er skráð 151,1fm.

Eignin skiptist í forstofu, tvö baðherbergi, þvottaherbergi, þrjú svefnherbergi (hægt að bæta við fjórða) rúmgott eldhús og bjarta stofu með mikilli lofthæð. Gróinn garður, hellulögð verönd og hellulagt bílaplan fyrir framan húsið. Stutt í leik- og grunnskóla

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

Melhagi 6
107 Reykjavík — **37.800.000**



OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 16:00-16:30
Herbergi: 2 **Stærð:** 69,8 m²

FALLEG OG BJÖRT 2JA HERBERGJA ÍBÚÐ Á Í KJALLARA Á FRÁBÆRUM STAÐ Í VESTURBÆNUM RÉTT VIÐ SUNDLAUG VESTURBÆJAR, CAFÉ VEST OG MELABÚÐINA. Upprunalegt eldhús, endurnýjað baðherbergi og rúmgóð stofa og svefnherbergi. Parket á gólfum nema á eldhúsi og baði.
Upplýsingar veitir Jóhanna Kristín fasteignasali í gsm: 837 8889

Ástún 2
103 Reykjavík — **39.900.000**



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 26. maí kl. 17.30-18.00
Herbergi: 2 **Stærð:** 76,7 m²

Björt og falleg 3ja herb. íbúð á 4.hæð í góðu fjölbýlishúsi á þessum eftirsótta stað. Eignin er skráð 79,4fm og að auki er geymsla í sameign er ekki inni í skráðum fermetrum. Eignin var mikið uppgerð að innan 2011 og nýlega var þak, þakkantur og allir gluggar endurnýjaðir þar sem þurfti og húsið málað að utan. Frábær staðsetning, miðsvæðis í Kópavogi. **Uppl. veitir Hafdís fasteignasali í gsm:** 820 2222

VIÐ VEITUM TOPP ÞJÓNUSTU


Sigríður Fasteignasali 699 4610


Helgi Fasteignasali 780 2700


Hrönn Fasteignasali 692 3344


Hólmgeir Lögmaður 520 9595


Þóra Fasteignasali 822 2225

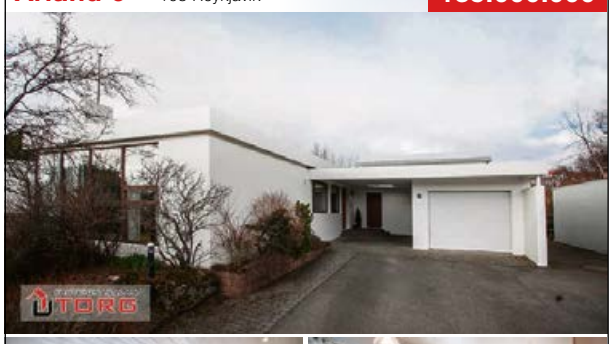

Þorgeir Fasteignasali 696 6580


Lilja Fasteignasali 663 0464


Hafliði Fasteignasali 846 4960


Ragnar Aðst.maður fasteignasala 844 6516

Árland 6 108 Reykjavík — 135.000.000







OPIÐ HÚS sunnudaginn 24. maí kl. 16.00-16.30

Herbergi: 7 **Stærð:** 262,1 m²

Mjög vel staðsett einbýlishús á einni hæð neðarlega í Fossvogi. Eignin er skráð 262,1 fm og að auki er 31fm sólskáli samtals því 300fm. Húsið er teiknað af Gunnari Hanson arkitekt. Gólfsíðir gluggar, stórar og bjartar stofur, fallegur arinn, þrjú salerni og fjögur svefnherbergi.
Garðurinn er gróinn og skjólgóður með verönd og heitum potti. Húsið stendur við óbyggt svæði að hluta og örstutt er út í fallegar gönguleiðir í Fossvoginum.

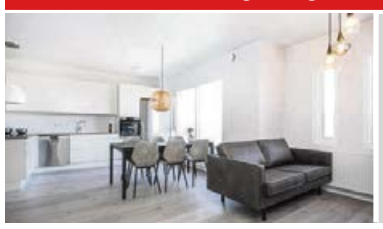
Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

NÝTT Í SÖLU



URRIÐAHOLTSSTRÆTI 14-20

OPIÐ HÚS laugardaginn 23. maí kl. 14:00-15:00





Nýtt í sölu

Vandaðar og vel skipulagðar íbúðir í tveimur húsum með sameiginlegum bílakjallara. Stæði í bílageymslu fylgir flestum íbúðum. Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna.

Afhending íbúða júní 2020

Stærðir frá 56 - 241 m²	Verð frá 37,9 - 135 mkr.

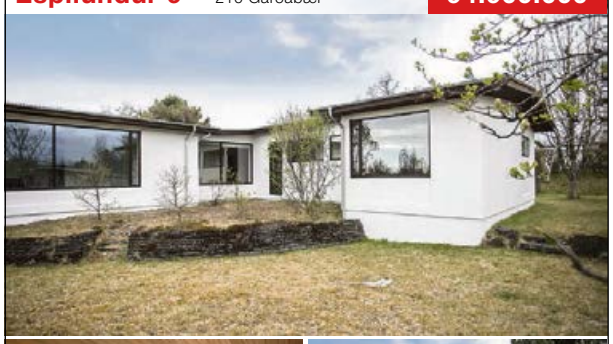


Berglind fasteignasali 694 4000

Þorsteinn fasteignasali 694 4700



Espilundur 9 210 Garðabær — 94.900.000







OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí kl. 17.00-17.30

Herbergi: 7 **Stærð:** 300,9 m²

Einbýlishús ásamt sérstæðum bílskúr á þessum eftirsótta stað í Garðabæ. Eignin er skráð skv f.m.r.300,9 fm og þar af er bílskúrinn 51,8fm. Húsið er nýmálað að utan en að mestu upprunalegt að innan. Eignin skiptist í forstofu, hol, stofu, borðstofu, eldhús, gestasalerni, aðalbaðherbergi, þvottahús og 5 svefnherbergi á efri hæð, á neðri hæð er geymsla og tvö stór rými tilvalin sem sjónvarpsherbergi eða hobbýherbergi. Útisvæði við húsið er skjólsælt og garður rúmgóður. Mjög vel staðsett í götunni.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

Jaðarleiti 8 103 Reykjavík — 47.900.000



OPIÐ HÚS mánudaginn 25. maí kl. 17.30-18.00

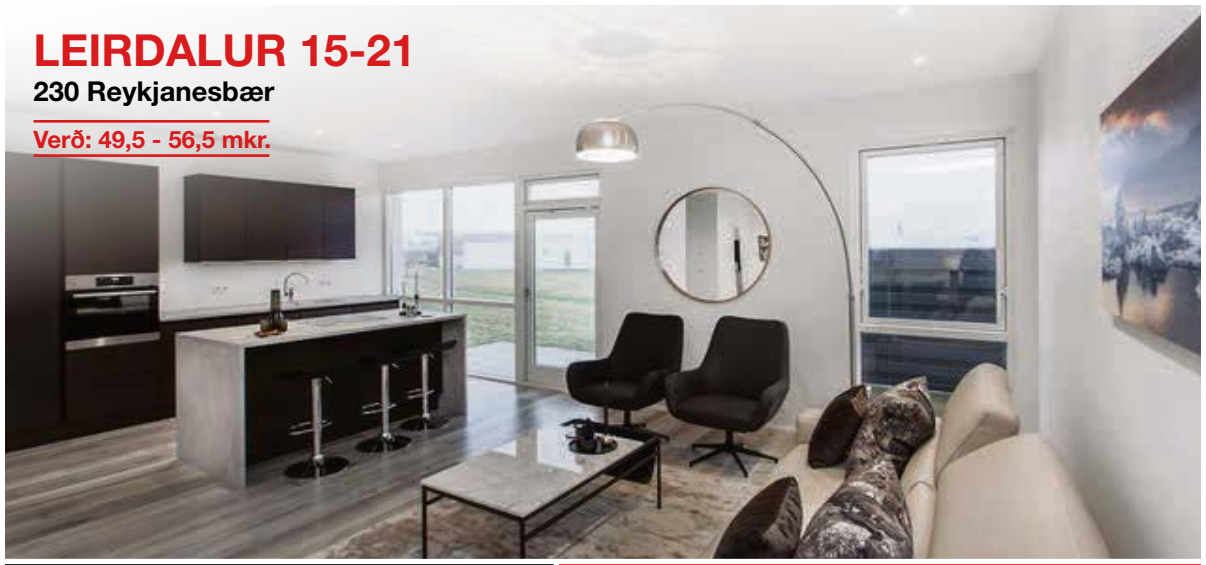
Herbergi: 2 **Stærð:** 76,7 m²

Glæsileg og björt útsýnisíbúð á þessum eftirsótta stað miðsvæðis í Höfuðborginni. Um er að ræða 2ja herb íbúð á 2.hæð við Jaðarleiti 8. Íbúðin er endaíbúð með yfirbyggðum suðursvölum og gluggum í 3 áttir, glæsilegt útsýni. Innréttingar eru samrýmdar og bæði ísskápur og uppþvottavél fylgir með, gólfhiti er í eigninni. Eignin er laus til afhendingar við kaupsamning. **Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm:** 820 2222

LEIRDALUR 15-21

230 Reykjanesbær

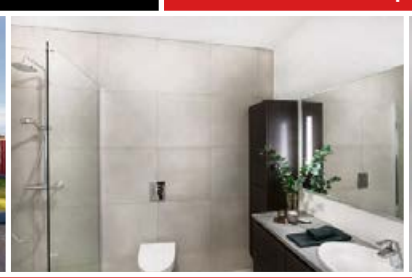
Verð: 49,5 - 56,5 mkr.

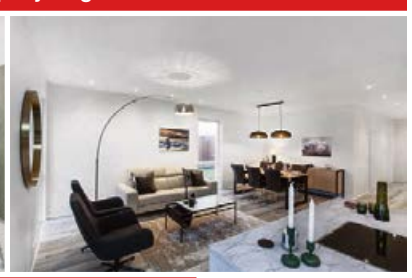


Stærð íbúða: 109,5 m² | **Stærð bílskúrs: 30 m²**

OPIÐ HÚS þriðjudaginn 25. maí kl. 18:00 - 18:30







- Sérinngangur
- Hiti í gólfum
- Skilast fullbúnar
- Innfelld lýsing
- Ísskápur og uppþvottavél fylgir
- Góð staðsetning

Glæsilegar fjögurra herbergja sérhæðir með palli út af stofu eða tvennum svölum í vönduðum viðhaldslitlum húsum við Leirdal í Reykjanesbæ. Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum og fást afhentar við kaupsamning. Íbúðirnar eru skráðar 109,5 fm og möguleiki á að kaupa 30fm bílskúr. Hiti er í öllum gólfum, innfelldar lýsingar, vandaðar innréttingar og tæki frá AEG, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir.Hreinlætistæki frá Laufen og blöndunartæki frá Grohe.

Sérinngangur og hiti í gönguleiðum í plani. Fallegur frágangur á lóð. Bílskúr skilast fullbúinn með flísum á góflum og ræstivask, bílskúrhurð með sjálfvirkri hurðaopnun ásamt sérstakri gönguhurð. Tvö bílastæði á lóð fylgja hverri eign.



Hrönn fasteignasali gsm: 692 3344

NÝBYGGINGAR

Elliðabraut
Norðlingaholti
110 Reykjavík

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali





Herbergi: 2ja-5 | Stærðir: 53 - 165 m²

OPIÐ HÚS UM HELGINA





OPIÐ HÚS: laugardaginn 23.maí kl.13:00-14:00 og sunnudaginn 24.maí kl.16:00-17:00

HAFÐU SAMBAND og við sendum þér upplýsingabækling með skilalýsingu, teikningum, stærðum og verðlista íbúða.

Glæsilegar 2-5 herb íbúðir í vinsælu hverfi þar sem stutt er í skóla, leikskóla og fallegar gönguleiðir um óspillta náttúru. Svalalokun með völdum íbúðum og afgirt timburverönd á jarðhæðum. Stæði í lokaðri bílgeymslu fylgir 3-5 herb íbúðum.

ALLAR NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA:
Þóra Þrastardóttir lögg.fasteignasali, sími 822-2225 eða á thora@fstorg.is
Helgi Jónsson fasteignasali í síma : 780-2700 eða á helgi@fstorg.is

Þóra
fasteignasali
gsm: **822 2225**
thora@fstorg.is



Helgi
fasteignasali
gsm: **780 2700**
helgi@fstorg.is



102 REYKJAVÍK.IS

Smyrilshlíð 3-5 | Valshlíð 2, 4, 6 og 8 | Fálkahlíð 2-4 | Haukahlíð 1

- Öllum íbúðum fylgir uppþvottvél og ísskápur
- Sælureitur þar sem borgarlífið og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri

NÝTT Í SÖLU
Verð frá:
33.5 mkr.



OPIÐ HÚS

Sun. 24 maí kl.14:30 – 15:30 | **Þri.** 26. maí og **fim.** 28.maí kl.12:00-13:00

Sýningaribúð að Falkahlíð 2 íbúð 203

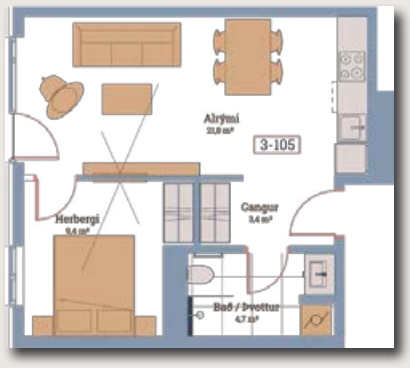
NÝR ÁFANGI KOMINN Í SÖLU!

HAUKAHLÍÐ 1 OG VALSHLÍÐ 2

Mikið úrval af eignum!

Haukahlíð 1 - *íbúð 105*
Herbergi: 2ja
Verð: 37.900.000 kr.
Stærð: 52 fm.

Franskar svalir í vestur
Stæði í bílakjallara.



Valshlíð 2 - *íbúð 401*
Verð: 74.000.000 kr.
Stærð: 118,9 m²

2 baðherbergi, þvotta-herbergi, 3-4 svefnherbergi, með suðursvalir og stæði í bílakjallara



Nýr áfangi í sölu! Haukahlíð 1 og Valshlíð 2. Nú er kominn nýr áfangi í þessu vinsælu nýbyggingu, **yfir 90 íbúðir seldar!**

Áætl. afhendingar á íbúðum í Haukahlíð 1 og Valshlíð 2 eru Jan/feb 2021.

Mikið úrval af íbúðum, allt frá 2ja herb íbúðum upp í 5 herb. flestar með stæði í bílageymslu og nokkrar með bílskúr.



TILBÚNAR TIL AFHENDINGAR

Fálkahlíð 4 - *íbúð106*
Verð kr. 33.900.000

Studíó íbúð með afstúkaðri svefnaðstöðu, alls 41,5fm, auk sérafnotareit inn í garð, til vesturs.

Tilbúin til afhendingar!





Valshlíð 8 - *íbúð 501*
Verð kr. 69.900.000

4ra herb. íbúð með tvennar svalir til austurs og til vesturs, alls 110,1fm og stæði í bílakjallara.

Afhending íbúðar við undirritun kaupsamnings!




Sigurður Fasteignasali 898 6106


Hafdís Fasteignasali 820 2222


Jóhanna Kristín Fasteignasali 837 8889


Hrönn Fasteignasali 692 3344


Helgi Fasteignasali 780 2700


Hafliði Fasteignasali 846 4960


Dórothea Fasteignasali 898 3326


Ragnar Aðst.maður fasteignasala 844 6516


Darri Örn Aðst.maður fasteignasala 767 0000

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

LIND FASTEIGNASALA

510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is



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

BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA 822-2123





Álalind 4

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 114,7 fm FJÖLBÝLI HERB: 3

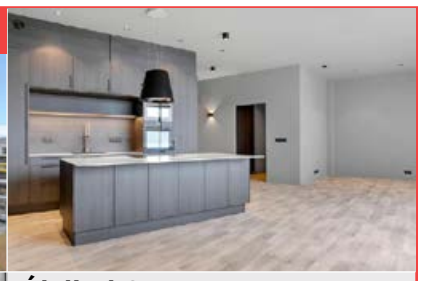
Glæsilega íbúð á sjöttu og efstu hæð með þriggja metra lofthæð, þaksvölum og fallegu útsýni í nýju og vönduðu fjölbýlishúsi. Sérsmíðaðar innréttingar, steinplötur á borðum, handunnið fristandandi baðkar.

Heyrumst
Helga › 822 2123
Löggiltur fasteignasali

71.900.000 kr.

BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA 822-2123







Álalind 6

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 130,1 fm FJÖLBÝLI HERB: 3

Glæsilega íbúð á sjöttu og efstu hæð með þriggja metra lofthæð, þaksvölum og fallegu útsýni í nýju og vönduðu fjölbýlishúsi. Sérsmíðaðar innréttingar, steinplötur á borðum, handunnið fristandandi baðkar.

Heyrumst
Helga › 822 2123
Löggiltur fasteignasali

82.900.000 kr.







Gíslholtsvatn, Breiðavík

851 HELLA

STÆRÐ: 48 fm SUMARHÚS HERB: 3

Fallegt heilsárshús, mikil skógrækt um þessa 25 húsa byggð, leiksvæði, aðgangur að vatni með veiði. Hitaveita. Verönd með heitum potti og útisturtu. Undir verönd er sturta, sauna og geymslu aðstaða. Læst hlið.

Heyrumst
Albert › 821 0626
Löggiltur fasteignasali

23.900.000 kr.







Mánatún 1

105 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 77,2 fm FJÖLBÝLI HERB: 2

Virkilega falleg og vel skipulögð íbúð á 5 hæð ásamt stæði í bílakjallara í nýlegri lyftublokk á frábærum stað miðsvæðis í Reykjavík. Útgengi frá stofu út á rúmgóðar svalir til suð-vesturs með fallegu útsýni.

Heyrumst
Helga › 822 2123
Löggiltur fasteignasali

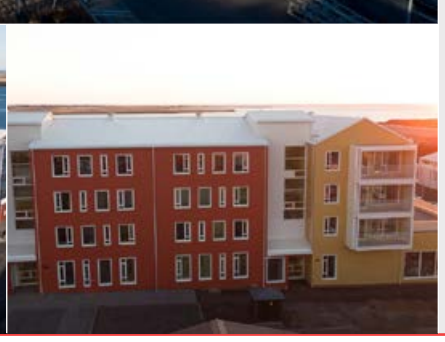
49.900.000 kr.

SÖLUSÝNING › Mánudaginn 25. maí 17:30 – 18:30









Hafnarbraut 13-15

200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 46-175 fm FJÖLBÝLI HERB: 1-5

LIND fasteignasala kynnir:

Fullbúin sýningaríbúð.

Byrjað að afhenda íbúðir.

Nýjar og glæsilegar íbúðir í mjög vönduðu fjölbýlishúsi á besta stað á Kársnesi. Íbúðirnar afhendast fullbúnar (án gólfefna) með innbyggðum ísskáp og uppþvottavél. Bílastæði í upphituðum bílakjallara fylgir öllum íbúðum nema tveimur. Lyfta fer alla leið niður í bílakjallara. Gólfhiti á baðherbergjum. Húsið er klætt að utan og ál-tré gluggar og því viðhaldslítið og allir innveggir hlaðnir. Rafmagnstengill fylgir hverju stæði í bílakjallara.

Verð frá 33.900.000 kr.



Heyrumst
Magnús Már Lúðvíksson
Löggiltur fasteignasali
› 699 2010
› magnus@fastlind.is



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

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

LIND
FASTEIGNASALA

510 7900

Hlíðasmári 6 201 Kópavogur www.FASTLIND.is



VIÐ KYNNUM

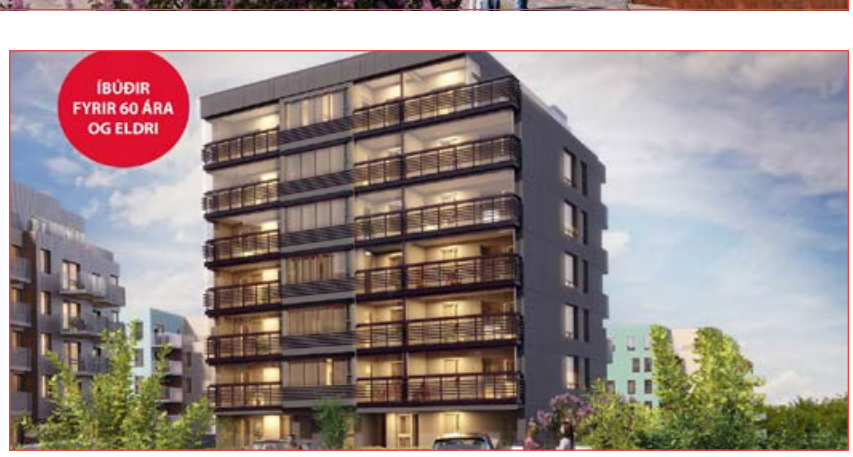
Sunnusmári 19-25

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

Sunnusmári 19 – 21
Íbúðirnar eru frá 47 fm og uppí 130,4 fm. Allt frá tveggja til fjögurra herbergja íbúðir.
Verð frá: 34.900.000 kr.-

Sunnusmári 23
Íbúðirnar eru frá 45,2 fm og uppí 129,9 fm. Allt frá stúdíó íbúðum til fjögurra herbergja íbúðir.
Verð frá: 33.400.000 kr.-

Sunnusmári 25 – Íbúðir fyrir 60 ára og eldri.
Íbúðirnar eru frá 59,3 fm og uppí 129.3 fm. Allt frá tveggja til fjögurra herbergja íbúðir. Allar íbúðir afhendast með svalalokun.
Verð frá: 41.900.000 kr.-





OPIÐ HÚS

Laugardaginn 23. maí **frá kl. 14:00-14:30**
og sunnudaginn 24. maí **frá kl. 14:00-14:30**

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA



Diðrik Stefánsson
Lögg. fasteignasali
647 8052
› diddi@fastlind.is



Kristján Þ. Hauksson
Lögg. fasteignasali
696 1122
› kristjan@fastlind.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

OPIÐ HÚS

NÝTT Í SÖLU
SÍÐUMÚLI 39



Glæsilegar íbúðir í vönduðu fimm hæða lyftuhúsi við Síðumúla 39

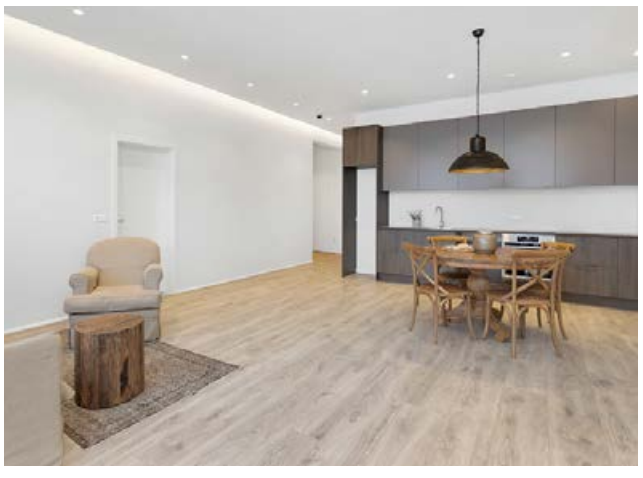
OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 23. MAÍ KL. 14:00-15:00
OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 24. MAÍ KL. 15:00-16:00











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

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

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

Aðalhönnuður hússins er Jakob Líndal á Alarkt arkitektar.

2ja og 3ja herbergja íbúðir
Verð 37,5 - 54,9 millj.



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



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



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

TRAUSTI fasteignasala

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



Ingólfur Ingvarsson
Lögg. fasteignasali
588-3300/893-7806
ingolfur@midbaer.is



Sigfús Aðalsteinsson
Lögg. fasteignasali
5883-300/898-9979
sigfus@midbaer.is



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

Heimasíða verkefnisins: SIDUMULI.IS



Kristján
Hdl., Lögg. fasteignasali
S: 867-3040



Guðbjörg G.
Lögg. fasteignasali
S: 899-5949



Garðar B.
Lögg. fasteignasali
S: 898-0255



Sólveig
Lögg. fasteignasali
S: 869-4879



Garðar Hólm
Lögg. fasteignasali
S: 899-8811



Guðlaug
Lögg. fasteignasali
S: 661-2363



Matthías
Aðstoðarmaður fasteignasala
S: 899-7770



Garðar K.
Aðstoðarmaður fasteignasala
S: 853-9779



Styrmir
Lögg. fasteignasali
S: 846-6568



Jóna Benný
Lögg. fasteignasali
S: 869-8650



Gunnar
Lögg. fasteignasali
S: 692-6226



Einar Örn
Í námi til löggildingar fasteignas.
S: 823-4969



Kristín María
Lögfræðingur
S: 837-1177



Nanna Dröfn
Lögg. fasteignasali
S: 694-2494



Diana Arnfjörð
Aðstoðarmaður fasteignasala
S: 895-9989



Ragnheiður
Móttaka
S: 788-3069



Bára
Skrifstofustjóri
S: 693-1837

TRAUSTI
fasteignasala

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

VIÐ ERUM TRAUSTI

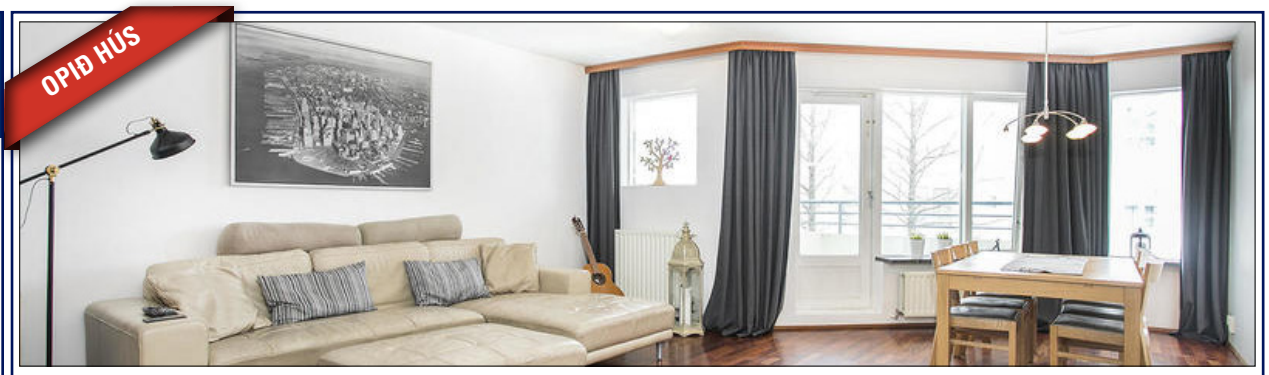
TRAUSTI BÝÐUR VELKOMNA TIL STARFA



Guðlaug Jóna Matthíasdóttir
Löggilltur fasteignasali

Guðlaug er frábær viðbót í Trausta teymið og bætist í hóp flottra fasteignasala hjá Trausta fasteignasölu.

OPIÐ HÚS



Berjarimi 6 - 112 Reykjavík
OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 27.MAÍ KL. 17:00 - 17:30

Rúmgóð og björt 4ra herbergja 144 fm. íbúð á 2. hæð auk bílastæðis í bílakjallara við Berjarima í Grafarvogi. Þvottahús er innan íbúðarinnar. Þrjú rúmgóð herbergi. Í sameign hússins er hjóla- og vagnageymsla. Öll sameign er mjög snyrtileg. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040, kristjan@trausti.is
Verð: 47,9 millj.

BÓKIÐ SKOÐUN



Fiskislóð 31 - 101 Reykjavík
BÓKIÐ SKOÐUN

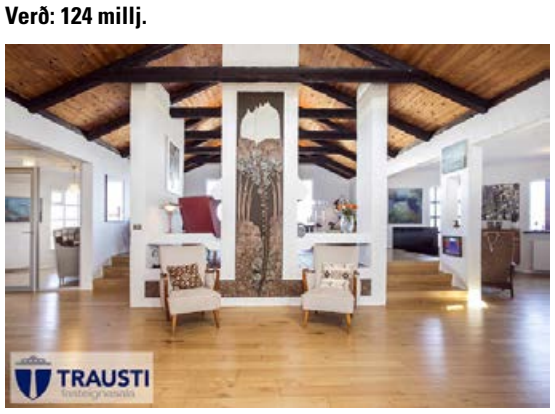
Frábær verslunar-/atvinnuhúsnæði á Granda í Reykjavík. Bil skiptast í atvinnuhúsnæði á 1. hæð frá 90,3 - 153,2 fm. með möguleika á ýmiskonar rekstri og innkeyrsluhurð. Á 2. hæð eru glæsileg skrifstofurými frá 92,3 - 173,5 fm. með frábæru útsýni og svölum. Verðbil frá 31.900.000 - 65.500.000 kr. Nánari uppl. veitir Garðar Hólm s: 899-8811, gh@trausti.is
Verð: 31,9 - 65,5 millj.

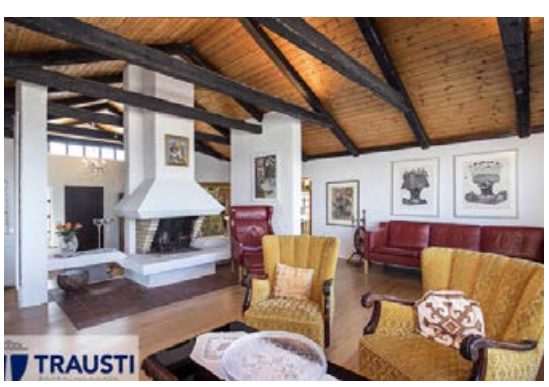
BÓKIÐ SKOÐUN



Sævargarðar 2 - 170 Seltjarnarnes
BÓKIÐ SKOÐUN

Trausti fasteignasala og Garðar Hólm kynna:
Glæsilegt einbýlishús á einni hæð með tvöföldum bílskúr. Einstakt hús á eftirsóttum útsýnisstað. Húsið er staðsett á 1.501 fm eignarlóð með óhindruðu útsýni yfir Faxaflóann frá Snæfellsnesi til Skálafells. Hús og innréttingar eru teiknaðar af Vífli Magnússyni arkitekt og hefur húsið verið endurnýjað að miklu leyti á síðustu 3 árum.
Nánari uppl. veitir Garðar Hólm s: 899-8811, gh@trausti.is
Verð: 124 millj.







TRAUSTI
fasteignasala

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

VIÐ ERUM TRAUSTI


Kristján
hdl., Lögg. fasteignasali


Guðbjörg G.
Lögg. fasteignasali


Garðar B.
Lögg. fasteignasali


Garðar Hólm
Lögg. fasteignasali


Sólveig
Lögg. fasteignasali


Guðlaug
Lögg. fasteignasali

Nýjar og glæsilegar sérhæðir við Ástu-Sólliljugötu 2-12



Opið hús þriðjudaginn 26. maí kl. 17:45-18:30

Verð: 74,8 millj.







Staðsetning eins og best verður á kosið þar sem stutt er í alla helstu þjónustu.

- Stærð 169,8fm
- 5 herbergja efri sérhæðir
- Bílskúr með 4,7metra lofth. möguleiki á að útbúa 50fm séríbúð eða vinnustofu
- Rúmgóðar 15fm svalir í suður
- Frábært útsýni
- Sérinngangur
- Góð staðsetning
- Skóli í 200 metra fjarlægð
- Fullbúnar með lóðarfrágangi, hitalögn í öllum bílastæðum
- Vandaðar sérsmíðaðar innréttingar



Nánari upplýsingar veita:


Garðar B.
Sími 898-0255


Kristján
Sími 867-3040



Garðar
Aðstoðarm. fasteignas.



Styrmir
Lögg. fasteignasali



Jóna
Lögg. fasteignasali



Gunnar
Lögg. fasteignasali



Einar Örn
Í námi til löggildingar fasteignas.



Kristín María
Lögfræðingur



Matthías
Aðstoðarm. fasteignas.



Nanna Dröfn
Lögg. fasteignasali



Díana Arnfjörð
Aðstoðarm. fasteignas.



Ragnheiður
Móttaka



Bára
Skrifstofustjóri



Ástu-Sólliljugata 1
270 Mosfellsbær

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 26.MAÍ KL. 17:30 - 18:00
Einstaklega rúmgóð og glæsileg 156 fm. 4-5 herbergja efri sérhæð í nýlegu tvíbýlishúsi með sérinngangi og auka lofthæð á góðum stað við Ástu-Sólliljugötu í Mosfellsbæ. Öll herbergi hæðarinnar eru rúmgóð. Flutt var inn í eignina haustið 2013 og eru upprunalegir eigendur. Parket var endurnýjað fyrir 3 árum og er frá Birgisson. Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949, gudbjorg@trausti.is
Verð: 73,9 millj.



Sóltún 30
105 Reykjavík

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 24.MAÍ KL. 14:00 - 14:30
Vel skipulögð og falleg 5 herbergja 108,3 fm endaíbúð með suðursvölum á 6. (efstu) hæð við Sóltún 30, Reykjavík. Sameiginlegt þvottaherbergi fyrir 6. hæð á stigagangi, sérgeymsla í kjallara. Sérbílasæði fylgir eigninni, mikið er af gestastæðum. Frábær staðsetning, stutt í skóla, verslanir og miðbærinn í göngufæri. Nánari uppl. veitir Einar s: 823-4969, einar@trausti.is
Verð: 59,5 millj.



Háaleitisbraut 117
108 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 26. MAÍ KL. 17:30 - 18:00
Björt og vel skipulögð 118 fm. 5 herbergja íbúð á 1. hæð í góðu fjölbýli. Svalir í suðvestur. Eigninni fylgir bílskúrsréttur. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040, kristjan@trausti.is “
Verð: 47,9 millj.



Austurbrún 4
104 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 25.MAÍ KL. 17:30 - 18:00
Einstaklega falleg og björt 47 fm. 2ja herbergja íbúð á 8. hæð í góðu lyftuhúsi með miklu útsýni við Austurbrún í Reykjavík. Húsvörður er starfandi í húsinu. Nýlegt parket er á íbúðinni. Nýlega var baðherbergi uppgert. Næg bílastæði. Öll sameign mjög snyrtileg. Stutt er í alla þjónustu, verslanir og afþreyingu.
Nánari uppl. veitir Guðbjörg s: 899-5949, gudbjorg@trausti.is
Verð: 32,9 millj.



Kleppsvegur 126
108 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 25.MAÍ KL. 18:00 - 18.30
Björt, falleg og mikið endurnýjuð 4 herbergja 108 fm. íbúð með suðuvestursvölum á 3. (efstu) hæð við Kleppsveg 126, Reykjavík. Geymsla í kjallara. Sameiginlegt þvotta- og útleiguherbergi í kjallara. Húsið hefur fengið gott viðhald undanfarin ár. Stutt í skóla, verslanir og Laugardalurinn í göngufæri. Nánari uppl. veitir Einar s: 823-4969, einar@trausti.is
Verð: 45,5 millj.



Laugavegur 63
101 Reykjavík

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 26. MAÍ KL. 18:00 - 18:30
Vel skipulögð og falleg 2ja herbergja 52,5 fm. íbúð með góðu útsýni af norðaustur svölum á 3. hæð við Laugaveg 63, Reykjavík. Mjög góð lofthæð og stórir gluggar eru í íbúðinni, geymsla í kjallara. Frábær staðsetning í hjarta miðbæjarins. Nánari uppl. veitir Kristján s: 867-3040, kristjan@trausti.is
Verð: 38,5 millj.



Engihjalli 9
200 Kópavogur

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 27.MAÍ KL. 17:30 - 18:00
Fjögurra herbergja 97 fm. íbúð í lyftublokk. Björt og rúmgóð eign á góðum stað í Kópavogi.
Tvennar svalir. Sameiginlegt þvottahús á hæðinni.
Nánari uppl. veitir Sólveig s: 869-4879, solveig@trausti.is
Verð: 37.9 millj.



Barmahlíð 4
105 Reykjavík

BÓKIÐ SKOÐUN
Vel skipulögð og falleg 4 til 5 herbergja 102,7 fm. íbúð með suðursvölum á 3. hæð við Barmahlíð 4, Reykjavík, fylgir c.a. 20 fm. hol í risi með þakglugga sem er ekki inn í fermetratölu, geymsla í kjallara. Húsið sjálft hefur fengið gott viðhald. Frábær staðsetning, stutt í skóla, verslanir, Klambratún og miðbærinn í göngufæri. Nánari uppl. veitir Einar s: 823-4969, einar@trausti.is
Verð: 54,9 millj.



Ertu að leita að sérfræðingi?

hagvangur.is



HAGVANGUR



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

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

intellecta

SUMAR LEIKUR

DOMUSNOVA
Fasteignasölu

1. vinningur:
Gjafabréf
150.000 kr.
BYKO

Allir sem setja eign í sölu hjá DOMUSNOVA fasteignasölu í maí og júní eiga möguleika á glæsilegum vinningum!

2. vinningur:
Gjafabréf
50.000 kr.
BYKO

Við drögum út í sumarleik DOMUSNOVA fasteignasölu og BYKO 30. júní 2020
Nánar á www.domusnova.is

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN



DOMUSNOVA
Fasteignasala

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

FYRSTA SKREFIÐ ÞEGAR ÞÚ VILT SELJA FASTEIGN

Pantaðu verðmat á www.Verdmat.is

EIGNALIND FASTEIGNASALA

s. 616 8880 • sos@eignalind.is

FRÍTT VERÐMAT FASTEIGNA



Sigurður Oddur Sigurðsson
Löggiltur fasteignasali
sos@eignalind.is
Sími 616 8880



Ellert Róbertsson
Sölumaður Fasteigna
í rúm 30 ár
ellert@eignalind.is
simi 893 4477



Erlendur Davíðsson
löggiltur fasteignasali
og verðbréfamiðlari.
Sími 8970199



Einar Pálsson
Eignalind Akureyri
Löggiltur fasteignasali
einar@eignalind.is
Sími 857-8392



Heiða Guðmundsdóttir
Hdl. löggiltur fasteignasali
Sími 779 1929
heida@eignalind.is



Embla Valberg
löggiltur fasteignasali
og leigumiðlari.
embla@eignalind.is
sími 7662-4577

LIND FASTEIGNASALA

510 7900
Hlíðasmári 6
201 Kópavogur
www.FASTLIND.is

VIÐ KYNNUM

Urriðaholtsstræti 34





Erum að setja í sölu nýtt 15 íbúða mjög vandað fjölbýlishús með fallegu útsýni við Urriðaholtsstræti 34, Garðabæ

- Sér þvottahús í öllum íbúðum
- Rúmgóðar stofur
- Aukin lofthæð
- Fullbúnar án gólfefna
- Bílastæði í upphituðu bílastæðahúsi fylgir 11 af 15 íbúðum
- Sérinngangur og verönd
- Tvær Penthouse íbúðir á efstu hæð með þakvsölum og einstöku útsýni
- Afhending júlí/ágúst 2020

SKRÁÐU ÞIG Á LISTA OG FÁÐU ALLAR UPPLÝSINGAR ÁÐUR EN HÚSIÐ FER FORMLEGA Í SÖLU

Sendu póst á **urridaholtsstraeti34@fastlind.is**

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA



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



Bogi Molby Pétursson
Lögg. fasteignasali
699 3444
› molby@fastlind.is

LIND Fasteignasala

Uppspretta ánægjulegra viðskipta



Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

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

Capacent_

capacent.is



Ferðafélag Íslands
www.fi.is

Hótel á hjólum

Hjá Nordic bílaleigu eru til leigu húsbílar og camperar með öllum þægindum og góðu svefnplássi. Aðeins þarf að sækja bíllyklana og aka af stað út í náttúruna á flottu ökutæki.



Það er ekki amalegt að aka einum svona í kringum landið. Verð frá 13.900 krónum sólarhringur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hvort sem þú hefur í huga að elta sólina og góða veðrið í sumar eða fara í stutta helgarferð, þá er Nordic bílaleigan með rétta bílinn fyrir þig. Hægt er að leigja frábæra húsbíla og campera með svefnplássi fyrir tvo til sex. Hjá Nordic bílaleigu færðu bíla á einstökum sérkjörum í sumar. „Við bjóðum eitt verð og í því er allt innifalið, svo sem tryggingar og ótakmarkaður kílómetrafjöldi. Þú kemur einfaldlega til okkar, færð bíllyklana afhenta og keyrir af stað hvert þangað sem förinni er heitið," segir Davíð Snær Jónsson, framkvæmdastjóri bílaleigunnar, sem er sú stærsta sinnar tegundar á landinu með yfir 75 húsbíla og 150 campera.

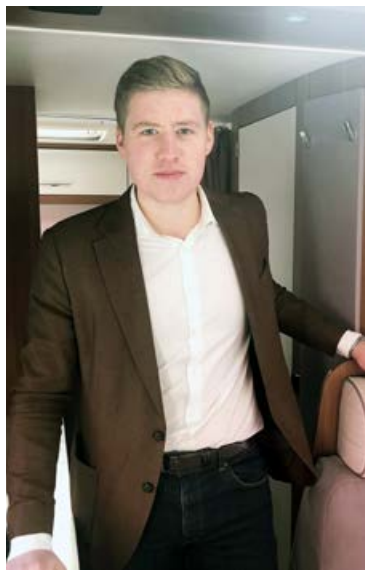
Hægt er að velja um misstóra húsbíla, allt eftir því hvað hentar hverjum og einum. „Við erum með húsbíla sem rúma allt frá þremur og upp í sex manns. Þeir eru mjög vinsælir fyrir fjölskyldur og hópa sem eru að ferðast saman," segir Davíð og bætir við að húsbílarnir séu í raun eins og hótel á hjólum.

„Húsbílarnir eru búnir öllum nútímaþægindum, svo sem eldhúsi með góðri eldunaraðstöðu, vaski, gaseldavél, ísskáp, frábærri svefnaðstöðu, salerni og sturtu. Í þeim er gashitakerfi svo engum verði kalt á nóttunni og einnig vatnshitari svo hægt sé að fara í notalega sturtu. Húsbílarnir henta frábærlega fyrir hringferðir um landið, eða styttri ferðalög út úr bænum," segir Davíð.

Camperarnir eru minni bílar sem eru fullkomnir fyrir tvo til fjóra einstaklinga og í þeim er góð upphituð svefnaðstaða. „Slíkir bílar henta til dæmis fólki sem vill skoða landið án mikillar fyrirhafnar. Í þeim er meðal annars góð olíumiðstöð til að halda hita í bílnum yfir nóttina," bendir Davíð á.

Hreinlæti í fyrirrúmi

Starfsfólk bílaleigunnar þrífur alla bílana hátt og lágt áður en þeir fara í útleigu og sótthreinsa vel alla snertifleti. „Þegar COVID-19 faraldurinn blossaði upp ákváðum við að snúa vörn í sókn og bjóða landsmönnum húsbíla og campera á sérkjörum í sumar, til að meðal annars tryggja starfsfólki okkar áframhaldandi vinnu. Við höfum fundið fyrir gríðarlegum áhuga, fengið þúsundir fyrirspurna og á annað hundrað pantanir. Við erum virkilega hrærð yfir þessum áhuga og finnum mikla samheldni í samfélaginu. Fólk ætlar greinilega að ferðast innanlands og njóta lífsins í sumar. Ég held að það hafi sjaldan verið jafnmikill áhugi á ferðalögum innanlands og nú," segir Davíð og bætir við að sér sýnist á öllu að íslensk ferðaþjónusta ætli að taka höndum saman og bjóða landsmönnum gott verð á komandi mánuðum.



Að sögn Davíðs eru húsbílarnir búnir öllum nútímaþægindum eins og eldhúsi, gaseldavél, ísskáp, svefnaðstöðu, salerni og sturtu.

„Undanfarin fimm ár hefur verið mikil uppbygging innan ferðaþjónustunnar og í boði eru alls konar ferðir og afþreying, fjöldi veitingastaða hefur aldrei verið meiri og svona mætti lengi telja. Núna er rétti tíminn til að kynna sér hvað er í boði og ferðast um landið. Það er ekkert sem stoppar þig á húsbíl," segir Davíð.

Nordic bílaleiga er til húsa að Njarðarbraut 11 í Reykjanesbæ en bílarnir eru til sýnis að Funahöfða 6 í Reykjavík. „Við höfum haldið fimm húsbílasýningar, þar sem við erum bæði með húsbíla og campera til sýnis. Hægt er að finna tímasetningar næstu sýninga á Facebook-síðu okkar," segir Davíð. Facebook-síða bílaleigunnar er Nordic Car Rental Campers.

Allar nánari upplýsingar og verð má finna á heimasíðunni NordicCarRentalCampers.is. Einnig er hægt að senda tölvupóst á Info@NordicCarRental.is eða hringja í síma 511-5660.

Nordic Car Rental Campers

Vill deila stöðunum með öðrum

Landslagsljósmyndarinn Garðar Ólafsson hefur skrásett alla uppáhaldsstaði sína á Íslandi undanfarinn áratug og gaf nýlega út leiðarvísi með upplýsingum um þá og staðsetningu þeirra.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Garðar er ljósmyndari og kvikmyndagerðarmaður sem hefur mikinn áhuga á landslagi og hefur ferðast mikið um allt land til að mynda það. Nýlega gaf hann út leiðarvísi sem heitir The Ring Road Guide þar sem skráðir eru niður allir uppáhaldsstaðir hans á hringveginum með nöfnum og GPS-hnitum.

National Geographic hefur birt ljósmyndir Garðars og erlendir ferðamenn og ljósmyndarar hafa sótt í leiðarvísa hans, en hann ákvað að gefa öllum landsmönnum ókeypis aðgang að nýja leiðarvísinum til að leggja sitt af mörkum til að sem flestir geti átt gott ferðasumar.

Áhugi Garðars á landslagsljósmyndun kviknaði þegar bróðir hans tók hann með sér sem aðstoðarmann í ljósmyndaferð til Indlands árið 2009 og hann keypti sína fyrstu vél þegar hann kom heim. Árið eftir hófst eldgosið í Eyjafjallajökli.

„Þá fór ég að ferðast mikið til að taka myndir af gosinu og náði myndum sem vöktu nokkra athygli," segir Garðar.

Margir vildu finna staðina

„Ég skrifaði niður staðina sem ég var að heimsækja jafnóðum því ég vildi geta farið þangað aftur og reyna að finna aðra flotta staði í kringum þá," segir hann. „Ég setti þetta svo upp í tölvu og skrifaði líka upplýsingar um staðina. Þannig endaði ég með skrá yfir mína uppáhaldsstaði á landinu.



Garðar hefur ferðast mikið um landið og fundið marga magnaða staði sem hann langar að deila með öðrum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Á Instagram voru margir að spyrja hvar staðirnir sem ég myndaði væru, þannig að mér datt í hug að skrifa stafrænan leiðarvísi," segir Garðar. „Leiðarvísirinn er í PDF-skjali sem er hægt að skoða bæði í síma og tölvu og það er hægt að taka GPS-hnitin fyrir hvern einasta stað úr skjalinu og opna þau í Google Maps."

Tveir staðir í uppáhaldi

Garðar segir að núna sé Múlagljúfur uppáhaldsstaðurinn hans á landinu.



National Geographic birti þessa mynd af Mælifelli. MYND/GARÐAR ÓLAFSSON



Garðar byrjaði að ferðast um til að mynda árið 2010. MYND/GARÐAR ÓLAFSSON

„Það er í rauninni smá leynistaður sem ég hef farið á til að mynda náttúruperlur. Þetta er glæsilegt gljúfur og í enda þess er foss og svo er jökullinn í baksýn. Þetta er magnaður staður, en það er smá ferð að komast þangað," segir hann.

Stuðlagil á Austurlandi er líka í miklu uppáhaldi. „Myndir þaðan hafa vakið mikla athygli. Þar er stuðlaberg úr basalti og túrkísblátt vatn sem rennur í gegn," segir Garðar. „Þetta er einstaklega fallegt."

Ókeypis á vefnum

„Það eru margir sem ferðast innanlands en vita ekki endilega um þessa staði, en mig langar bara að leyfa fólki að njóta þeirra með mér," segir Garðar. „Leiðarvísirinn kostar 25 dollara á vefsíðunni minni en mér fannst tilvalið í þessu ástandi sem er núna að gefa landanum aðgang að honum."

Leiðarvísirinn er að finna á slóðinni: gardarolafs.is/product/iceland-ring-road-guide/. Til að fá hann ókeypis þarf að nota afsláttarkóðann „landidmitt" þegar búið er að setja hann í körfuna. Þá fæst hann með 100% afslætti.

Þeir sem vilja fylgjast með Garðari geta gert það á vef hans, gardarolafs.is, og á Instagram undir notandanafninu gardarolafsphotography.

HONDA

Ert þú klár í sumarið?

Sumarglaðningur fylgir öllum nýjum Honda CR-V Hybrid

Honda CR-V Hybrid kostar frá

6.590.000 kr.

Afborgun á mán. **47.931 kr.***

5 ÁRA ÁBYRGÐ
HONDA Á ÍSLANDI

Gildir ekki með öðrum tilboðum. *m.v. 50% innborgun og lán til 84 mánaða. Óverðtryggðir breytilegir vextir 4,8%. Heildargreiðsla er 4.026.644 kr. Áætlað hlutfallstala kostnaðar er 6,03%



Sumarglaðningur

Öllum nýjum Honda CR-V fylgir veglegur sumarglaðningur að verðmæti **350.000 kr.** sem inniheldur:

- **Honda Izy-ON** hleðslu sláttuvél.
- **10 nátta** klippikort frá Icelandair hótelum.

Klippikortið gildir fyrir 10x tveggja manna herbergi á Icelandair hóteli að eigin vali. Settu saman ævintýraferð um Ísland fyrir þig og þína.



Komdu í heimsókn í Honda á Fosshálsi 1 og upplifðu Hybrid fyrir lengra komna.

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

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/hondaisland

Fjallabyggð tekur vel á móti þér

Í stórbrotnu landslagi Fjallabyggðar má finna fjölbreyttar gönguleiðir um fjöll og dali og njóta einstaks útsýnis í kyrrð og ró. Þá eru afþreyingarmöguleikar spennandi og nánast ótæmandi.

Linda Lea Bogadóttir, markaðs- og menningarfulltrúi Fjallabyggðar, segir möguleikana á afþreyingu og útivist í sveitarfélaginu ótæmandi. „Fjallabyggð býr að stórbrotinni náttúrufegurð þar sem fegurð fjalla og fjarða er stórfengleg og möguleikar á sviði útivistar og tómstunda eru hreint óþrjótandi. Návígið við náttúruna er ávallt innan seilingar, hvort heldur haldið er í gönguferðir, í golf, sjósund, sjóbretti, kajak, sæþotur, eða slakað á í rómuðum bæjarkjörnunum. Flestir ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi í Fjallabyggð.“



Siglufjörður er einn fallegasta bær landsins og býður upp á fjölda möguleika til útivistar, afþreyingu og menningu.

Stórbrotin náttúra

Linda segir Héðinsfjarðargöngin, sem opnuð voru árið 2010, hafa gert það að verkum að nú sé auðveldara að ferðast um svæðið, nokkuð sem ferðamenn hafa nýtt sér. „Ferðamannastraumur til Ólafsfjarðar og Siglufjarðar hefur aukist umtalsvert eftir að Héðinsfjarðargöng voru opnuð, en með tilkomu þeirra er nú aðeins um 15 mínútna akstur á milli þessara byggðakjarna, sem mynda sveitarfélagið Fjallabyggð.“

Þetta hafi opnað fyrir nýjan heim möguleika. „Með tilkomu Héðinsfjarðarganga er Tröllaskagi orðinn ákjósanlegur áfangastaður fyrir ferðamenn, enda hefur hann upp á margt að bjóða; stórbrotna náttúru, fjölbreyttar gönguleiðir, fjölskrúðugt fuglalíf og mikla afþreyingarmöguleika.“

Það sé nóg um að vera hvað afþreyingu snertir. „Í Fjallabyggð eru tveir níu holu golfvellir og tvær sundlaugar, þar af er önnur útisundlaug, heitir pottar, setlaug, vaðlaugar og tvær rennibrautir.“

„Í Héðinsfirði hefur verið komið upp upplýsingaskiltum um sögu fjarðarins og eru ferðalangar hvattir til að nota tækifærið á ferð sinni og hafa þar viðdvöl, njóta náttúrunnar og fræðast um þennan eyðifjörð.“

> Fjöllin á Tröllaskaga geyma einhver hæstu fjöll Norðurlands, sem heilla marga fjallagarpa.

Þá nýtur Fjallabyggð ákveðinnar sérstöðu. „Sem nyrsta byggð á landinu er Fjallabyggð með betri stöðum til að njóta miðnætursólarinnar.

Hamingja á fjöllum

Annað sem er bæði sérstakt og eftirsóknarvert við Fjallabyggð, eru að sjálfsögðu ægifögur fjöll. „Fjöllin á Tröllaskaga geyma einhver hæstu fjöll Norðurlands, sem heilla marga fjallagarpa. Fjölmargar fallegar og spennandi gönguleiðir eru í kringum Siglufjörð, Ólafsfjörð og Héðinsfjörð,“ segir Linda.



Sundlaugin í Ólafsfirði er tilvalin fyrir fjölskyldur jafnt sem aðra.

„Snjóflóðavarnargarðarnir á Siglufirði og varnargarðurinn við Hornbrekku í Ólafsfirði hafa vakið mikla athygli fyrir góða hönnun, þeir falla vel að náttúrunni og eru göngustígar á þeim flestum og henta vel til útivistar.“

Gönguleiðakort er bæði að finna á heimasíðu bæjarfélagsins, sem og í upplýsingamiðstöðvum Fjallabyggðar.

Blómlegt menningarlíf

Það er ekki bara náttúran sem er gróskumikil í Fjallabyggð, en þar er að finna fjölda veitingastaða og áhugaverðra safna. „Í Fjallabyggð er blómlegt menningarlíf. Fjöldi veitingahúsa og gistimöguleikar miklir. Söfnin okkar og setrin, gallerí og listasmiðjur sem enginn má láta vera að skoða, en þar má nefna söfn sem flestir þekkja eins og Síldarminjasafnið á Siglufirði, Ljóðasetur Íslands á Siglufirði, Pálshús í Ólafsfirði, sem hýsir einstakt náttúrugripasafn, og Þjóðlagasetur sr. Bjarna Þorsteinssonar á Siglufirði.“

Fyrir alla fjölskylduna

Þá eru börnin að sjálfsögðu ekki undanskilin. „Börnunum ætti ekki að leiðast í Fjallabyggð en hér er að finna afþreyingu fyrir alla aldurshópa. Svört sandfjaran heillar marga krakkana, gönguferðir á snjóflóðavarnargarðana, ganga í Hvanneyrarskál er auðveld fyrir litla fætur og útsýnið stórkostlegt þegar upp er komið. Hægt er að fara á hestbak, spila minigolf, dorga á bæjarbryggjunni, eða leyfa börnunum að gleyma stað og stund í stórkostlegum söfnum og setrum og kíkja á ævintýraheiminn í skógræktinni á Siglufirði, en skógurinn okkar er sannkölluð náttúruperla sem býður upp á ratleiki, góða grillaðstöðu og margt fleira sem gerir góða fjölskyldustund gulli betri.“

Linda hvetur fjölskyldufólk til að kynna sér upplýsingar um afþreyingu og námskeið í Fjallabyggð. „Á heimasíðu Fjallabyggðar er meðal annars að finna upplýsingar um sumarnámskeið, þar sem mörg þeirra eru opin öllum börnum. Í Fjallabyggð er líka að finna tvær frábærar sundlaugar, ærslabelgi, góð leiksvæði og margt, margt fleira. Hér ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi.“

Sjá nánar á: fjallabyggd.is / visittrollaskagi.is

Gerum ferðalagið að fögru ævintýri

Á ferð um landið er ómissandi að finna sér fagran áningarstað og taka upp gómsætt nesti til að maula í guðs grænni náttúrunni. Þar kemur ensk teboð inn sem óvænt og spennandi upplifun.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Enskt teboð eru fínasta fínt og því ekki að slá upp fáguðum nestistíma í anda Englendinga, dúka nestisborð eða leggja fallegan dúk á grasbala og tína til fagran borðbúnað og ómótstæðilegan veislukost og skapa ógleymanlegar minningar? Sjáið bara myndirnar fyrir ykkur, til að sýna á samfélagsmiðlum og eiga í framtíðinni!

Enskar samlokur og lekkert sætabrauð er frábært fingurfæði sem er auðvelt fyrir ferðalanga á öllum aldri að stinga upp í sig og njóta undir berum himni. Skorpan er vanalega skorin af brauðinu til að samlokurnar líti sem best út fyrir augað. Munnbitarnir eru bornir fram með tei, kaffi eða jafnvel freyðivíni, til að skála í fyrir góðra vina fundum og fagurri náttúru.



Hver fær staðist svo fagurskapaða og girnilega nestisstund með fjölskyldu og vinum í íslenskri náttúru?
MYND/GETTY

Hér eru hugmyndir að enskum tesamlokum sem gleðja munn og maga:

- Gúrkusamlokur eru einna þekktastar í enska teboðinu. Notið franskbrauð í samlokugerðina og skerið skorpuna af. Smyrjið með graslaukssmjöri og þunnt skornum gúrkusneiðum. Einnig má setja svolítið af ferskum myntulaufum ofan á gúrkuna.
- Samloka með reyktum laxi er yfirleitt borin fram á stakri rúgbrauðssneið með dilli og sýrðum rjóma. Sumir kjósa að nota majónes í stað sýrða rjómans og aðrir vilja kryddsmjör á brauðið, en einnig er afbragðsgott að smyrja brauðið með rjómaosti undir laxinn.
- Eggjasalat er vinsælt álegg á enskar samlokur. Margar útgáfur eru til af eggjasalati, sem oftast samanstendur af harðsoðnum eggjum, majónesi, dijonsinnepi, dilli, steinselju, salti og pipar. Oftar en ekki er það sett á heilhveitibrauð, sem hefur verið smurt með graslaukssmjöri og með skorinni papriku og dilli sem aukaáleggi.
- Aðrar hefðbundnar enskar tesamlokur eru með skinku og osti, roast beef, geitaosti og fíkjum, hnetusmjöri og sultu, prosciutto-skinku, brie og eplasneiðum, kjúklingasalati og túnfisksalati með kapers eða selleríi.
- Samlokurnar eru bornar fram á fallegum kökudiskum á hæðum, þar sem einnig má finna sitthvað sætt í gogginn, eins og sítrónumúffur, enskar skonsur til að smyrja með rjómaosti og aldinmauki, og litlar ávaxtabökur með rjóma eða jarðarberjahlaupi.



ÍSLANDS HÓTEL

Grand HÓTEL REYKJAVÍK

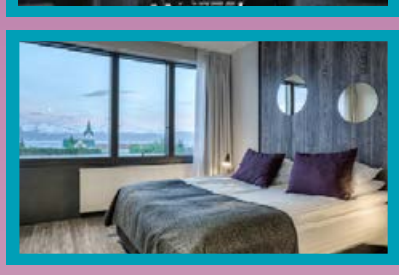
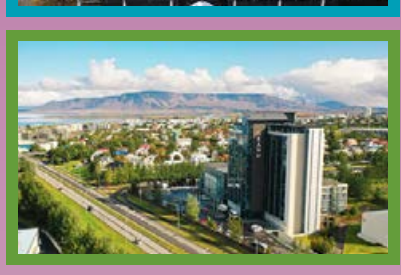
FOSS HOTEL

EINSTÖK TILBOÐ
HÓTELGISTING Í SUMAR

GJAFABRÉF SEM GILDIR Á EINU EÐA FLEIRI HÓTELUM

5 NÆTUR – 65.000 KR.
7 NÆTUR – 84.000 KR.
10 NÆTUR – 99.000 KR.



Verð miðast við einn til tvo fullorðna í herbergi í **5, 7 eða 10 nætur** á einu eða fleiri hótelum. Verð eru án morgunverðar*.

Hægt er að nýta gjafabréfið í samfelldri gistingu eða fyrir stakar nætur yfir tímabilið. Þú getur þannig aðlagað gistinguna algjörlega eftir þínu höfði og notið þessa tilboðs samhliða annari gistingu á ferð þinni um landið.

TILBOÐIN GILDA Á EFTIRFARANDI HÓTELUM:

- Grand Hótel Reykjavík • Fosshótel Jökulsárlón (í Öræfasveit)
- Fosshótel Austfirðir (á Fáskrúðsfirði) • Fosshótel Húsavík
- Fosshótel Vestfirðir (á Patreksfirði) • Fosshótel Stykkishólmur
- Fosshótel Reykholt (í Borgarfirði)

Bjóðum upp á fjölskylduvænar útfærslur

***Morgunverður í boði frá 1.600 kr. á mann**

Einfalt að bóka á vefnum okkar!

ISLANDSHOTEL.IS/TILBOD

Fyrir frekari upplýsingar, vinsamlegast sendið okkur tölvupóst á
bokun@islandshotel.is

ÖNNUR TILBOÐ Í ALLT SUMAR

2 nætur – frá **27.200 kr.** á sama hóteli
3 nætur – frá **38.400 kr.** á sama hóteli
4 nætur – frá **48.000 kr.** á sama hóteli

Tilboðið er í gildi til 31. ágúst og hægt er að bóka gistingu til 30. september.

Birt með fyrirvara um prentvillur.

Andaðu að þér Hrísey

Hrísey er einstakur staður. Eyjan liggur á miðjum Eyjafirði og tekur aðeins korter að sigla yfir sundið frá Árskógssandi. Það er skemmtileg sigling sem kostar aðeins 1.500 krónur báðar leiðir.

Þegar komið er til Hríseyjar er gaman að skoða litla þorpið og einnig er um að gera að hafa sundfötin með sér, því nýleg sundlaug er í eyjunni með heitum potti. Vert er að skoða safn Hákarla-Jörundar sem geymir marga einstaka muni og segir sögu hákarlaveiða við Íslandsstrendur.

Hrísey er griðland rjúpunnar og þar má oft sjá stóra hópa þessa fallega fugls sem virðist hafa orðið þess áskynja að í Hrísey skjóta menn ekki fugla. Rjúpurnar eru því gæfar og kúra saman í húsagörðum þegar sá gállinn er á þeim. Annað fuglalíf í eyjunni er fjölskrúðugt og lítið fuglaskoðunarhús hefur verið reist við Lambhagatjörn skammt norðan við þorpið.

Hægt er að kaupa veitingar í Hrísey og þar er einnig verslun og gistihús, auk þess sem hægt er að fá leigð sumarhús hjá einkaaðilum. Í Hrísey er frisbígolfvöllur og leiksvæði fyrir krakka með öðruvísi leiktækjum og ærslabelg. Allar upplýsingar um þjónustu og afþreyingu í Hrísey er að finna á heimasíðunni hrisey.is.

Það sem einkennir Hrísey ef til vill öðru fremur er kyrrðin og orkan sem býr í náttúrunni. Merktar gönguleiðir eru um eyjuna austanverða og til norðurs, þar sem útsýni til Látrastrandar er engu líkt. Gönguleiðirnar eru frá rúmum tveimur kílómetrum upp í fimm.



Sigling til Hríseyjar tekur aðeins korter og kostar 1.500 á mann báðar leiðir.



Nýja sundlaugin í Hrísey er dásamleg og hægt að upplifa bæði ró og fjör.

» Sagt hefur verið að þar sé að finna eina kraftmestu orkulind landsins þar sem geislar friðar og elsku streyma um svæðið frá fjallinu Kaldbaki sem gnæfir yfir Látraströndina.

Orkulindin er við gönguleiðina á austurhluta eyjarinnar. Þar er gott að setjast niður og anda að sér Hrísey. Sagt hefur verið að á þessum stað sé að finna eina kraftmestu orkulind landsins þar sem geislar friðar og elsku streyma um svæðið frá fjallinu Kaldbaki sem gnæfir yfir Látraströndina. Það er vel þess virði að nema staðar á þessum stað og drekka í sig orku náttúrunnar. Hvergi sjást betur rústir eyðibýlanna sem stóðu við sjóinn út eftir allri Látrströnd. Tignarleg fjöllin gnæfa yfir og glæða umhverfið ævintýralegum blæ. Andaðu að þér Hrísey.



Ævintýri er að ganga út á Borgarbrík og njóta óviðjafnanlegs útsýnis.

Fjölbreytt afþreying og einstök náttúra

Halldóra Gunnarsdóttir, verkefnastjóri Norðurhjara, segir löngu tímabært að innlima bæði Langanes og Bakkafjörð í hringveginn enda sé Langanes ekki lengur utan alfaraleiðar.

Strandlengjan meðfram Bakkafirði og Langanesi býður ferðalöngum upp á stórkostlega náttúru og fjölbreyttar gönguleiðir, auk þess sem fuglaskoðun á svæðinu er einstaklega gefandi.

„Nú er tími til kominn að fara út fyrir kassann, eða Hringinn, eða skilgreina hringinn upp á nýtt og taka norðausturströndina inn í," segir Halldóra Gunnarsdóttir, verkefnisstjóri ferðaþjónustusamtakanna Norðurhjara á Norðausturlandi, og bætir við að það sé af sem áður var, að Langanesið sé langt utan alfaraleiðar. „Við erum ekki utan seilingar, það er malbikað alla leið, eins og einu sinni var sagt," segir hún kímin og bendir á að auk þess sé flogið til Þórshafnar gegnum Akureyri alla virka daga og bílaleigubíll geti beðið á flugvellinum á Þórshöfn fyrir þá sem kjósa að koma þá leiðina.

„Á Langanesi er hægt að fá mjög fjölbreytta þjónustu, þar eru yndislegar íbúðir og á Þórshöfn eru gullfalleg gistiheimili. Við Bakkaflóann er hægt að leigja smáhýsi og á Bakkafirði er glænýtt gistihús. Þá eru líka fínustu tjaldstæði bæði á Þórshöfn og Bakkafirði og fallegt íþróttahús og sundlaug á Þórshöfn."

Halldóra segir ýmsa afþreyingu í boði í náttúrufegurð Langaness.

„Svæðið er þekkt fyrir gríðarlegt fuglalíf, sérstaklega í björgunum á Langanesi, en þar er magnaður útsýnispallur fyrir þá sem ekki



Útsýnispallurinn við Stórakarl á Langanesi veitir einstakt útsýni yfir hafið og magnaða yfirsýn yfir næststærstu súlubyggð landsins. MYND/ MARKAÐSSTOFA NORÐURLANDS

» Langanes teygir sig út í Atlantshafið og á Fonti, ysta tanga þess, er ferðalangurinn nánast kominn á heimsenda.

eru lofthræddir. Önnur stærsta súlubyggð á landinu blasir við af pallinum, sú eina sem hægt er að sjá föstum fótum. Allur svartfugl sem verpir á Íslandi er þarna í einni kös, þar með talinn lundinn, og í gegnum svæðið liggja bæði það sem kallað er Fuglastígur á Norðausturlandi, sem er sérstök hringleið og svo hin þekkta Norðurstrandarleið, eða Arctic



Margar skemmtilegar gönguleiðir á fáförnum slóðum eru á Langanesi.

Coast Way, sem byrjar á Bakkafirði, eða endar, eftir því hvernig á það er litið. Hægt er að fara í skipulagðar fuglaskoðunarferðir, kajakferðir og gönguferðir í kyrrð og ró í fallegri náttúru."

Langanesið langa sem teygir sig út í Atlantshafið endar á ysta tanga landsins, Fonti, og þar er ferðalangurinn nánast kominn á heimsenda. „Þar stendur einmana viti sem horfir út á hafið, magnað að upplifa þetta mannvirki sem býður hafinu byrginn," segir Halldóra. Á Langanesi er einnig eyðiþorp sem heitir Skálar, en þar hefur verið unnin merkileg vinna við að bjarga menningarverðmætum og gaman að fara þangað og ímynda sér hvernig lífi var þar lifað í baráttu við náttúruöflin og um lífsafkomuna.

Halldóra sjálf nýtur þess best að ferðast um svæðið á tveimur jafnfljótum. „ Að vera gangandi á Langanesi er mitt uppáhald og ganga út í vitann frá Bakkafirði er mín uppáhaldsgönguleið í heimi. Vitinn stendur á svo ævintýralegum stað að það er engu líkt að labba þangað."

Halldóra segir auðvelt að finna upplýsingar um alla þjónustu á svæðinu á vefnum nordurland.is „Þar má leita að því sem hugurinn girnist, hvort sem þú vilt koma akandi og fara í skipulagða göngu með ferðafélaginu hér eða hjóla um svæðið, sem nýtur vaxandi vinsælda, þá er allar upplýsingar að finna þar. Hér má finna kyrrð og ró, hér er enginn ys og þys."



Í bílunum er allt sem þarf til að elda og matast.



Bergþór segir að bílaleigan hafi leigt út húsbíla síðan árið 1980, svo að það sé mikil reynsla hjá fyrirtækinu. Birkir segir að það sé boðið upp á pottþétta þjónustu og oft sé hægt að semja um gott verð. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Sex manna húsbílar eins og þessi, njóta líka mikilla vinsælda hjá Íslendingum.

Góðir til að elta veðrið

Bílaleiga Akureyrar hefur leigt út húsbíla í 40 ár og er með útibú um allt land sem bjóða nýlega bíla og vandaða þjónustu. Húsbílarnir eru örugg og góð leið til að elta góða veðrið.

Bílaleiga Akureyrar hefur verið í rekstri frá árinu 1974 og í dag er hún með um 4.500 bíla til umráða. Leigan er með sér húsbíladeild, en í henni eru vel á annað hundrað bíla af ýmsum stærðum, sem henta bæði fyrir hálendi og hefðbundna vegi.

„Við leigðum út fyrstu húsbílana í kringum 1980 og höfum verið stöðugt að síðan, þannig að við erum engir nýgræðingar á þessu sviði," segir Bergþór Karlsson, framkvæmdastjóri Bílaleigu Akureyrar. „Við erum með sérstöð fyrir þá á Ásbrú í Reykjanesbæ, en þar er nóg pláss og hægt að geyma bíla viðskiptavina, þvottahús fyrir bílana okkar og starfsfólk með sérþekkingu á húsbílum."

Allar upplýsingar á vefnum

„Við leigjum hefðbundna húsbíla út frá 15. apríl og út september. Tímatakmarkanirnar eru öryggisatriði vegna veðurs og færðar, en við erum líka með minni tegundir sem hægt er að leigja allt árið. Það eru hefðbundnir, fjórhjóladrifnir bílar," útskýrir Bergþór. „Í bílunum er allt sem þarf til að elda og matast og það er líka hægt að fá rúmföt ef fólk hefur áhuga."

„Við erum með nýlega bíla og vel við haldna og langflestir Íslendingar sækjast eftir húsbílum fyrir fjóra eða sex, sem eru í X-20 og X-30 flokkum," segir Birkir Freyr Sigurðsson, umsjónarmaður húsbíladeildar. „Það er hægt að skoða alla bílana á heimasíðunni okkar, husbilaleiga.is, og þar er líka hægt að fá allar upplýsingar um bílaflotann.

Það er 23 ára aldurstakmark fyrir leigu á húsbílum hjá okkur, en við erum með einn flokk bíla með 20 ára aldurstakmark," segir Birkir. „Í þeim flokki er minnsti Volkswagen Caddy bíllinn, útbúinn með lítilli en vandaðri innréttingu frá Volkswagen. Honum fylgir að auki fortjald sem gefur aukið pláss."

Alltaf stutt í hjálp

„Við erum með útibú fyrir bílaleiguna á 20 stöðum kringum landið. Starfsmenn á öllum þessum stöðum geta aðstoðað fólk við að leysa úr málum," segir Bergþór. „Þegar fólk er að fara hringinn er slæmt að missa úr heilan dag vegna hremminga og þess vegna skiptir máli að það sé stutt í hjálp ef eitthvað kemur upp á.

Bílarnir okkar eru með ökuritum sem senda reglulega ýmsar upplýsingar og tryggja að enginn týnist í vonskuveðrum. Þá getum við líka verið í sambandi við fólk, stoppað það af ef það stefnir í ógöngur og sent hjálp ef þörf krefur. Við fáum líka tölvupóst ef það kemur mikið högg á bílinn," segir Bergþór. „Þetta er mjög gagnlegt öryggistæki og við erum líka með neyðarsíma sem er opinn allan sólarhringinn."

Pottþétt þjónusta

„Starfsfólk okkar hefur mikla þekkingu á þessum bílum. Þess vegna er öll þjónustan í kringum bílana mjög pottþétt," útskýrir Birkir. „Viðskiptavinir fá góða sýnikennslu á bílana og rafrænan bækling sem hægt er að taka með í ferðalagið, þannig að fólk fer frá okkur nokkuð öruggt til að ferðast á svona bíl innanlands."



Svona fjögurra manna húsbílar eru meðal þeirra vinsælustu hjá Íslendingum.



Í bílunum er þægileg svefnaðstaða og það er líka hægt að fá rúmföt.

„Við leggjum mikla áherslu á að fólk fylgi umgengnisreglum um bæði bíla og landið okkar, noti húsbílana rétt, gisti á tjaldstæðum og tæmi salerni á réttum stöðum," segir Bergþór. „Tjaldstæði bjóða upp á aukið öryggi og rafmagn, sem er þægilegt, því það þýðir að það er hægt að nýta græjur betur, sem er ekki hægt á hefðbundnu rafmagni."

Hentar vel í sumar

„Húsbílar henta sérstaklega vel fyrir Íslendinga, þar sem við erum mikið að elta veðrið, ólíkt hefðbundnum ferðamönnum sem fara á ákveðna staði óháð veðri," segir Bergþór.

„Í sumar verður því sennilega slegist um stæði á sólríkum tjaldstæðum, en það er strax munur að vera á húsbíl frekar en í hjólhýsi, því þá þarftu ekki að vera jafn langt inni á svæðinu, heldur geturðu komið þér fyrir í jaðrinum," útskýrir hann.

Hægt að semja um verð

„Núna erum við að bjóða hagstæðara verð en áður fyrir þá sem hafa áhuga á að leigja húsbíl í styttri ferð. Það er auðveldara að bjóða hagkvæmara verð fyrir 100-200 km akstur á dag en ótakmarkaðan og það þarf ekki mikið ef maður er ekki að fara langt," segir Bergþór. „Þessi nýjung lækkar verðið og gerir húsbílaleigu aðgengilegri."

„Við mælum líka með því að fólk hafi samband og fái tilboð frá okkur, því verðið á heimasíðunni okkar er fyrst og fremst til viðmiðunar og það er oft hægt að semja um einhvern aukaafslátt ef við eigum nóg af bílum," segir Birkir að lokum.



Garða- og tómstundakerrur frá:
155.900 kr.

BRENDERUP GÆÐAKERRUR Í BÍLANAUST

Brenderup kerrur leysa allar tegundir flutninga enda er úrvalið mjög fjölbreytt. Þær eru fyrir löngu búnar að sanna sig við íslenskar aðstæður sem harðgerðar, öruggar og vel smíðaðar kerrur með góða aksturseiginleika. Komdu í Bílanaust og fáðu upplýsingar um Brenderup kerrur.





Tækjakerrur frá:
1.359.900 kr.

Iðnaðarkerrur frá:
319.900 kr.





Bílanaust
Á FULLRI FERÐ

STÓRVERSLUN
DVERGSHÖFÐA 2
110 Reykjavík
S. 535 9000

Vatnagörðum 12
104 Reykjavík
S. 535 9000

Dalshrauni 17
220 Hafnarfirði
S. 555 4800

Hafnargötu 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

www.bilanaust.is


Björn og Lára Heimsendaræktun hafa valið Pedigree hundafóður í 20 ár og eru margfaldir ræktendur ársins hjá HRFÍ
Pedigree
ÞÚ GETUR LÍKA TREYST Á
PEDIGREE
HEIMSENDA
TOP #1 BREEDER



Ágúst Bent er hér staddur á Húsavík en hann ferðast nú um landið við tökur á nýjum sjónvarpsþætti .

Ekki svo slæmt en frekar til í að vera 25 ára

Tónlistar- og þáttagerðarmaðurinn Ágúst Bent á afmæli í dag, 23. maí. „Ég heiti Ágúst Bent Sigbertsson og er – hanging in there–“ Bent vinnur um þessar mundir að tökum á nýjum sjónvarpsþætti. „Þetta er þáttur fyrir Stöð 2, framleiddur af 101 og ég er að leikstýra. Hann fjallar um tvo 101 hipstera sem komast að því hvað er að vera alvöru Íslendingur, þegar þeir reyna að komast hringinn í kringum Ísland á engu nema þrautseigjunni. Raunveruleikaþáttur með Joey Christ og Bibbu (úr þáttunum Gym). Þeir eru sem sagt með engan aur og varla farangur og þurfa að vinna fyrir öllu, þar meðtöldum mat og gistingu.“

Ertu mikið afmælisbarn?

„Já, ég held alltaf upp á þetta. Hélt líka upp á hálf afmælin í nokkur ár þangað til ég fattaði hvað ég var að vera pirrandi.“

Hvernig hyggstu eyða afmælisdeginum?

„Ég er bara hálfnaður með hringinn þegar þetta er skrifað, en reikna með því að fá þar býflugnastungur í afmælisgjöf. Ég er nú þegar mjög sólbrenndur sem verður til þess að stungurnar sjást minna en svíða meira (ég var stunginn á Spáni sem barn).“

Hvernig leggst hækkandi aldur í þig?

„Þetta er ekkert svo slæmt. En ég viðurkenni að væri frekar til í að vera 25,“ segir Bent sem fagnar 37 ára afmæli sínu í dag.



Fátt er yndislegra en angan af blómstrandi sumarblómum.

Blómlegri tilvera

Tveggja stafa hitatölur eru farnar að sjást og þá fer að verða óhætt að setja sumarblóm í potta og beð.

Flest sumarblóm blómstra meira ef þau eru á sólríkum stað.

Gætið þess að plönturnar séu vel rakar áður en þeim er plantað og setjið ekki mikinn áburð í sumarblómabeð, en þó smávegis.

Allar plöntur þurfa næringu og gott er að gefa sumarblómunum blómakraft.

Hreinsið burt öll visin blóm strax til að tryggja meira blómskrúð, annars leggur plantan orku sína í að mynda fræ.

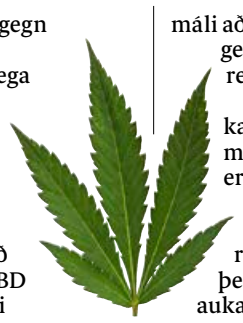
Segja CBD virka gegn COVID-19

Rannsakendur í Lethbridge-háskólanum í Kanada segja að ákveðnar gerðir af CBD geti gert það 70% erfiðara fyrir COVID-19 veiruna, að komast inn í frumur líkamans. Það er vegna virkni þeirra á sérstök prótein í líkamanum, sem vírusinn notar til að ráðast á hann. CTV sagði frá.

Rannsakendurnir, Olga og Igor Kovalchuk, segja að það sé til mikið af gögnum um gagnsemi kannabis í baráttunni gegn ýmsum kvillum og að þegar COVID-19 faraldurinn hófst, hafi þau farið að skoða gögnin sín í leit að einhverju sem gæti komið að gagni í baráttunni gegn sjúkdómnum.

» Rannsakendur í Kanada segja að ákveðnar gerðir CBD geti gagnast gegn COVID-19.

Þau segja að mögulega væri hægt að framleiða púst, munnskol og fleiri vörur sem gætu gagnast gegn COVID-19 úr þessum gerðum af CBD. Þau leggja áherslu á að það sé ekki sama hvaða CBD sé notað, heldur skipti máli að það komi úr þeim örfáu gerðum kannabis sem hafa reynst áhrifaríkar.



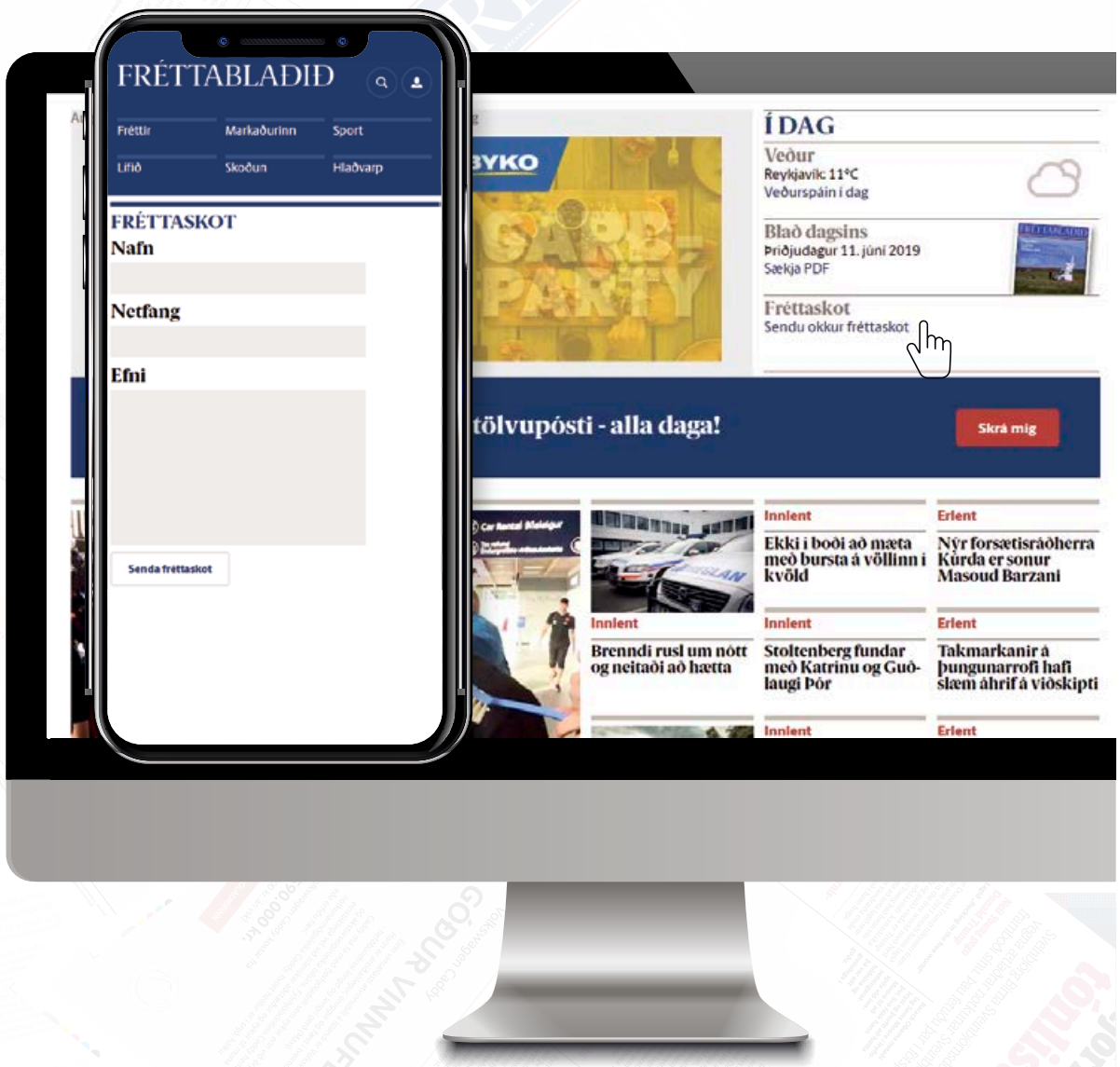
Þrátt fyrir að vera unnin úr kannabis innihalda þessi efni mjög lágt hlutfall af THC, sem er aðalefnið í kannabis sem veldur vímu. Þau geta því ekki valdið neinni vímu og rannsakendurnir segja að þetta sé náttúrulega vara án aukaverkana.

LUMAR ÞÚ Á
STÓRFRÉTT?

Sendu okkur þá fréttaskot í gegnum frettabladid.is.

Þú finnur hlekkinn undir blaði dagsins eða á slóðinni
www.frettabladid.is/frettaskot.

Greiðum **5.000 kr.** fyrir fréttina ef hún birtist í
Fréttablaðinu og **10.000 kr.** ef hún birtist á forsíðu blaðsins!



FRÉTTABLAÐIÐ – MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

bilfang.is
S. 567 2000



Nýr bíll ! CHEVROLET SILVERADO HD3500 HIGH COUNTRY 6.6 L Diesel Duramax ! 3 ára ábyrgð ! Verð 10.225 þús + VSK ! Er á staðnum



Nýr bíll ! GMC SIERRA DENALI 3500 ULTIMATE 6.6 L Diesel Duramax ! 3 ára ábyrgð ! Verð 10.390 þús + VSK ! Bíllinn er á staðnum !

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
Seljum í dag !
www.bilfang.is

SPARI bíll



Ford Transit Custom 4/2017 Ekinn aðeins 28 þ. Km. Einn eigandi og gott viðhald. Lítur mjög vel út. Verð: 2.990 þús án vsk.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar til sölu



Til sölu M.Bens E 280 4Matic árg 2001 ek 227þ.km Innfluttur af Ræsir og 2 eig til 2019 Góð þjónustubók,mjög vel útbúinn bíll og ryðlaus. Ljóst leður,spólvörn ,fjarlægðar skynjarar ofl ofl. Bíllinn er allur sem nýr innan sem utan. Verð 980þ ath skipti. Uppl. s:846-7668.

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Bátar



Til sölu Tehri Nordic 6020 ásamt bátakerru og Tohatsu 40 hp mótor, með rafsstarti. Upplýsingar í síma 8648354.

Mótorhjól

SUZUKI HYABUSA
Viljum kaupa Suzuki Hyabusa árg. 2008 til 2020. Upplýsingar í síma 899-5424

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Garðyrkja

PROSTONE
» Jarðvinna
» Drenlagnir
» Hellulagnir
» Þökulagnir
Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög
519 7780
prostone@prostone.is



Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Öll almenn garðvinna, ódýr þjónusta. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á görðum. Uppl. í s. 616 1569.

Bókhald

Rétta ehf.
Suðurlandsbraut 32
108 Reykjavík, Ísland
GSM. 00354 854 8080
Sími. 00354 516 8080
www.retta.is
olafur@retta.is

RÉTTA- BÓKHALDSÞJÓNUSTA.
Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Sanngjörn verð og góð þjónusta.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

SMIÐIR GETA BÆTT VIÐ SIG VERKEFNUM Í SUMAR.
Þakviðgerðir,viðgerðir,sólpallar, uppsláttur.
Sökklar,
Tilboð , tímavinna.
Upplýsingar í sima 893-5374 eða nybyggd@gmail.com

PROSTONE
» Smíðavinna
» Múrvinna
» Málningarvinna
Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög
519 7780
prostone@prostone.is

Til sölu

GLUGGA GERÐIN
Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is



VINNUPALLAR EHF
Smiðsbúð 10, 210 Garðabæ - s. 787 9933
vpallar@vpallar.is - www.vpallar is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

LOK Á HEITA POTTA

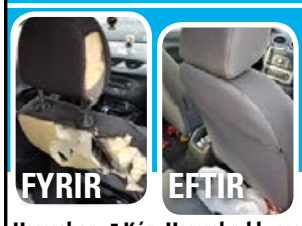


Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is
Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

WORKNORTH
worknorth.is
HÚSARIF • JARÐVEGSVINNA
STEYPUSÖGUN • KJARNABORUN • MÚRBROT
Sími. 852-5804 | 852-5808 | worknorth@simnet.is

MP Verk
Pekking og reynsla
Alhliða verktakar
Smiðir, píparar, málarar, múrarar og rafvirkjar.
orn@mpverk.is sími:782-0100

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?



Bílsætaviðgerðir-, mótorhjóla og snjósleðasæti. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is
Formbólstrun
Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hs@bolstrun.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

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

Húsaviðhald

Rúnar múrari

Múrari tekur að sér tröppuviðgerðir sem og allt almennt viðhald fasteigna.

s. 780 2838.

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

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu



Tilboð í maí á 1/8 ca. 20 kg á 2100.- kr/kg (áður 2400.-kr/kg) og 1/4 ca. 43 kg á 2000.-kr/kg (áður 2250.-kr/kg). Gæða nautakjöt fyrir grillvertíðina í sumar. www.myranaut.is s. 8687204



Humar, Ferskur Lax, Risarækjur og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW.HUMARSALAN:IS S. 867 6677



Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Skólar & Námskeið

Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Only/Aðeins 1-2 students/ nemendur/ per course !/hvert námskeið! Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk / Also Special Courses for Health Staff. Enska fyrir Leiðsögumenn/English and Icelandic for Tourist Guides. Start/Byrja: 1/6, 29/6, 27/7, 14/9, 12/10, 9/11, 7/12. 4 weeks/vikur x 5 days/daga. AM & PM/fh. & eh. Price/Verð: 49.500. Labour Unions /Office pay back 55-90 % of price/ Stéttafélög/Vinnumálastofnun endurgreiða 50-90% gjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. is - facebook.com/ fullordinsfraedslan - Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108, s. 8981175/5571155

Húsnæði

Sumarbústaðir



TIL FLUTNINGS VÖNDUÐ ÍSLENSK HÚS.

Til sölu 36,4 (m2), 9 ára gömul, vel viðhaldin, full innréttuð hús með 12,5 (m2) verönd. Tilvalin sem sumarhús eða gestahús. Ásett verð 10,4 millj. kr með vask, kaffikönnu og uppábúnum rúmum.
Staðsett á Suðurlandi. Fleiri myndir af húsunum má sjá á lakethingvellir.is

Nánari upplýsingar eru í síma 8947664 eða heidaras@gmail.com

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna óskast

Dugleg og vandvirk ræstingakona á heimsmælikvarða óskar eftir starfi strax. Uppl í s: 789-5454

Innköllun á ENOX ES100 hlaupahjólum

Galli hefur fundist í suðunni milli stýrishluta og brettis og getur valdið því að stýrishlutinn getur losnað frá brettinu. Hópkaup innkallar því hér með skilyrðislaust öll ENOX ES100 hlaupahjól þar sem fyrrnefndur galli getur valdið óhöppum eða tjóni.

Vinsamlegast skilið hjólinu í Afhendingarmiðstöðina Flatahrauni 31, 220 Hafnarfirði (afgreiðslutími frá kl. 12:00 – 17:00 alla virka daga). Viðskiptavinir á landsbyggðinni eru beðnir um að senda hjólin í pósti til:

Afhendingarmiðstöðin; Flatahrauni 31, 220 Hafnarfirði

„Viðskiptavinum stendur til boða að fá ný hjól annarrar tegundar, fá inneign þangað til hægt verður að afhenda Enox hjól á ný eða fá endurgreitt."

Hópkaup – í krafti fjöldans.

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut



Þú finnur blað dagsins, Markaðinn, Atvinnublaðið sérblöð og safn eldri blaða á frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Atvinnublaðið
– Mest lesna atvinnublað Íslands –


BÖRKUR HRAFNSSON


MARGRÉT ÁGÚSTSDÓTTIR


DAVÍÐ ÓLAFSSON


HÉÐINN BIRNIR ÁSBJÖRNSSON


SIGURÐUR FANNAR

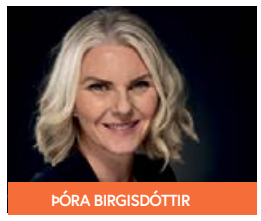

STEFÁN JÓHANN ÓLAFSSON


GUÐRÚN ANTONSDÓTTIR


BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON


GUNNLAUGUR ÞRÁINSSON


INGIMAR INGIMARSSON


ÞÓRA BIRGISDÓTTIR


ÚLFAR ÞÓR DAVÍÐSSON


BRANDUR GUNNARSSON

BORG
FASTEIGNASALA

519 5500

SÍÐUMÚLA 23 • 108 REYKJAVÍK • FASTBORG.IS



SÆBRAUT 1 | KJARVALSHÚSIÐ

Einstakt tækifæri til að eignast þetta sögufræga hús



Nánari upplýsingar veitir:

Böðvar Sigurbjörnsson
Lögfræðingur og
löggiltur fasteignasali
660 4777 - bodvar@fastborg.is

OPIÐ HÚS | MÁNUDAG KL. 18.00-18.30



VATNSSTÍGUR 20-22 — **101 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	2 HERBERGI	81.5 m²
VERÐ: 59.9M	GLÆSILEG ÍBÚÐ VIÐ SJÁVARSÍÐUNA - STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN



VEGHÚS 27 — **112 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	6 HERBERGI	137,4 m²
VERÐ: 59.5M	RÚMGÓÐ FJÖLSKYLDUÍBÚÐ - STÓRAR SVALIR	
	GUNNLAUGUR 844 6447 OG ÚLFAR	788 9030

OPIÐ HÚS | MÁNUDAG KL. 17.00-17.30



GULLSMÁRI 2 — **201 KÓPAVOGUR**

ÍBÚÐ	4 HERBERGI	92 m²
VERÐ: 46.9M	BJÖRT OG FALLEG ÍBÚÐ	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN



HVASSALEITI 30 — **108 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	4-5 HERBERGI	169,8 m²
VERÐ: 59.9M	LAUST STRAX	
	BRANDUR GUNNARSSON	897 1401

BÓKIÐ SKOÐUN



NORÐURLEIÐ 1 — **801 SELFOSS**

JÖRÐ/EINBÝLI	4 HERBERGI	180 m²
VERÐ: 47.9M	BÚGARÐUR MEÐ HESTUM, HÆNUM OG GRÓÐURHÚSI	
	SIGURÐUR FANNAR	897 5930

OPIÐ HÚS | ÞRIÐJUDAG KL. 17.30-18.00



BARÓNSSTÍGUR 55 — **101 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	80 m²
VERÐ: 44.9M	BJÖRT ÍBÚÐ Á BESTA STAÐ Í REYKJAVÍK, LAUS STRAX	
	DAVÍÐ ÓLAFSSON	897 1533

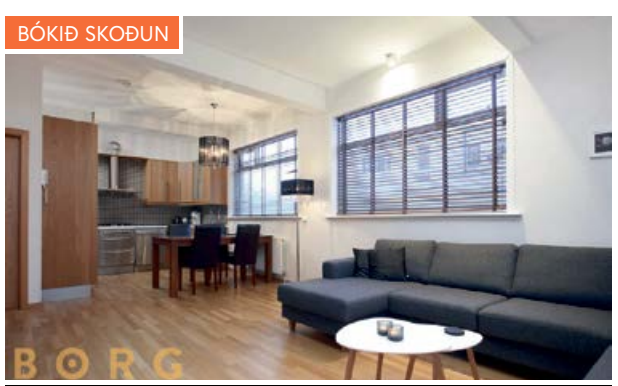
OPIÐ HÚS | MIÐVIKUDAG KL. 17.30-18.00



ÞVERHOLT 9 — **270 MOSFELLSBÆR**

ÍBÚÐ	4-5 HERBERGI	118.5 m²
VERÐ: 42.9M	VEL SKIPULÖGÐ ÍBÚÐ MEÐ AUKAHERBERGI	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN



BERGSTAÐASTRÆTI 48 — **101 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	3 HERBERGI	85.1 m²
VERÐ: 39.9M	TIL AFHENDINGAR STRAX-HÚSGÖGN GETA FYLGT	
	BÖÐVAR SIGURBJÖRNSSON	777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN



SKÚLAGATA 40 — **101 REYKJAVÍK**

ÍBÚÐ	2 HERBERGI	78,4 m²
VERÐ: 38.5M	ÍBÚÐ FYRIR 60 ÁRA OG ELDRI ,LYFTA,STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU	
	ÞÓRA BIRGISDÓTTIR	777 2882

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Ævintýrin á Borginni

Á mánudaginn eru 90 ár frá því Hótel Borg opnaði dyrnar fyrir gestum og af því tilefni rifjaði sagnfræðingurinn **Stefán Pálsson** upp söguna á bak við hótelið og fyrstu ár rekstursins sem voru í raun ævintýraleg.

Mánudaginn 25. maí eru 90 ár frá opnun hótelsins en veitingastaðurinn og skemmtistaðurinn höfðu verið opnuð aðeins fyrr á árinu 1930. Af því tilefni mun Stefán Pálsson leiða gesti um húsið milli klukkan 16.30 og 19 og fara yfir sögu hótelsins sem nú er eitt Keahótela.

„Þetta var eiginlega magnað afrek því húsið var opnað um 18 mánuðum eftir að framkvæmdir hófust. Í raun mátti ekki tæpara standa þar sem menn réru lífróður við að ná að opna fyrir sumarið 1930 þar sem Alþingishátíðin var fram undan," segir Stefán sem hefur kynnt sér sögu Borgarinnar í þaula.

„Íslendingar höfðu ákveðið að halda gríðarlega mikla hátíð til að fagna 1.000 ára afmæli Alþingis þetta sumarið og er hún kveikjan að byggingu hótelsins. Þetta er langstærsta hátíð sem Íslendingar hafa haldið og var ókjörum öllum af erlendum þingmönnum, gestum og kóngafólki boðið.

Með svona straum til bæjarins var ljóst að eitthvað þyrfti að gera enda höfðum við aldrei fyrr fengið marga tigna gesti í einu. Litlu gistiheimilin sem fyrir voru náðu engu máli og menn höfðu af þessu þungar áhyggjur.

Hinn magnaði Jóhannes á Borg

Þá stígur inn hin magnaða týpa Jóhannes Jósefsson glímukappi, sem síðar kenndi sig alltaf við Borgina. Hann var ofboðslega mikill Íslendingasögukall svo Borgar nafnið vísar ekkert í Reykjavíkurborg, heldur Borg á Mýrum þar sem Skallagrímur og Egill höfðust við fyrr á öldum.

Jóhannes hafði í 20 ár lifað mjög ævintýralegu lífi þar sem hann starfaði sem glímukappi og aflraunamaður í fjölleikahúsum, sérstaklega í Bandaríkjunum. Þar hafði hann kynnst stórstjörnum og var til að mynda persónulegur vinur Houdini.

Hann kemur hingað til lands til að setjast í helgan stein og setur allt sitt sparifé í að byggja Hótel Borg en fær á móti ábyrgð frá bæði ríki og borg, gegn því að hótelið verði klárað fyrir Alþingishátíðina og það tókst. Tímaáætlunin stóðst vel en kostnaðurinn varð tvöfalt það sem lagt var upp með í byrjun."

Fjörutíu herbergja lúxushótelið var hannað af Guðjóni Samúelssyni og voru húsakynnin glæsilegri en fólk átti að venjast hér á landi. „Þegar fólk sá veislusalina sagði það strax að upplifunin væri eins og að koma til útlanda, eins og að sigla eins og sagt var. Húsið sjálft var auðvitað glæsilegt en jafnframt var mikið lagt í alla innanstokksmuni, skreytingar, borðbúnað og listmuni."

Hálftómt lúxushótel

Að hátíðinni lokinni kom það í ljós að ferðamannatímabilið var ekki sérstaklega langt hér á landi. „Rekstur inn var erfiður enda þetta fína hótel hálftómt stóran hluta ársins. Ríkið hljóp þá undir bagga og eiginlega svipti aðra veitingastaði vínveitingaleyfi svo Borgin sat ein að því. Um allnokkurt skeið var Borgin því eina löglega vínveitingahúsið á landinu og lengi vel lykilstofnun í öllu skemmtanalífi og tónlistarsögu hér á landi. Allar fínni samkomur voru haldnar á Borginni og það er ekkert fyrr en vel eftir stríð að það fara að verða einhverjir aðrir valkostir.

Það má kalla fjórða áratuginn gullöld Borgarinnar enda þótti það fádæma munaður að fara þangað. Meirihluti herbergja var með sitt eigið bað eða sturtu en það var ekki orðinn standard útbúnaður nema á heimilum betri borgara. Þokkalega vel stæðir Reykvíkingar hituðu bara vatn í bala á eldhúsgólfinu ef þeir ætluðu í bað, sem þeir gerðu reyndar litið af," segir Stefán og hlær.

„Það var ekkert við stærðina á íslensku samfélagi né stöðu túrismans sem réttlætti það að ráðast í byggingu lúxushótels á þessum tíma og það korter í kreppu. Þetta hefði aldrei verið gert nema vegna þessarar tilviljunar, að þessi sérkennilegi eigandi er reiðubúinn að setja umtalsvert fé í þetta og ríkið vill að hótelið sé byggt."

Stefán bendir á að flestar aðrar atvinnugreinar hefðu verið arðbærari fyrir Jóhannes. „En hann var auðvitað búinn að lifa hálfgerðu glamúrlífi, var vanur því að búa á hótelum og þekkti nýjasta bandaríska lúxusinn."

Eiginkona Jóhannesar, Karólína Amalía Guðlaugsdóttir, átti stóran þátt í að byggja hótelið upp með honum. „Lengi vel bjuggu þau hjónin í hótelbyggingunni þar sem þau voru með þjóna og matreiðslumenn á sínum snærum. Þegar þau svo skildu flutti hún í turninn og hann bjó á fyrstu hæðinni."

Stefán segir opnun Hótel Borgar hafa breytt borgarbragnum töluvert og að það sé ekki að ástæðulausu að ákveðin rómantík sé yfir byggingunni í huga fólks.

„Byggingin kippti mönnum inn í nútímann og var eins konar gluggi inn í erlendan glamúr og í raun er dálítið magnað að menn hafi náð að upplifa slíkt hér á landi á þessum tíma."

Stefán mun eins og fyrr segir leiða gesti um Hótel Borg á afmælisdaginn en einnig mun Sigríður Thorlacius syngja tóna sem ómað hafa á Borginni í gegnum tíðina og henni til halds og trausts verða tónlistarmennirnir Guðmundur Óskar og Ómar Guðjónsson.



Mynd frá árinu 1930 þegar Hótel Borg opnaði fyrst dyrnar fyrir gestum stuttu fyrir Alþingishátíðina en stóð svo nánast tóm árin á eftir. MYND/LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR



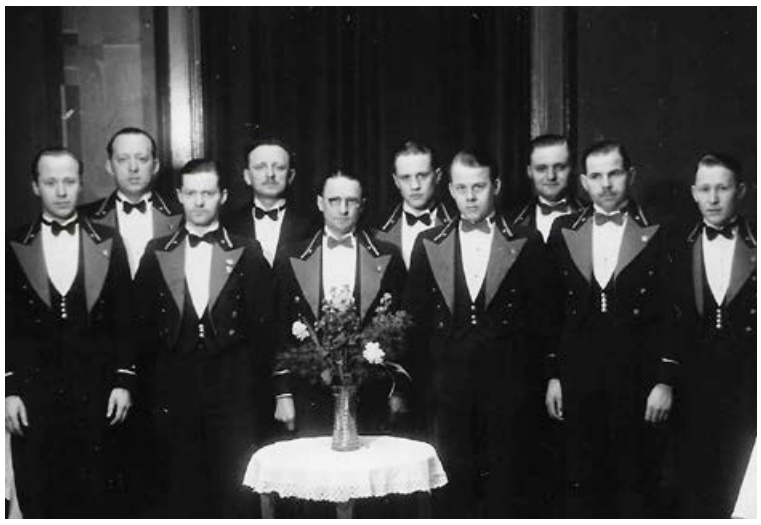
Einn fyrstu matseðla Borgarinnar sýnir að réttirnir voru mun látlausari á ástkæra ylhýra en á frönsku.



Jóhannes og eiginkona hans Karólína bjuggu á hótelinu og þegar þau skildu flutti hún í turnherbergið en hann á fyrstu hæðina.



Þernurnar á Borginni árið 1935.



Eins og sjá má var mikið lagt upp úr því að þjónar staðarins væru virðulegir.



Mynd tekin á bilinu 1950 til 1955. Húsband Borgarinnar, hljómsveit Carls Billich. MYND/LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR

HÚSIÐ SJÁLFT VAR AUÐVITAÐ GLÆSILEGT EN JAFNFRAMT VAR MIKIÐ LAGT Í ALLA INNANSTOKKSMUNI, SKREYTINGAR, BORÐBÚNAÐ OG LISTMUNI.



Stefán Pálsson, sagnfræðingur. MYND/GEIRIX

Fylgstu með
á Hringbraut



Fasteignir og heimili

– á Hringbraut alla mánudaga kl. 20:30







Alhliða þáttur um **fasteignir**, **heimili**, **innanhússarkitektúr**, **matargerð**, **húsráð** og **lífsstíl** – allt sem við kemur **heimilum**, **fasteignum** og **umhverfi** þeirra.

Sjöfn Þórðar hittir **fagfólk** og aðra áhugaverða **viðmælendur** til að fræða áhorfendur um þau **fjölbreyttu** viðfangsefni sem tengjast **fasteignum og heimilum.**

Heimsótt eru **lifandi** og **eftirtektarverð** heimili ásamt ýmsum **áhugaverðum** stöðum sem bjóða upp á **sögu, menningu og listir.** Jafnframt er fjallað um **horfur og þróun fasteignamarkaðarins.**

Fasteignir og heimili er
í boði Íslandsbanka

FRÉTTAUMRÆÐA, MENNING, HEILSA,
LÍFSREYNSLA, NÁTTÚRA OG MATARGERÐ

HRINGBRAUT



Ashley var duglegur að sækja útileiki og kíkja á knæpurnar með stuðningsmönnunum stuttu eftir að hann keypti félagið, en með árunum fór þeim heimsóknum fækkandi. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Skjórarnir geta loksins hafið sig til flugs á ný

Kristinn Páll Teitsson
kristinnpall@frettabladid.is

Þrettán ára eignarhaldi **Mikes Ashley** er að ljúka hjá Newcastle, tólf árum eftir að hann sagðist vera að selja félagið. Ashley var fljótur að fá stuðningsmennina upp á móti sér og átti enga leið inn í hjörtu þeirra á ný.

Stuðningsmenn Newcastle bíða spenntir eftir frekari fréttum af kaupum krónprinsins af Sádi-Arabíu, Mohammeds bin Salman bin Abdulaziz al-Saud, á félaginu, þegar lítið annað er í fréttum af enska boltanum. Hinn 34 ára gamli bin Salman hefur haft augastað á því að kaupa félag í ensku úrvalsdeildinni í dágóðan tíma og hefur verið orðaður við bæði Newcastle og Manchester United. Hann mun eflaust gjörbreyta landslaginu á stuttum tíma hjá Skjórunum eftir mögur ár undanfarinn áratug, þegar yfirtakan gengur í gegn.

Krónprinsinn er ekki á flæðiskeri staddur þegar kemur að peningum, enda einn af ríkustu mönnum heims og gæti því styrkt félagið verulega án þess að finna fyrir því, svo lengi sem félagið heldur sig innan regluverks UEFA um fjárhagslega háttvísi. Alls eru 44 dagar liðnir síðan enska úrvalsdeildin fékk gögn send frá núverandi eigendum félagsins og fjárfestingahópi bin Salmans og er aðeins tímaspursmál hvenær kaupin verða staðfest.

Í dag eru þrettán ár síðan auðkýfingurinn Mike Ashley eignaðist í fyrsta sinn hlut í Newcastle, þegar hann keypti 41,6 prósenta hlut Sir Johns Hall. Samkvæmt reglum þurfti Ashley að bjóða öðrum hluthöfum félagsins að kaupa þeirra hlut á sama verði og samþykkti Freddy Shepherd, formaður félagsins að selja sinn hlut mánuði síðar. Með því var Ashley búinn að eignast 77 prósenta hlut í félaginu og í júlí varð hann eini eigandi félagsins.

Fyrsta ár Newcastle með Ashley í brúnni gekk nokkuð áfallalaust fyrir sig. Ashley var duglegur að mæta á leiki með stuðningsmönnum og náðust myndir af honum að skola niður bjór á leikjum með stuðningsmönnum félagsins. Þá þótti afar vinsælt þegar Ashley fékk Kevin Keegan til að taka við liðinu á ný í ársbyrjun 2008, eftir að hafa rekið Sam Allardyce.

> MIKE ASHLEY, FRÁFARANDI EIGANDI NEWCASTLE ER VERÐMETINN Á 2,3 MILLJARÐA PUNDA, EFTIR AÐ HAFA STOFNAÐ SPORTS DIRECT Á SÍNUM TÍMA.

Adam var ekki lengi í Paradís, því um haustið 2008 fóru að heyrast raddir um ósætti á milli Keegans og Ashleys. Keegan var ósáttur við afskipti Ashleys og Dennis Wise sem yfirmanns knattspyrnumála og sagði upp. Stuðningsmenn Newcastle voru afar ósáttir og kölluðu eftir því að Ashley myndi yfirgefa félagið frekar en Keegan, sem hafði gert frábæra hluti með félagið í fyrri stjóratíð sinni.

Það reyndist aðeins setja tóninn fyrir tímabilið, þegar fimm stjórar stýrðu Newcastle á einhverjum tímapunkti og Newcastle féll úr efstu deild í fyrsta sinn í tuttugu ár.



Þegar Keegan var rekinn fengu stuðningsmennirnir nóg. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Newcastle fór rakleiðis aftur upp í efstu deild og náði fimmta sæti í ensku úrvalsdeildinni undir stjórn Alans Pardew um vorið 2012. Þar hafði Newcastle betur en félög á borð við Chelsea og Liverpool og var Pardew verðlaunaður með átta ára samningi um haustið, sem ætti að vera að renna sitt skeið á næstu mánuðum. Það reyndist undantekning því næstu ár var Newcastle að berjast fyrir lífi sínu þar til félagið féll á ný árið 2016.

Aftur komst Newcastle upp í fyrstu tilraun og tókst Rafa Benitez að festa liðið í sessi í ensku deildinni á ný, áður en hann hætti síðasta sumar, mörgum stuðningsmönnum Newcastle til mikils ama. Við tók Steve Bruce, sem hefur gert góða hluti þrátt fyrir orðróm um kaup á félaginu, sem gæti þýtt endalok hans hjá því. Það er ekkert nýtt að þjálfarar Newcastle hafi þurft, líkt og Bruce undanfarna mánuði, að vinna við þær kringumstæður að auðkýfingar séu að kaupa félagið og gætu skipt þeim út. Ákvörðun Ashleys, að reka Keegan, vakti slíka reiði að stuðningsmenn Newcastle fóru strax að kalla eftir því að Ashley myndi selja félagið og sendi Ashley frá sér tilkynningu, rúmu ári eftir að hafa eignast félagið, að félagið væri til sölu. Ashley hefur dansað á línunni milli þess að koma fram og segjast vera að selja klúbbinn, hitt fjárfesta í von um að losna við klúbbinn, en þess á milli hefur hann daðrað við hugmyndina um að eiga klúbbinn áfram líkt og þegar hann tilkynnti árið 2009, ári eftir að hafa sagt félagið til sölu, að hann væri hættur við að selja.

Árið 2014 sagðist Ashley skyndilega ekki vera tilbúinn til að selja félagið fyrr en Newcastle myndi vinna að hið minnsta einn bikar. Ári síðar var nýr tónn sleginn, síðasta haust sagðist Ashley vonast til að eiga Newcastle að eilífu, mánuðum eftir að hafa verið í viðræðum við annan fjárfestingahóp frá Mið-Austurlöndum.

Þegar Newcastle var upp á sitt besta var félagið reglulegur gestur í Meistaradeild Evrópu, ásamt því að heyja baráttu við lið Manchester United, undir stjórn Sir Alex Ferguson, um enska meistaratitilinn. Það vantaði oft aðeins herslumuninn að Newcastle næði að landa titlinum og eru komin 65 ár síðan Newcastle vann síðast stóran titil. Með komu nýs eiganda með djúpa vasa, gæti landslagið breyst næstu ár í Norður-Englandi.

Ný þáttaröð á sjónvarpsstöðinni Hringbraut

BÆRINN MINN

... sjarmi og sérstaða bæjarfélaganna, hringinn í kringum Ísland.



Bærinn minn er vönduð **þáttaröð** í umsjá Sigmundar Ernis Rúnarssonar, um þá töfra sem **bæjarfélögin á Íslandi** hafa upp á að bjóða. Þættirnir eru fyrir alla **ferðalanga** sem hyggjast sækja landið heim í sumar.

Sérstök áhersla verður lögð á að ljúka upp **leyndardómum bæjanna** í afþreyingu og **upplifun**, hvort heldur er í **bænum sjálfum** eða í **náttúrunni** í kring.

Hafir þú eða þitt fyrirtæki áhuga á að auglýsa í þáttunum skal hafa samband við auglýsingadeild Hringbrautar í **síma 550 5800** eða með tölvupósti á **auglysingar@hringbraut.is.**







Bærinn minn er í boði: RARIK KJÖRBÚÐIN í næsta nágrenni

FRÉTTAUMRÆÐA, MENNING, HEILSA, NÁTTÚRA OG LÍFSREYNSLA

HRINGBRAUT

Vilja Hallgerði langbrók í Laugarnesið

Þuríður Sigurðardóttir, söng- og listakona, og Guðni Ágústsson, fyrrverandi ráðherra, vaka yfir verndun Laugarnesstangans og útsýnisins þaðan til Viðeyjar. Þau leggja líka til að kvenréttindakonunni Hallgerði langbrók, sem þar hvílir, verði reist stytta á staðnum.

Þuríður Sigurðardóttir og Guðni Ágústsson hittast uppi á Laugarneshólnum þar sem æskuheimili Þuríðar stóð. „Hér fæddist ég," segir hún brosandi og færir sig í eitt hornið á auðum bletti í kerfilbreiðunni. „Pabbi tók á móti mér, ljósan var eitthvað sein. Húsið var 52 fermetrar að grunnfleti og við vorum sex systkinin."
„Sex? Það er nú ekki neitt, við vorum sextán. Mamma skildi sjálf á milli þegar ég fæddist, amma var ekki komin," toppar Guðni.

Spóinn flögrar um vellandi og sest í móann skammt frá. Það er ekki víða sem Reykvíkingar heyra og sjá til hans innan borgarmarkanna. „Við verðum að standa vörð um umhverfið hér og megum ekki taka það af börnum framtíðarinnar að hafa aðgang að óspilltri fjöru, móa með fuglalífi, menningarminjum og einstöku útsýni til Viðeyjar. Í verndaráætlun er útsýnið þangað metið sem mikil verðmæti, enda hafi það lítið breyst í aldir. En nú eru komnar gríðarlegar landfyllingar rétt við tangann og ef þar koma byggingar, eins og til stendur, er útsýninu illilega spillt," segir Þuríður. „Það eru sterk söguleg tengsl milli Laugarness og Viðeyjar, sem hafa verið samofin heild gegnum tíðina og það er verið að rjúfa þá heild."

„Þarna er mikið umhverfisslys. Þessi landfylling nær langleiðina út í Skarfasker," tekur Guðni undir. „Laugarnesið er yndislegasti staðurinn í Reykjavík. Ég geng hér oft tvo, þrjá hringi og sest í fjöruna og hlusta á öldugjálfrið. Svo skrifaði ég sögu Hallgerðar langbrókar, þá sá ég hana oft sitja hér á hólnum. Sá hárið blakta undan vindinum."

Þetta hendir Þuríður á lofti. „Viðurnefni hennar, langbrók, þýðir einmitt sítt hár en ekki síðar buxur," upplýsir hún. „Orðið langbrok er komið úr norsku og þýðir gróðurvin, hið mikla hár Hallgerðar var vísun í þá merkingu."

Hér var hún

„Aðdáendur Hallgerðar og allir sem vilja kenna sig við kvenfrelsi, ættu að standa að því að henni verði reist stytta hér í Laugarnesinu. Hér var hún, hér dó hún og Njála segir að hún hafi verið lögð hér til hvílu í kirkjugarði. Þú værir ágæt fyrirmynd að þeirri styttu, Þuríður," segir Guðni og er nú kominn á flug.

„Hallgerður var falleg kona. Hún var göfugrar ættar og ekki lamb að leika við, en ég held að hún hafi verið í mannréttindabaráttu allt lífið. Augu okkar nútímafólks hafa opnast fyrir örlögum þessarar stórbrotnu, umdeildu konu. Hún var sem barn misnotuð af Þjóstólfi, hún var þvinguð í hjónaband við Þorvald á Felli, fjórtán ára að aldri. Eftir að Þjóstólfur drap hann, giftist hún Glúmi og elskaði hann, en hann rak henni kinnhest úti á hlaði og Þjóstólfur kom að henni grátandi, svo hann drap Glúm líka og hún var orðin ekkja í annað sinn. Saga hennar og Gunnars á Hlíðarenda var ástarsaga, en þar bættist við einn harmleikurinn sem þekktur er úr nútímanum. Hún var lögð í einelti. Njáll og Bergþóra þoldu hana ekki og töldu hana ekki samboðna Gunnari.



Guðni Ágústsson og Þuríður Sigurðardóttir eiga sameiginlegt að meta Laugarnesið mikils og vilja halda sögu þess á lofti. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hallgerður er stórbrotin persóna – elskuð og hötuð. Saga hennar kallar til okkar gegnum aldirnar sem birtist í því að hún var kvenréttindakona – lengi misskilin, en nútíminn skilur hana því í lífi sínu braut hún feðraveldið á bak aftur.

Guðni Ágústsson

Allir vita hvernig fór, hann sló hana í veislu þegar gestir voru viðstaddir og hún lýsti því strax að þess myndi hún hefna. Varð svo einhver hataðasta kona Íslandssögunnar, af því hún átti að hafa valdið dauða Gunnars með því að ljá honum ekki leppa tvo í bogastreng sinn."

Guðni bætir því við að eftir víg Gunnars hafi Hallgerður flutt í Laugarnesið á eignarjörð sem hún erfði eftir Glúm. „Hún hafði átt hendur að verja fyrir öllum mönnum sínum og hér er því fyrsta kvennaathvarfið. Gamlir Reykvíkingar sögðu að leiði hennar hefði alltaf verið þekkt, það hefði verið grænt allt árið. Þeir sögðu mér líka að þegar Sæbrautin var lögð hafi verkfræðingurinn sagt: „Við verðum að fara yfir hornið á kirkjugarðinum, það gerir nú ekki mikið til, leiðið hennar Hallgerðar fer undir. Það er í lagi að keyra yfir kerlinguna, næstu þúsund árin." Þess vegna hoppa bílar hér aðeins, þeir fara yfir leiðið hennar."

Gaf dætrum landsins slagorð

Njála er ein merkilegasta og fallegasta bók landsins, að mati Guðna. „Hallgerður er stórbrotin persóna – elskuð og hötuð. Saga hennar kallar til okkar gegnum aldirnar sem birtist í því að hún var kvenréttindakona, lengi misskilin, en nútíminn skilur hana því í lífi sínu braut hún feðraveldið á bak aftur," bendir hann á. „Hallgerður gaf líka öllum dætrum þessa lands slagorð sem ætti að standa á stuttunni. „Engin hornkerling vil ég vera." Það er kall aldanna til kvenna."

„Já, ég hefði viljað setjast niður með Hallgerði langbrók, drekka með hanni kaffibolla og heyra sögu hennar frá hennar hlið," segir Þuríður. **gun@frettabladid.is**



†

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, amma og tengdamóðir,

Rannveig Tómasdóttir

Brekkubyggð 26,

lést á heimili sínu í faðmi fjölskyldunnar þriðjudaginn 19. maí. Útför verður auglýst síðar.

Þórhallur Arason
Halla Björg Þórhallsdóttir — **Guðmundur Kristinsson**
Þorbjörg Þórhallsdóttir — **Gísli Þór Guðmundsson**
Tómas Magnús Þórhallsson — **Unnur Lilja Hermannsdóttir**
Rannveig Myrra Gísladóttir
Rakel Tómasdóttir



†

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Maríus Kárason

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Hólmavík 10. maí. Útför hans fór fram frá Hólmavíkurkirkju 16. maí. Þökkum hlýhug og vinsemd alla.

Kristbjörg Jónsdóttir
Ægir — **Þórunn Elfa**
Selma — **Óli Þór**
Berglind — **Kristný Maren**
Hafrún — **Hallgrímur**
barnabörn og barnabarnabörn.



†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðbjörg Guðmannsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk, mánudaginn 18. maí. Útförin hefur farið fram í kyrrþey. Sérstakar þakkir fær starfsfólk á hjúkrunarheimilinu Mörk fyrir einstaka umönnun. Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug.

Svandís Magnúsdóttir — **Stefán Benediktsson**
Guðmann Magnússon — **Sigríður Ólafsdóttir**
Sigurður Bjarki Magnússon
barnabörn og barnabarnabörn.

Merkisatburðir

1985 Stefna Íslendinga í afvopnunarmálum er staðfest á Alþingi: Á Íslandi verða ekki staðsett kjarnorkuvopn.

1985 Smáþjóðaleikarnir eru settir í fyrsta sinn í San Marínó.

1987 Hannes Hlífar Stefánsson verður heimsmeistari sveina í skák, 14 ára gamall.

1988 Danska kvikmyndin Pelle sigurvegari eftir Bille August vinnur Gullpálmann á Kvikmyndahátíðinni í Cannes.

1996 Sviinn Göran Kropp nær toppi Everestfjalls án súrefnishjálpartækja eftir að hafa hjólað að fjallinu frá Svíþjóð.

2003 Íslenska alþjóðabjörgunarsveitin fer út til Alsír til rústabjörgunar því tveimur dögum fyrr varð jarðskjálfti upp á 6,7 á Richter í norðurhluta landsins.



2010 **Eldgosinu í Eyjafjallajökli lýkur.**

2015 Máns Zelmerlöw sigrar Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva 2015 fyrir Svíþjóð með laginu Heroes.

2015 Írar samþykkja í þjóðaratkvæðagreiðslu að heimila hjónabönd samkynhneigðra.



Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Sigríður K. Thors

lést miðvikudaginn 13. maí á hjúkrunarheimilinu Mörk.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 28. maí kl. 13.

Ágústa Stefánsdóttir
Margrét Þ. Stefánsdóttir **Jón Magnússon**
Inga L. Stefánsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginkona mín,
móðir okkar, amma og tengdamóðir,

Sigríður Sjöfn Einarsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Eir,
mánudaginn 11. maí.
Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju
föstudaginn 29. maí kl. 13.00.

Lúðvík S. Nordgulen
Einar Nordgulen **Eva Nordgulen**
Lúðvík Þ. Nordgulen **Margrét H. Helgadóttir**
Ólafur Nordgulen



Elsku besta mamma okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Bjarný Sólveig Sigtryggsdóttir
frá Mosfelli, Ólafsvík,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands Akranesi 20. maí. Útför hennar fer fram frá Ólafsvíkurkirkju 30. maí kl. 14.00.

Guðbjörg Jenný Ríkarðsdóttir **Hafsteinn Garðarsson**
Bylgja Sjöfn Ríkarðsdóttir
Magnús Ríkarðsson **Anna Hulda Long**
Ríkarð Ríkarðsson
Díana Harpa Ríkarðsdóttir **Vigfús Magnússon**
barnabörn og barnabarnabörn.

HjartaHeill
Minningarkort á **hjartaheill.is**
eða í síma 552 5744



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
systir, amma og langamma,

Guðbjörg Pálsdóttir
Sléttuvegi 11,

lést aðfaranótt 17. maí.
Útförin fer fram frá Háteigskirkju miðvikudaginn 27. maí kl. 15.

Þórlaug Rósa Jónsdóttir **Stefán Svavarsson**
Óskar Jónsson **Ágústa Þorbergsdóttir**
Ingibjörg Jónsdóttir **Friðrik Steinn Kristjánsson**
Þórunn María Jónsdóttir **Hávarður Tryggvason**
Guðríður Pálsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir, tengdafaðir og afi,

Vilhjálmur Knudsen
kvikmyndagerðarmaður,
Hellusundi 6a,

lést á Landspítalanum fimmtudaginn 14. maí. Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki B2 í Fossvogi fyrir góða umönnun. Útför fer fram með nánustu aðstandendum.

Ósvaldur Knudsen **Brynhildur Lilja Björnsdóttir**
Elín Louise Knudsen **Eiríkur Dór Jónsson**
Vilhjálmur Louis Knudsen
Alexander Óðinn, Brynja Rán, Kristófer,
Elísabet Unnur og Eva Þórunn

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA


Kristín Ingólfsdóttir


Sverrir Einarsson


Margrét Ásta Guðjónsdóttir

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Elísabet Ásta Dungal

lést á líknardeildinni í Kópavogi 17. maí.
Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 29. maí kl. 13.00.

Gunnar Haukur Arnarson
Elísabet Arnardóttir **Hjálmar Georg Theodórsson**
Anna Berglind Arnardóttir **Dungal Victor Strange**
Jón Örn Arnarson **Margrét Helga Skúladóttir**
og ömmubörn.



Elskuleg systir okkar og mágkona,

Gréta Halldórsdóttir
fv. bankaritari,
Orrahólum 7,

sem lést á Vífilsstöðum sunnudaginn 10. maí sl. verður jarðsungin frá Háteigskirkju, þriðjudaginn 26. maí kl. 13. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hinnar látnu er bent á Landsbjörg eða SOS barnaþorpin.

Björn Halldórsson **Auður Gilsdóttir**
Sigrún Halldórsdóttir **Hafþór Edmond Byrd**
Guðmundur Halldórsson **Hólmfríður Rögnvaldsdóttir**
Hrafnhildur Halldórsdóttir **John DeMarco**
og systkinabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Guðrún Ragna Pálsdóttir
Lautasmára 1, Kópavogi,

sem lést laugardaginn 11. apríl sl. á líknardeild Landspítalans í Kópavogi, verður jarðsungin frá Bústaðakirkju miðvikudaginn 27. maí 2020, kl. 13.00.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Krabbameinsfélag Íslands.

Gunnar Páll Guðbjörnsson
Björgvin Jens Guðbjörnsson **Steinunn G. Jónsdóttir**
Rafnar Þór Guðbjörnsson **Guðrún Á. Eðvarðsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

Lilja Helga Gunnarsdóttir

lést þann 9. maí síðastliðinn.
Útförin fer fram frá Neskirkju miðvikudaginn 27. maí klukkan 15.00.
Blóm og kransar eru vinsamlega afþökkuð en þeim sem vilja minnast hennar er bent á að láta Elliheimilið Grund njóta.

Ingimundur Magnússon
Magnús Ingimundarson **Brynhildur Ingvarsdóttir**
Gunnar Ingimundarson **Hrund Sch. Thorsteinsson**
Bolli Þór Bollason **Hrefna Sigurðardóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.



Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

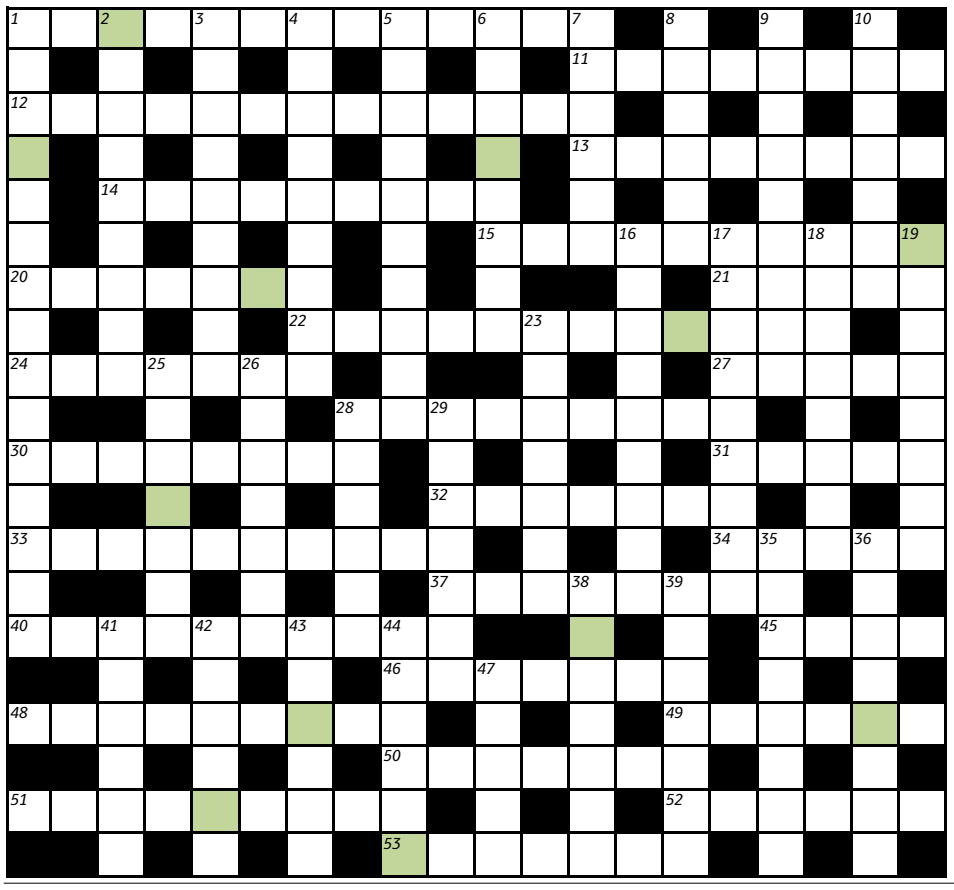
Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 2, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á **timamot@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055 .

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



1 Dæstum af og til frá rismálum til dagmála (13)
11 Mælst er til að þú mætir á draumasvæði (8)
12 Sjón mun skrifa um keppni við Shakespeare (13)
13 Ég get málað gyðju með koparrautt hár (8)
14 Blása örar í takt við tísku dagsins (9)
15 Sindra mun frjáls þjóð og glóðum sneydd (10)
20 Drátturinn riðlar gotunni (7)
21 Nautnahljóð sýnir að þú naust þess (5)
22 Snoðum hörkutól með smátólum (12)
24 Syngja og æða áfram með börnin (7)
27 Baslið við að miðla þessu rugli (5)
28 Fljót vill finna fáránlegar (9)
30 Les um sundruð og löngu liðin met á bb.is (8)
31 Gráta brenglað bast (5)
32 Lokað vegna óþarflega opinna gesta (7)
33 Við Jónar sitjum glaðir undir heitum í löngum bunum (10)
34 Geirmundur hafði engu gleymt (5)
37 Hún seður hungrið og hárið með (8)
40 Bévítans Tinnagátan ruglar alla í húsinu (10)
45 Hálfgerður ræfill, þessi feimna frú (4)
46 Hamslaus leitar samkvæma og verðeininga (7)
48 Enn er kastali minn farinn að síga bakatil (9)
49 Ægisbörn hafa öll sama einkennið (6)
50 Má ég kynna stórmyndina „Með lýs í auga“ (7)
51 Heyrum nú í skruggu Seifs (9)
52 Eru kraftlyftingamenn alltaf svona bitrir? (6)
53 Hirtu ekki um rispuna, taktu sprettinn! (7)

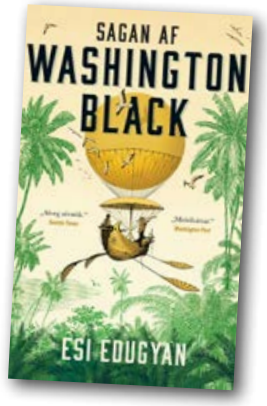
LÓÐRÉTT
1 Moldríkur verkstjóri (15)
2 Bálill búast til ferðar án söðla (9)
3 Um leiðbeiningar handhafa að handan (9)
4 Gráta hús iðnaðarmannanna (9)
5 Af frædreifingum og endurtekningu þeirra (10)
6 Saga ákveðinna aftaka er efniviður þessara tilteknu bálka (8)
7 Tyrfinn svoli leitar að fyrirmynd (6)
8 Af mörgu illu, hvað er best til að leysa úr rugli svona stráks? (6)
9 Kyrrðum broddstaf með villtum piltum og fölskum flyglum (9)
10 Sól á eftir að rísa, það veit á tilbreytingu (7)
16 Hægfara en vel þjálfuð, þótt það hafi tekið sinn tíma (9)
17 Sá viðarvani neitar ekki svona sætu efni (9)
18 Lélegt skipalægið geymir margan vesælan dallinn (8)
19 Langar í kind, segir sá stífi (8)
23 Þetta bakkelsi kallar á umsnúninga (7)
25 Gelt karla bergmálar í iðrum hinna stóru kassa (7)
26 Óhróður setur sinn svip á þetta flimt (7)
28 Tel mig vita hvað þér þykir gott (6)
29 Mínar eru mættar, aðrar eru aðfengnar (7)
35 Spotta kraftaverk sem sjást bara í smásjá (8)
36 Hún heillar alla sem elska slóða (8)
38 Hvernig ætli reið sál skýri rotið hyski? (7)
39 Þekkirðu eitthvað fúlla og magrara en Haliaeetus Rex? (7)
41 Höfum við náð mettun á snotrum stafavíxlum? (6)
42 Hörður og Mörður eru bræður, en hvor þeirra veit allt um stafrænar vörður? (6)
43 Hvorki fljót né vatn skal hækka skatta (6)
44 Þessi gerð þolir níð en lætur auðveldlega glepjast (6)
47 Árans skessa öllu lýgur/engin er hún dama heldur ... (5)

Lausnarorð síðustu viku var
BORÐSTOFUBORÐ

B	L	A	Ð	S	K	E	L	L	A	N	D	I		F		S		S	
R		F		K		F		Í		A		L	Ý	R	U	N	N	A	R
A	F	T	U	R	B	R	Ú	N	U	M		L		E		J		L	
U		U		A		A		I		M	Ó	B	O	T	N	Ó	T	T	A
T	U	R	N	U	G	L	U	N	N	I		Ý		K		K		V	
A		H		T		O		G		B	O	L	T	A	L	Á	S	A	R
R		A	N	G	A	F	R	U	M	A		I		R		L		T	
G		L		I		T		N		R	Y	Ð	K	L	Á	F	A	N	A
E	L	D	H	R	E	S	S	U	M		R		V		T		L		U
N		I		N			Ó	M	A	R	K	V	E	R	T		D		K
G	E	Ð	M	I	K	I	L		T		J		N		L	E	I	T	A
I			A		O		M	Á	L	S	E	T	T		E		N		M
	H	I	R	Ð	M	E	Y		Í		N		Ö	R	Y	R	K	J	A
	E		G		U		R	O	F	A	D	Ó	S		S		J		Ð
K	I	S	T	U	L	O	K		I		U		K	Ú	A	G	Ö	T	U
	M		U		E		V	Í	Ð	E	R	N	U	M		O	T	U	R
B	R	A	G	L	I	Ð	U	M		L		A		B	E	R	I	Ð	
	E		G		Ð		M	A	R	K	A	Ð	U	R		T		R	
E	I	N	I	N	U	M		R		U		R		Í	S	U	Ð	U	M
	Ð		Ð		M		S	K	A	R	K	A	L	A		M		M	

LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist góð græja. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 28. maí næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „23. maí“.





FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Sagan af Washington Black** eftir **ESI Edugyan** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Jón Ármann Gíslason, Kópaskeri**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÉTT

4	2				9			
1	3	8		4	7	2		
	7				1		4	
6	4	1				3		
		2						
8				2	5		1	
7	8			1			9	
			9			8		
9		4	8		2		7	

MIÐLUNGS

		9		8		2	1	
	2		7		4	3		
	3		5					9
9	4			2				
		7	3	4				
	6							
6			1	7		5		
4								1
	5					9		

ÞUNG

							3	4
7		6				5	1	
					1			7
	5	9	4					1
			9	3		6		
	2							
				9		7	4	2
		5		6		9		
3			8		7			

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.

2	4	5	3	1	9	6	7	8
9	6	7	2	4	8	1	3	5
8	1	3	6	5	7	9	2	4
6	7	9	1	8	2	5	4	3
1	8	2	4	3	5	7	6	9
3	5	4	7	9	6	8	1	2
4	9	1	5	6	3	2	8	7
7	3	8	9	2	1	4	5	6
5	2	6	8	7	4	3	9	1

3	9	2	7	1	4	8	6	5
7	8	4	6	5	2	9	1	3
1	5	6	8	9	3	7	4	2
2	3	8	9	4	6	5	7	1
9	6	1	2	7	5	3	8	4
4	7	5	1	3	8	6	2	9
8	1	7	3	2	9	4	5	6
5	2	3	4	6	7	1	9	8
6	4	9	5	8	1	2	3	7

4	5	1	6	7	9	2	8	3
6	2	3	8	1	4	7	9	5
7	8	9	5	2	3	1	6	4
3	6	7	4	9	2	5	1	8
8	4	2	1	5	6	3	7	9
9	1	5	3	8	7	4	2	6
1	3	4	7	6	8	9	5	2
5	9	6	2	3	1	8	4	7
2	7	8	9	4	5	6	3	1

Skák Gunnar Björnsson

Svartur á leik



Yu Yangyi (2738) virðist vera í vandræðum á móti Jan-Krzysztof Duda (2774) á Lindores Abbey atskákmótnu á Chess24.

38...Rf5! 39. gxf4 (Hvítur verður mát eftir 39. Hxd5 He2 40. Kf1 Rxg3#). **39...Re3+ 40. Kg1 Rxd1.** Skákinni lyktaði með jafntefli og Yu tryggði sér keppnisrétt í útsláttarkeppninni sem hefst í dag.

www.skak.is: Skák í raunheimum!

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

MIKIL SVEIFLA

Bridgesambandið hefur ákveðið að heimila sumarbridge spilamennsku frá og með mánudeginum 18. maí í húsnæði BSÍ í Síðumúla 37. Vegna fjöldatakmarkana er einungis unnt að spila á 12 borðum, fyrst um sinn og þannig verða, með spilastjóra, innan við 50 manns í salnum. Í þessu faraldursástandi er mikið um mót á netinu. Dagana 18.-22. maí var spilað sterkt alþjóðlegt paramót (Alt Mixed Invitational) með þátttöku 8 sterkra sveita. Mjög athyglisvert spil kom fyrir í leik sveita sem hétu Firm og Gupta. Sveit Gupta græddi vel á spilinu í samanburðinum, en var með lánið í fylgd með sér. Norður var gjafari og enginn á hættu.

Norður
♠ K75
♥ -
♦ 9742
♣ ÁG9632

Vestur
♠ 843
♥ ÁK9532
♦ K5
♣ 87

Austur
♠ D
♥ D108764
♦ D863
♣ 54

Suður
♠ ÁG10962
♥ G
♦ ÁG10
♣ KD10

Á báðum borðum ákvað norður að byrja á hindrunarsögninni 3 ♣. Suður reyndi á báðum borðum að segja kröfusögnina 3 ♠. Norður valdi á báðum borðum að gefa fyrirstöðusögnina 4 ♥. Þá skildu að sagnir á borðunum. Á öðru borðanna kaus austur að dobla á lítil spil til að sýna lengd í þeim lit. Suður var neikvæður og ákvað að láta 4 ♠ duga. Vestur barðist í 5 ♥ og suður doblaði til refsingar og uppskeran var lítil, tvo niður, 300 til NS. Á hinu borðinu blandaði austur sér ekki í sagnir og suður spurði um ása (spaðasamþykkt) með sögninni 4 gröndum, eftir 4 ♥ hjá norðri. Norður sagði 5 grönd sem þýddu jafna tölu ása (trompkóngur talinn sem ás) og eyðu. Þá lét suður vaða í 7 ♠. Það reyndust 13 auðveldir slagir (1510) þegar spaðadrottning kom hlýðin niður einspil og engin laufstunga var í boði fyrir vörnina.

bauhaus.is

BAUHAUS®



26.995.-

Nilfisk háþrýstidæla
C 125.7-6 X-TRA. Stærð: 270 x 300 x 820 mm (L x B x H). Þyngd: 6,6 kg. 1500 W. Hám.þr: 125 bar / 12,5 Mpa. Hám.vatnm.: 460 l/klst. Hám.hitast.: 40°C

Er kominn tími á pallinn?



4.495.-

Pallaolía, 5 l
Smýgur djúpt inn í viðinn og hrindir vel frá sér vatni. Notið litaða olíu til að ná fram fullnægjandi UV-vörn. Fæst í ýmsum glærum litatónum.

Takmarkað magn – sending væntanleg!



315.-

Gagnvarið pallaefni
Gagnvarin fura. NTR A/B vottað. 28 x 120 mm. Verð á m. FSC.

ALLT FYRIR HÚS, HEIMILI OG GARÐA!

Er grillveisla um helgina?
Eitt mesta úrval landsins af grillum og grillaukahlutum!



67.995.- ~~74.995.-~~

Gasgrill Spirit II E-310
3 brennarar, 8,79 kW. Grillflötur: 60 x 46 cm. Postulínsglerungshúðuð grillgrind úr steypujárni. Innbyggður hitamælir. Niðurfellanlegt hliðarborð (vinstra megin). Opinn vagn.



68.995.- ~~79.795.-~~

Gasgrill Q3200
2 brennarar, 6,36 kW. Grillflötur 63 x 46 cm. Grillgrind úr porselínglerungshúðuðu steypujárni. Rafrænn kveikjari. Innbyggður hitamælir. Lok og botn úr áli. Opinn vagn.



79.995.- ~~89.995.-~~

Gasgrill Rogue 365
2 brennarar, 10,5 kW. Grillflötur: 51 x 45 cm. Snúanlegar grillgrindur úr steypujárni. Svart porselínglerungshúðað lok. Innbyggður hitamælir. Niðurfellanleg hliðarborð.

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplysingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi

405

„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 skyldi hún vera svona klár?

6				3	8		1	
	3	1	7					6
			9	6		3		7
3	1			9		7	8	5
		9	8				6	
7			4				3	
							4	8
	7	8			9			
	5	2	1	8				

	3	1	7			5		8
	6		5					
	5		8		3	9		
		3	4		5	2		
5		7					9	
	9			7		3		
3		2	9				4	5
8			6		1			2
			3	2				9



Listaverkið

Laufey Lilja Leifsdóttir, átta ára nemandi í þriðja bekk Laugarnesskóla, teiknaði þessa mynd á sólríkum degi, sem var kærkomin tilbreyting eftir langan vetur. Myndin er draumsýn um ljúfa sumardaga þegar kuldi og kórónaveira eru að baki.





Hún Aría er ánægð með sumarið og bráðum á hún afmæli. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Skemmtilegasti dagurinn er í dag

Hún heitir Aría Björk Daníelsdóttir og er þriggja og hálfs árs. Póstleikur er í mestu uppáhaldi hjá henni núna. Svo finnst henni gaman að teikna, meðal annars kórónuveirurnar.

Aría Björk, ertu kölluð báðum nöfnunum? Nei.

Ertu í skóla? Já, ég er í leikskóla og hann heitir Laufásborg.

Hvað er mest gaman í leikskólanum? Að fara í þrautabraut.

Hvað finnst þér best að gera í frístundum? Að vera heima og tína blóm úti í garði og setja blómin í glas þar sem er vatn. Svo finnst mér gaman að teikna myndir af fjölskyldunni minni og hringekju og kórónuveirunni.

Er einhver þáttur í sjónvarpinu sem þér finnst betri en annar? Hvolpasveit.

Þekkir þú mörg dýr? Já, ég þekki Lukku, sem er voffi, sem afi Styrmir og amma Dóra eiga. En mér finnst apar vera flottustu dýrin.

Hvaða leikur finnst þér skemmtilegastur? Póstleikur. Þá er maður að teikna á eitthvað blað og svo er hinn undir borði og sendir blaðið og sá sem er undir borði reynir að grípa blaðið og þá fær hann póst.

Hver er uppáhaldsbókin þín? Snuðra og Tuðra fara í strætó. Mér finnst gaman í strætó.

Hver er besti maturinn? Pulsa.

En drykkurinn? Vatn.

ÉG ÞEKKI LUKKU SEM ER VOFFI SEM AFI STYRMIR OG AMMA DÓRA EIGA. EN MÉR FINNST APAR VERA FLOTTUSTU DÝRIN.

Skemmtilegasti dagurinn og af hverju? Í dag. Hann er svo skemmtilegur.

Hver er uppáhaldstónlistarmaðurinn eða hljómsveitin? Daði.

Áttu uppáhaldslag? Gagnamagnið með Daða Frey og Budapest með George Ezra. Mér finnst George sætur.

Hefur þú farið í ferðalag? Já, ég hef farið í annað land sem heitir Tenerife og Noregur.

Hvað finnst þér fyndnast? Þegar mamma er að kitla pabba.

Uppáhaldslitur? Bleikur.

Hvað ætlar þú að gera í sumar? Ég ætla að fara í sund og í ferðalag upp í sveit og vera úti í garði og fara í bíó.

Hvað langar þig að verða þegar þú ert orðin stór? Fótboltakona. Mig langar að æfa fótbolta.

Hvað finnst þér best við sumarið? Að eiga afmæli, ég á afmæli í júlí.



Vandaðar brúðargjafir

15% kaupauki til brúðhjóna sem stofna brúðargjafalista

ROSENDAHL COPENHAGEN · GEORG JENSEN · ROYAL COPENHAGEN · KAY BOJESEN DENMARK · iittala · Villeroy & Boch 1748

KÚNÍGÚND

sérverslun með vandaðar gjafavörur

Kringlan · Glerártorg · kunigund.is

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
15 °C | 3	7 °C | 3	5 °C | 4
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
3 °C | 7	13 °C | 8	4 °C | 8

Norðaustan 3-10 m/s og að mestu skýjað en bjartviðri um vestanvert landið. Gengur í norðan 8-15 í kvöld, en 15-23 m/s undir Vatnajökli. Rigning eða slydda með köflum austan til á landinu í nótt, annars þurrt. Hiti 5 til 16 stig yfir daginn, hlýjast suðvestanlands.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík	8 °C | 10	5 °C | 8	8 °C | 5	6 °C | 6	7 °C | 3
Ísafjörður	9 °C | 7	2 °C | 5	4 °C | 4	4 °C | 5	5 °C | 1
Akureyri	13 °C | 6	9 °C | 4	6 °C | 5	5 °C | 3	8 °C | 3
Egilsstaðir	10 °C | 6	10 °C | 6	8 °C | 4	7 °C | 5	10 °C | 7
Kirkjubæjarklaustur	7 °C | 10	7 °C | 8	10 °C | 5	6 °C | 5	8 °C | 4
Hveravellir	3 °C | 11	3 °C | 14	3 °C | 5	2 °C | 10	3 °C | 5

BIRTA LÍFEYRISSJÓÐUR

Ársfundur Birtu lífeyrissjóðs

Ársfundur Birtu lífeyrissjóðs verður haldinn mánudaginn 15. júní kl. 17:00 á Grand Hóteli, Reykjavík.

Dagskrá er samkvæmt samþykktum sjóðsins.

Auk kjörinna fulltrúa eiga allir sjóðfélagar rétt til setu á fundinum.

Til fulltrúaráðs launamanna

Kjörfundur fulltrúa launamanna í Birtu lífeyrissjóði, vegna stjórnarkjörs í lífeyrissjóðnum verður haldinn mánudaginn 8. júní kl. 17:30 í Súlnasal Hótel Sögu, Reykjavík.

BANDALAG KVENNA Í REYKJAVÍK

Bandalag kvenna í Reykjavík auglýsir eftir umsóknum um styrki til Starfsmenntunarsjóðs ungra kvenna fyrir skólaárið 2020-2021

Tilgangur sjóðsins er að hvetja og styðja við bakið á ungum konum, sem ekki eiga kost á námslánum, til að afla sér aukinnar menntunar. Starfsmenntunarsjóður ungra kvenna hefur styrkt konur til náms í 25 ár. Umsóknareyðublað, úthlutunarreglur og allar nánari upplýsingar má nálgast á heimasíðu bandalagsins, **www.bkr.is.**

Umsóknir um styrki skal senda til Bandalags kvenna í Reykjavík, Túngötu 14, 101 Reykjavík, merktar **„Námsstyrkir"** eða í tölvupósti á bandalagkvennarvk@gmail.com.

Umsóknarfrestur er til 26. júní.



Pondus

Eftir Frode Øverli



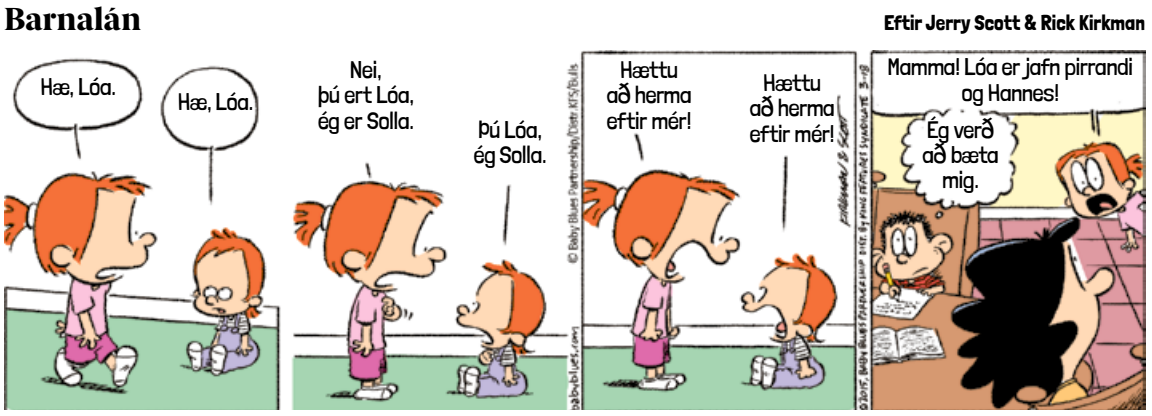
Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



VERTU LJÓSAVINUR

Hjálpaðu okkur að bæta aðgengi krabbameinsgreindra að faglegri endurhæfingu.

Við leitum að fleiri mánaðarlegum Ljósavinum til að styðja okkur í stafrænni vegferð.

www.ljosid.is/ljosavinur

Ljósið









Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

24. MAÍ 2020

Hvað? Söngstund
Hvenær: 14.00
Hvar: Hljóðberg, Hannesarholti
Sigga Eyrún og Kalli Olgeirs stjórna fjöldasöng.



Verk á sýningu Jakobs Veigars.

Talaði við tré

„Ég byrjaði að mála verkin fyrir þessa sýningu í stórborg á Indlandi. Þar var allt fullt af fólki allstaðar. Allt var svo spennandi og nýtt," segir Jakob Veigar.

Eftir nokkrar vikur fannnst honum umhverfið orðið yfirþyrmandi. „Ég settist niður við tré til að ná áttum og ég sagði því hvernig mér leið. Tréð var fallegt og skartaði sínu fegursta þrátt fyrir að vera umkringt sorpi og mengun. Hávaðinn hafði engin áhrif. Það bara var þarna eins og alltaf, þrátt fyrir fjandsamlegt umhverfið. Ég talaði við tréð og skildi að alvöru fegurð er alveg sama um hvað gengur á í kringum hana ... Ég þakkaði trénu fyrir mig og hélt áfram."

Brestir í útsendingu Sinfóníutónleika í sjónvarpinu

TÓNLIST

Sinfóníutónleikar

★★☆☆☆

Bein útsending á RÚV

Eldborg í Hörpu
miðvikudaginn 20. maí

Verk eftir Mozart, Massenet, Sigfús Einarsson og Jón Nordal í flutningi Sinfóníuhljómsveitar Íslands.
Einsöngvari: Hallveig Rúnarsdóttir.
Einleikari: Sigrún Eðvaldsdóttir.
Stjórnandi: Bjarni Frímann Bjarnason.



Hallveig söng ákaflega fallega, segir Jónas Sen.

Polki er oft spilaður á Vínartónleikum Sinfóníuhljómsveitar Íslands, enda er þetta fjörugur dans. Eggjasuðupolkinn hefur þó ekki heyrst þar, svo vitað sé. Hann var eftir Hardtberg nokkurn frá Berlín, seint á nítjándu öldinni. Ekki aðeins þótti gaman að dansa polkann, heldur var hann líka praktískur í eldhúsinu. Leiðbeiningarnar, sem fylgdu nótnaheftinu, voru svona: Settu egg í sjóðandi vatn og spilaðu svo polkann. Þegar þú hefur lokið leiknum eru eggin tilbúin.

Yfirskrift polkans var „allegro moderato", sem þýðir hratt, en þó rólega. Ef polkinn væri spilaður á sama hraða og Bjarni Frímann Bjarnason stjórnaði fyrsta kaflanum í sinfóníu nr. 29 eftir Mozart, í beinni útsendingu í sjónvarpi RÚV á miðvikudagskvöldið, yrðu eggin hrá og ólystug. Kaflann á samt einmitt að flytja „allegro moderato", sem var ekki að heyra á fremur galgopalegri hljómsveitarstjórninni. Tónlistin var óróleg og virkaði stressuð, eins og öllum lægi óskaplega mikið á. Tæknilega séð var leikurinn auk þess slæmur. Strengirnir voru ósamtaka, sérstaklega í byrjun, og margir óhreinir tónar skemmdu heildarupplifunina.

Tveggja metra reglan

Hljómsveitinni er vorkunn, því þetta voru skrýtnar aðstæður. Aðeins örfáir áheyrendur voru í Eldborginni í Hörpu, þetta var bein útsending á besta tíma, líklega voru margir að hlusta heima í stofu. Hljómsveitin er venjulega stærri, en hér voru hljóðfæraleikararnir óvanalega langt hver frá öðrum.

Næstu atriði efnisskrárinnar voru miklu betri. Hallveig Rúnarsdóttir, sópran, söng með hljómsveitinni þrjár aríur úr jafnmörgum óperum eftir Mozart. Hljómsveitin var þá komin almennilega í gang og spilaði af kostgæfni. Hallveig söng ákaflega fallega, í senn tært en þó af hlýleika. Eins og alltaf, einkenndi áreynsluleysi söng hennar, tónarnir voru eðlilegir og fallega mótaðir.

Brestir í hljóði í útsendingu

Upplifunin hefði því átt að vera frábær, en því miður voru skruðningar og brestir í hljóðinu, sem skemmdu upplifunina. Fyrst hélt ég að netið heima hjá mér væri að stríða mér; ég horfi á RÚV í gegnum Apple TV. Við óformlega rannsókn á samfélagsmiðlum komst ég að því að margir fleiri upplifðu það sama. Verður að segjast eins og er að ríkisstofnun með milljarða í fjárveitingu á að geta gert betur en þetta.

> **VERÐUR AÐ SEGJAST EINS OG ER AÐ RÍKISSTOFNUN MEÐ MILLJARÐA Í FJÁRVEITINGU Á AÐ GETA GERT BETUR EN ÞETTA.**

Þrjú íslensk sönglög komu ágætlega út, miðað við aðstæður; Hvert örstutt spor eftir Jón Nordal, og Draumalandið og Gígjan eftir Sigfús Einarsson. Hallveig söng af innlifun, en hljómsveitarútsetningin á síðastnefnda laginu var ekki sannfærandi. Hún virkaði klén þegar maður hefur heyrt upprunalegu útgáfuna. Tignin og kynngin, sem einkennir tónlistina, var ekki til staðar í belgingslegum hljómsveitarleiknum.

Besta atriði tónleikanna var Hugleiðslan fræga, úr óperunni Thaís eftir Jules Massenet. Þar lék Sigrún Eðvaldsdóttir á einleiksfiðluna. Innlifunin og einbeitingin í einleiknum var slík að það var smitandi. Tónlistin lyfti andanum, túlkunin var svo þrungin helgi og hjartahlýju að það var alveg einstakt. Óskandi hefði verið að hljóðið í útsendingunni hefði verið fyllilega hreint; túlkun Sigrúnar átti það svo sannarlega skilið. **Jónas Sen**

NIÐURSTAÐA: Sumt var vel flutt, en brestir og brak í hljóðinu í beinni útsendingu skemmdu upplifunina.



benni.is

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Bílaríki, Akureyri
Glerárgötu 36
Sími: 461 3636

Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2020

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

tl.is

ERTU KLÁRÍ SLAGINN?



ÞÚ FÆRÐ ALVÖRU LEIKJABÚNAÐ HJÁ OKKUR

steelseries CORSAIR elgato RAZER PlayStation ASUS

TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK AKUREYRI EGILSSTAÐIR REYKJANESBÆR SELFOSS AKRANES

Sunnudagskvöld á RÚV



kl. 19.45

Merkileg saga flygils sem týndist, frumkvöðull sem býr til fæðubótarefni úr kísil, sirkusskóli Húlladúllunnar á Tröllaskaga og vorið fangað með vatnslitum.



kl. 20.15

Víkingur Heiðar og Halla Oddný leiða áhorfendur um töfraheima sígildrar tónlistar í nýrri örþáttaröð. Þau spjalla um tónlist á léttu nótunum og Víkingur leikur verk af nýju plötunum sínum.



kl. 20.25

Brynhildur og Róbert klöngrast um sjö hæstu tindana á Kili með háfjallahöfðingjanum Þorvaldi Þórssyni og róa á kajökum með Ölmu Möller og Víði Reynissyni á Hvalfirði á söguslóðum svarta dauða.

RÚV okkar allra

DAGSKRÁ

Laugardagur

HRINGBRAUT

20.00 Undir yfirborðið (e) Ásdís Ólsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
20.30 Bílalíf (e) Bílalíf er fjörlegur og fjölbreyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.
21.00 Lífið er lag (e) Lífið er lag er þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri áranna. Umsjón: Sigurður K. Kolbeinsson.
21.30 Hinir landlausu (e) Þriggja þátta sería þar sem blaðamaður Hringbrautar skoðar aðstæður flóttamanna við Miðjarðarhaf og hvernig við á Íslandi erum að bregðast við málinu.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Molang
07.20 Kátur
07.27 Sara og Önd
07.34 Söguhúsið
07.41 Millý spyr
07.48 Hrúturinn Hreinn
07.55 Bubbi byggir
08.06 Alvinn og íkornarnir
08.17 Músahús Mikka
08.40 Lalli
08.47 Hvolpasveitin
09.10 Sammi brunavörður
09.20 Söguspilið
09.55 Þvegill og skrúbbur
10.00 Herra Bean Mr Bean
10.10 Skólahreysti Úrslit
11.40 Rottuborgari
12.50 Vikan með Gísla Marteini
13.40 Fagur fiskur: Bleikir frændur
14.10 Varnarliðið
15.00 Mannleg hegðun
15.50 Konungur spilagaldranna
17.15 Úr Gullkistu RÚV. Stúdíó A
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Nýi skólinn
18.16 Rosalegar risaeðlur: Deadly Dinosaurs
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Strumparnir The Smurfs
21.20 Tímaflakk Doctor Who XII
22.25 Bíóást: Chockolat
22.30 Chocolat: Súkkulaði Rómantísk kvikmynd með Juliette Binoche, Johnny Depp og Judi Dench í aðalhlutverkum. Myndin segir frá einstæðri móður sem flytur ásamt dóttur sinni í lítinn bæ í Frakklandi og opnar súkkulaðiverslun beint á móti kirkju bæjarins. Í fyrstu er henni illa tekið af bæjarbúum sem margir eru strangtrúaðir. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.25 Poirot: Konan með blæjuna Agatha Christie's Poirot II. The Veiled Lady
01.10 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

09.00 Golfarinn 1 Skemmtilegur þáttur um allar hliðar golfíðkunar í umsjón Hlyns Sigurðssonar og Ragnhildar Sigurðardóttur.
09.30 Golfarinn 2
10.00 Golfarinn 3
10.30 Golfarinn 4
11.00 Golfarinn 5
11.30 Golfarinn 6
12.05 Golfarinn 7
12.40 Golfarinn 8
13.10 2007 Augusta Masters
15.50 2008 Augusta Masters
18.55 2009 Augusta Masters
22.30 2010 Augusta Masters

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
10.45 The Voice US
12.15 Survivor
13.00 Survivor
13.45 The Bachelor
15.10 The Biggest Loser
16.10 Malcolm in the Middle
16.30 Everybody Loves Raymond
16.55 The King of Queens
17.15 How I Met Your Mother
17.40 Love Island
18.40 Með Loga
19.40 Jarðarförin mín Ljúfsár en alvörugefin þáttaröð með Þórhalli Sigurðssyni í aðalhlutverki. Hún fjallar um mann sem greinist með ólæknandi heilaæxli sama dag og hann kemst á eftirlaun.
20.10 Zookeeper Gamanmynd frá 2011 með Kevin James, Leslie Bibb og Rosario Dawson í aðalhlutverkum. Griffin Keyes vinnur í dýragarði þar sem hann nær einstöku sambandi við dýrin en gengur hins vegar illa að stofna til kynna við konur.
21.50 Pride and Glory
00.00 The Cabin in the Woods
01.35 Rocky IV Apollo Creed stígur aftur fram á sjónarsviðið eftir að hafa skorað á sovéskan boxara að nafni Ivan Drago. Eftir mikinn ósigur sem endar á óhugnanlegan hátt, ákveður Rocky að slást við Drago á hans eigin heimavelli.
03.05 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta: Hefðin er ekki sagan, hefðin er eilífðin
08.00 Morgunfréttir
08.05 Reisubók Gúllivers
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Tölvuleikjafíkn
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Útvarpsleikhúsið: Horfin heimili
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 Ann Farholt, Renee Rosnes og Tonu Naissoo
20.45 Úr gullkistunni: Verk eftir Theodóru Thoroddsen
21.15 Bók vikunnar: Ástir
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.30 Ghostbusters
13.15 Álög Drekans
14.40 Stan & Ollie
16.15 Ghostbusters
17.55 Álög Drekans
19.20 Stan & Ollie
21.00 Independence Day
23.20 Black Swan
01.05 American Ultra
02.40 Independence Day

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Dagur Diðrik
08.45 Tappi mús
08.50 Stóri og Litli
09.00 Heiða
09.20 Blíða og Blær
09.45 Zigby
09.55 Óskastund með Skoppu og Skrítlu
10.10 Mæja býfluga
10.20 Mia og ég
10.45 Latibær
11.10 Lína Langsokkur
11.35 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
13.00 Bold and the Beautiful
13.25 The Greatest Dancer
14.40 Between Us
15.20 Framkoma
15.55 Matarboð með Evu
16.25 Sporðaköst
17.00 Gulli byggir
18.00 Sjáðu
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.00 Top 20 Funniest
19.00 Lottó
19.40 The Art of Racing in the Rain
21.30 Sideways
23.30 Deadpool
01.15 Greta
02.50 The Sisters Brothers

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

07.00 Barnaefni
18.15 Lego Movie 2. The Second Part Stórskemmtileg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna.
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 Modern Family
21.05 The Simpsons
21.25 Bob's Burgers
21.50 Big Little Lies
22.45 The Righteous Gemstones
23.20 Empire
00.00 Friends
00.20 Friends
00.45 Modern Family

STÖÐ 2 SPORT 2

08.00 Sportið í dag
09.00 Sportið í dag
10.00 Sportið í dag
11.00 Sportið í dag
12.00 Seinni bylgjan
13.30 Topp 5 Stöð 2 Sport fékk nokkra markaskorara úr Pepsi Max deild karla til að velja topp 5 mörkin sín á ferlinum. Í þessum þáttum segja þeir okkur frá listanum sínum og segja skemmtilega frá hverju marki fyrir sig. Þrír leikmenn koma fyrir í hverjum þætti og völdu þeir sjálfir sinn topp 5 lista.
13.50 Pepsi Max Mörk karla
16.05 Pepsi Max - Upphitun
17.15 Manchester United - Liverpool 98/99 Bestu leikirnir í sögu ensku bikarkeppninnar.
17.45 Luton Town - West Ham United 93/94
18.10 Hestalífið. Gígja og Sigurgeir ljósmyndarar
18.20 Liverpool - West Ham United 05/06 Bestu leikirnir í sögu ensku bikarkeppninnar.
18.45 Liverpool - Manchester United 05/06
19.15 Crystal Palace - Manchester United 94/95
19.40 Take Us Home. Leeds United
20.20 Cristiano Ronaldo Meets Piers Morgan
21.05 Larry Bird's 50 Greatest Moments
21.55 Super BOWL 51 Útsending frá úrslitaleik NFL, Super Bowl 2017 þar sem New England Patriots og Atlanta Falcons eigast við.

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
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

EFTIRÁRS-POTTAR

2018 OG 2019 ÁRGERÐ

MIKILL AFSLÁTTUR



Arctic Spas „Baffin“
6-7 manna
1200 lítrar
5 kw hitari



Arctic Spas „Fox“
3-4 manna
850 lítrar
5 kw hitari



Arctic Spas
„Maligne“
5-6 manna
1300 lítrar
5 kw hitari

RAFMAGNS-POTTAR



OPIÐ LAUGARDAG 10-15

LOK Á POTTA

Margar stærðir

HEITIRPOTTAR.IS

HÖFÐABAKKI 1 - SÍMI 7772000

SIGIN GRÁSLEPPA



HETTUMÁVS EGG



REYKTUR LUNDI



SIGINN FISKUR



OPIÐ LAUGARDAG 10-15



VELJUM ÍSLENSKT
STYRKJUM ÍSLENSKT



Fiskikóngurinn

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1
Sími 555 2800



AÐALFUNDUR

Landssambands sumarhúsaeigenda

verður haldinn, **mánudaginn 25. maí** í SÍBS-húsinu, Síðumúla 6 , Reykjavík **kl. 18:00**

Dagskrá:
Venjuleg aðalfundarstörf

Stjórnin.



DAGSKRÁ

Sunnudagur

HRINGBRAUT

20.00 Mannamál (e) Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
20.30 Suðurnesja-magasín Víkurfréttа (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón. Páll Ketilsson. Framleiðandi. Víkurfréttir ehf.
21.00 Eldhugar. Sería 3 (e) Í Eldhugum fer Snædís Snorradóttir og viðmælendur hennar út á jaðar hreysti, hreyfingar og áskorana lífsins.
21.30 Hugleiðsla með Auði Bjarna (e) Leiðsögn um öndun, slökun og næringu andans.
21.45 Bókin sem breytti mér (e) Bókin sem breytti mér fjallar um uppáhaldsbækur kunnra bókaorma landsins.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.36 Tulipop
07.40 Molang
07.43 Klingjur
07.54 Minnsti maður í heimi
07.55 Hæ Sámur
08.02 Hrúturinn Hreinn
08.09 Bréfabær
08.20 Letibjörn og læmingjarnir
08.27 Stuðboltarnir
08.38 Konráð og Baldur
08.50 Nellý og Nóra
09.00 Múmínálfarnir
09.23 Ronja ræningjadóttir
09.45 Krakkafréttir vikunnar
10.00 Herra Bean: Mr. Bean
10.25 Músíkmolar
10.35 Menningin – samantekt
11.00 Silfrið
12.10 Leikhúsveisla í stofunni – ræna landið
13.45 Eldsmiðjan
14.30 Djók í Reykjavík
15.05 Sinfóníuhljómsveit Íslands í beinni útsendingu: Hallveig og Sinfóníuhljómsveit Íslands
16.10 Nýjar hendur – innan seilingar
17.15 Músíkmolar
17.30 Poppkorn – sagan á bak við myndbandið Trabant – The One
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Söguspilið
18.25 Lífsins lystisemdir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Landinn
20.15 Músíkmolar
20.25 Úti: Sjö tindar á Kili og kajakróður
20.55 Viktoría: Victoria III
21.45 Framúrskarandi vinkona. Saga af nýju ættarnafni: My Brilliant Friend. The Story of a New Name
22.35 Frantz Frantz Frönsk-þýsk kvikmynd um Önnu, unga þýska konu sem syrgir daglega við gröf unnusta síns, Frantz, sem lést í fyrri heimsstyrjöldinni. Dag einn hittir hún dularfullan Frakka við gröf hans sem vekur hjá henni óvæntar tilfinningar. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.25 Kafbáturinn: Das Boot
01.25 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

09.00 PGA. The 9
09.20 European Tour 2019
12.50 Shane Lowry Documentary
13.15 2011 Augusta Masters
16.15 PGA Profiles. How I Won
16.20 2013 Augusta Masters
22.00 2014 Augusta Masters

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 The Voice US
12.15 A Million Little Things
13.00 The Bachelor
14.25 The Biggest Loser
16.05 Malcolm in the Middle
16.25 Everybody Loves Raymond
16.50 The King of Queens
17.10 How I Met Your Mother
17.35 A Million Little Things
18.20 This Is Us
19.05 Love Island
20.00 The Block
21.20 Madam Secretary
22.10 Law and Order. Special Victims Unit
22.55 Ray Donovan
23.50 The Walking Dead
00.40 FBI
01.25 Proven Innocent Bandarísk þáttaröð um lögfræðinginn Madeline Scott sem berst með kjafti og klóm fyrir réttlæti.
02.10 Hawaii Five-0
02.55 Seal Team Sérfræðihópur bandarískra sjóhersins gengur undir nafninu Selir. Fylgst er með þeim æfa og skipuleggja hættulegustu aðgerðir sem fyrirfinnast þar sem allt er undir og öryggi Bandaríkjanna er að veði.
03.40 Snowfall Þáttaröð sem gerist í Los Angeles í byrjun níunda áratugarins og fjallar um krakkfaraldurinn sem reið þar yfir.
04.30 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Tríó
08.00 Morgunfréttir
08.05 Fótspor hans minnast fjallið og tónlist
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnar – Sala-möndrustríðið
11.00 Guðsþjónusta í Háteigskirkju
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Víðsjá
15.00 Glans
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífinu
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Tölvuleikjafíkn
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Úr gullkistunni: Fredrika Runeberg
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

10.55 The Kid Who Would Be King
12.55 The Full Monty
14.20 Mr. Deeds
15.55 The Kid Who Would Be King
17.55 The Full Monty
19.25 Mr. Deeds
21.00 All the Money in the World
23.05 Kingsman. The Secret Service
01.10 Hotel Artemis
02.45 All the Money in the World

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Blíða og Blær
08.40 Dóra og vinir
09.05 Mæja býfluga
09.20 Adda klóka
09.45 Zigby
09.55 Mia og ég
10.20 Lína Langsokkur
10.45 Latibær
11.05 Lukku-Láki
11.30 Ævintýri Tinna
12.00 Nágrannar
13.05 Nágrannar
13.25 Borgarstjórinn
13.50 McMillions
14.40 Friends
15.05 Sápan
15.35 Drowning in Plastic
16.30 60 Minutes
17.40 Víglínan
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.00 The Greatest Dancer
20.45 Between Us
21.30 Killing Eve
22.20 Gasmamman
23.05 Prodigal Son
23.55 Manifest
00.35 Cardinal
01.25 I Know This Much Is True
02.25 Silent Witness
03.20 Silent Witness
04.20 Shameless

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

07.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 Modern Family
21.00 Empire
21.50 Ríkið
22.10 iZombie
22.50 Roswell, New Mexico
23.35 Friends
23.55 Friends
00.20 Modern Family

STÖÐ 2 SPORT

07.55 Heimsleikarnir í Crossfit
13.50 Denis Suárez
14.15 Inside Serie A Special
14.35 Frakkland
15.05 La Liga Clubs - Andalúsía
15.30 Leicester City - Tottenham 05/06
16.00 Manch. United - Chelsea
19.05 Crystal Palace - Manchester United 94/95
19.30 La Liga Back To Win
20.00 Take Us Home. Leeds United
20.35 Chelsea - Manchester United 97/98
21.05 Annáll 2019. Íslensk knattspyrna karla
23.10 NBA Special. 1984 NBA Draft

STÖÐ 2 SPORT 2

08.55 Norðurálsmótið Þar sem knattspyrnustjörnur framtíðarinnar láta ljós sitt skína.
09.35 Orkumótið í Eyjum
10.10 N1 mótið
10.45 Símamótið
11.20 Rey Cup
11.55 Arionmótið
12.30 Norðurálsmótið
13.05 N1 mótið
13.45 Símamótið
14.20 Norðurálsmótið
14.50 N1 - mótið
15.35 Arion Banka mótið
16.05 N1 - mótið
16.45 Arion banka mótið
17.25 KR - Njarðvík
19.25 Njarðvík - KR
21.00 Njarðvík - KR
22.40 KR - Haukar
00.15 Haukar - KR

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
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

DAGSKRÁ

Mánudagur

HRINGBRAUT

20.00 Hinir landlausu Þriggja þátta sería þar sem blaðamaður Hringbrautar skoðar aðstæður flóttamanna við Miðjarðarhaf og hvernig við á Íslandi erum að bregðast við málinu.
20.30 Fasteignir og heimili Upplýsandi og fróðlegur þáttur um allt sem viðkemur fasteignum og góðum húsráðum.
21.00 21 - Fréttaþáttur á mánudegi 21 er upplýsandi umræðu- og fréttaskýringaþáttur undir stjórn þeirra Lindu Blöndal og Sigmundar Ernis með áherslu á innlendar og erlendar fréttir, þjóðmál, menningu og lífsreynslu.
21.30 Bílalíf Bílalíf er fjörlegur og fjölbreyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.

RÚV SJÓNVARP

09.00 Heimaleikfimi
09.10 Enn ein stöðin
09.30 Í garðinum með Gurrý V
10.00 Fagur fiskur–Harðfiskur
10.30 Úr Gullkistu RÚV. Út og suður
10.55 Maður er nefndur Tómas Tómasson
11.25 Á tali hjá Hemma Gunn 1991-1992. Hemmi í Hollywood
12.55 Eyðibýli: Vatnshorn
13.35 Sögur af handverki
13.45 Rabbabari
14.00 Blaðamannafundur vegna COVID-19 Bein útsending frá blaðamannafundi vegna COVID-19.
14.40 Heimaleikfimi
14.50 Gettu betur 2002 MH - FN
15.50 Poppkorn 1986
16.20 Silfrið
17.30 Sænskar krásir
17.40 Bítlarnir að eilífu - When I'm Sixty Four: Beatles Forever
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Eysteinn og Salóme
18.13 Hinrik hittir
18.19 Letibjörn og læmingjarnir
18.26 Flugskólinn Top Wing
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.00 Sjö heimar, einn hnöttur – Á tökustað: Seven Worlds, One Planet. Making Of Við skyggnumst bak við tjöldin við gerð heimildarþáttaraðar BBC um ólíka náttúru og dýralíf heimsálfanna sjö.
20.50 Músíkmolar
21.00 Reikistjörnurnar í hnotskurn Planets - Minisodes Stuttir heimildarþættir frá BBC þar sem eðlisfræðingurinn Brian Cox rannsakar mikilfenglega sögu reikistjarnanna í sólkerfinu okkar.
21.10 Tvíburi: Twin
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Iggy Pop og The Stooge – Gimme Danger
00.05 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

10.00 US Open 2019
17.15 PGA Special. Coming Home Nicklau
17.55 LPGA Tour 2019 Útsending frá Evian Championship á LPGA-mótaröðinni.
19.50 PGA Special. Delivering a Decade of Champions
20.10 PGA Tour 2019 Útsending frá Tour Championship á PGA-mótaröðinni.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 Dr. Phil
12.15 The Late Late Show
13.00 The Bachelor
14.25 Rel
14.50 The Block
16.05 Malcolm in the Middle
16.25 Everybody Loves Raymond
16.50 The King of Queens
17.10 How I Met Your Mother
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 Love Island
20.00 The Block
21.00 Hawaii Five-0
21.50 Seal Team
22.35 Snowfall
23.25 The Late Late Show
00.10 FBI
00.55 Proven Innocent
01.40 Reef Break Spennandi þáttaröð um fyrrverandi meistaraþjóf sem er búinn að finna sér nýjan vettvang og vinnur nú fyrir yfirvöld á paradísareyju í Karíbahafinu.
02.25 The InBetween
03.10 Blood and Treasure
03.55 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Segðu mér
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Flugur: Söngkonan Frasey Ford
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Til allra átta: Hefðin er ekki sagan, hefðin er eilífðin
15.00 Fréttir
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Hátalarinn
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.10 Tölvuleikjafíkn
18.30 Krakkavikan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.35 Mannlegi þátturinn
21.35 Kvöldsagan. Elín, ýmislegt (3 af 13)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

10.15 Where To Invade Next
12.10 Grami göldrótti
13.45 Mamma Mia. Here We Go Again
15.35 Grami göldrótti
17.10 Where To Invade Next
19.05 Mamma Mia. Here We Go Again
21.00 Charlie's Angels
22.35 Chloe and Theo
23.55 The Falling
01.35 Charlie's Angels

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn
08.20 Masterchef USA
09.00 Bold and the Beautiful
09.20 Gilmore Girls
10.00 Splitting Up Together
10.20 Suits
11.05 NCIS
11.50 Um land allt
12.20 Nágrannar
12.40 Catastrophe
13.10 Maður er manns gaman
13.35 So You Think You Can Dance
15.00 So You Think You Can Dance
16.20 Doghouse
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Gulli byggir
19.45 War on Plastic with Hugh and Anita
20.45 Manifest
21.30 I Know This Much Is True
22.35 Cardinal
23.20 60 Minutes
00.05 Outlander
01.05 Knightfall
03.15 Knightfall
04.00 It Will be Chaos

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 Modern Family
21.05 Roswell, New Mexico
21.50 Famous In love
22.35 Wrecked
22.55 Flash
23.35 Friends
00.00Friends
00.20 Modern Family

STÖÐ 2 SPORT 2

10.00 ÍR - Selfoss Útsending frá leik 2 í 8 liða úrslitum Olís deildar karla árið 2019.
11.25 Selfoss - Valur. Leikur 1
13.15 Valur - Selfoss. Leikur 2
14.45 Selfoss - Valur. Leikur 3
16.15 Haukar - Selfoss. Leikur 1
17.35 Selfoss - Haukar. Leikur 2
19.00 Haukar - Selfoss. Leikur 3
20.40 Selfoss - Haukar. Leikur 4
22.15 Annáll 2019. Olísdeild karla og kvenna
23.40 Alfreð Gíslason Sigursælasti handboltaþjálfari Íslandssögunnar, Alfreð Gíslason fer yfir glæstan feril sinn.

STÖÐ 2 SPORT 3

10.00 Ölli Heimildarmyndin Ölli er mynd um líf og leik Örlygs Arons Sturlusonar sem var eitt mesta efni í sögu íslensks körfubolta.
11.00 Dominos: Körfuboltakvöld
11.25 Hólmurinn heillaði Heimildarmynd um tvöfalda Íslandsmeistara kvennaliðs Snæfells í körfubolta.
12.40 Körfuboltakvöld 2015/2016
14.40 Domino's körfuboltakvöld 2016/2017
16.40 Domino's körfuboltakvöld 2017/2018
18.30 Valur - Víkingur Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
20.15 FH - Stjarnan
22.10 Hermann Hreiðarsson Guðmundur Benediktsson stýrir þætti um ensku stórliðin. Í þessum þætti ræðir hann við leikmenn sem hafa tekið þátt í baráttunni í þessari sterkustu deild í heimi.
22.50 KR - Tindastóll Útsending frá leik í úrslitum Dominos deildar karla árið 2018.

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
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin





Harpa er á leiðinni í barneignarleyfi en hún á von á tvíburum í sumar. MYND/ALDÍS PÁLSDÓTTIR

Heitustu förðunartrendin í sumar

Harpa Káradóttir rekur einn vinsælasta förðunarskóla landsins, Make-up Studio Hörpu Kára. Hún á nú von á tvíburum og hefur fengið **Natalie Hamzehpour** til að koma í sinn stað á meðan á fæðingarorlofinu stendur.

Sjálf er ég á leiðinni í fæðingarorlof og hef fengið hana Natalie, sem hefur unnið hjá mér í nokkur ár, til þess að taka við sem skólastjóri á meðan ég verð í burtu. Við höfum getað nýtt þennan furðulega COVID-tíma í að endurskipuleggja komandi mánuði og allar þær nýjungar sem Make-Up Studio mun bjóða upp á í sumar og út restina af árinu. Einnig stefnum við á spennandi hluti fyrir stúdíóið árið 2021, en við segjum betur frá því seinna," segir Harpa,

Harpa á von á eineggja tvíburum um mitt sumarið, sem verður því vafalaust frábrugðið öðrum sumrum.

„Ég ætla að njóta tímans með manninum mínum og fimm ára dóttur minni í rólegheitunum, áður en við verðum fimm manna fjölskylda með öllu tilheyrandi. Sökum stærðar er ég nýbúin að kaupa mér Lazyboy-stól svo ég geri ráð fyrir að ég muni eyða töluverðum tíma í honum á lokaspretti meðgöngunnar," segir Harpa.

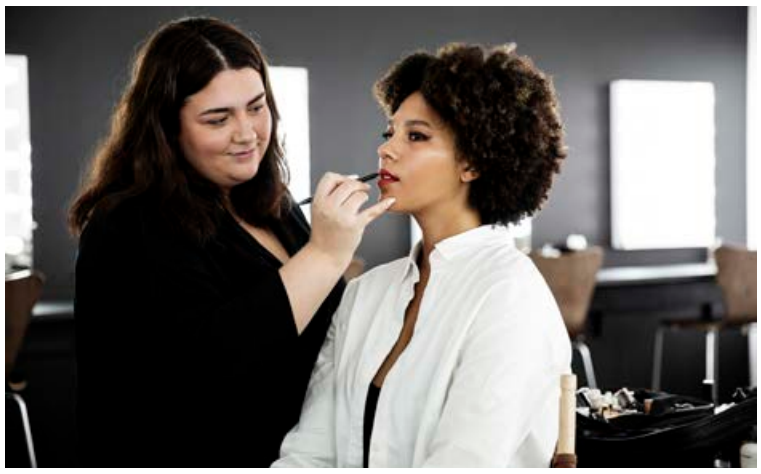
„Við Natalie náum ótrúlega vel saman og hefur samstarfið gengið óskaplega vel. Natalie hefur reynst mér vel í einu og öllu og borið mikla ábyrgð á öllu sem við kemur stúdíóinu frá upphafi. Hún er frábær förðunarfræðingur og dásamlegur kennari. Það kom aldrei neinn annar til greina þegar að ég áttaði mig á því að ég þyrfti að finna mér tímabundinn staðgengil," segir hún, en þær hafa unnið saman síðan 2016.

Natalie segist hafa verið að farða frá því hún man eftir sér.

„En ég byrjaði að starfa sem förðunarfræðingur fyrir um sex árum. Ég byrjaði minn feril í Borgarleikhúsinu og fór svo fljótlega að læra í Mood Makeup School þar sem Harpa kenndi mér, dæmdi prófið og gaf mér hæstu einkunn. Stuttu eftir það fór ég að vinna í MAC og hef einnig unnið sjálfstætt við auglýsingar, sjónvarp, tónlistarmyndbönd og myndatökur. Ég nýt mín best í tísku og „editorial" verkefnum og hef einbeitt mér mest að því. Ég byrjaði að kenna í Mood Makeup School þegar Harpa tók við sem skólastjóri þar og hef unnið hjá henni í Make-up Studio frá upphafi. Ég starfa einnig sem þjálfari og PR hjá Nathan og Olsen og fæ að vinna með merkjum eins og Clarins, Shiseido og Guerlain," segir Natalie.

Vegna heimsfaraldursins varð að fresta öllum námskeiðum og dagskrá, sem hafði tekið þær marga mánuði að setja saman.

„Við hættum tímabundið við öll okkar plön um leið og veiran barst til landsins. Þetta var frekar erfið ákvörðun, þar sem það var ekki búið að gefa út að við nauðsynlega þyrftum að loka, en okkur fannst gjörsamlega fráleitt og óábyrgt að halda úti starfsemi sem krefst mikillar nálægðar við næsta mann. Þetta fór misvel í alla þá sem voru búnir að skrá sig á þau námskeið sem við vorum búnar að auglýsa, en flestir sýndu þessu þó skilning á endanum. Auðvitað hefur þessi tími haft mjög slæm fjárhagsleg áhrif



Natalie Hamzehpour gengur í starf skólastjóra á meðan Harpa er frá. MYND/ALDÍS PÁLSDÓTTIR.



Ljómi á líkamann

Á sumrin minnkar notkun á brúnkukremum og ljómakrem sem gefur húðinni fallega áferð verður mjög vinsælt. Það setur algjörlega punktinn yfir i-ið.



Ljós naglalökk

Geymdu dökku litina í baðskápnum í sumar og prófaðu falleg beiseða pastellituð naglalökk í sumar. Ljósir litir lengja fingur og koma þér í rétta skapið í sumar.



Glimmer glossaðar varir

Túbuglossið frá 2002 er komið aftur. Fallegar glansandi varir með fíngerðu glimmeri eru heitt trend í sumar. Gloss stækkar varirnar og veitir förðuninni skemmtilega áferð. Gloss má nota eitt og sér eða yfir varablýant sem mótar varirnar.



Litaður Eyeliner

Eyeliner er alltaf vinsæll á sumrin. Prófaðu að nota bjartan lit frekar en svartan, Blár blýantur í vatnslínuna, gulur eyeliner sem rammar inn augnkrók eða neongrænn, fljótandi eyeliner. Það má allt á sumrin.



Bronslituð sumarhúð

Trend sem við sjáum ár eftir ár er falleg, sólkysst húð. Hvort sem það er hefðbundið sólarpúður, kremað, eða fljótandi bronzer. Best er að bera á hæstu punkta andlitsins og bringu til að ná fram náttúrulegu útliti.



Mikið af kinnalit

Kinnalitur gefur andlitinu einstaklega ferskt og ljómandi útlit. Við höfum séð margs konar fallega förðun á tískupöllunum í ár, þar sem kinnaliturinn er í aðalhlutverki, bleikur eða ferskjulitaður.

líkt og hjá flestöllum fyrirtækjum í landinu," segir Harpa.

Um miðjan júní hefst sérstakt þriggja vikna sumarnámskeið.

„Það er ætlað öllum sem langar að læra meira um förðun, en stefna ekki á að vinna sem förðunarfræðingar. En það hentar einnig förðunarfræðingum sem hafa lært fyrir einhverju síðan og langar að læra á trendin í dag. Nemendur læra að farða eigið andlit og notast við sínar eigin förðunarvörur sem þeim eru skaffaðar á námskeiðinu. Allir nemendur fá veglegan vörupakka með mörgum af okkar uppáhaldssnyrtivörum, ásamt burstasetti á fyrsta degi námskeiðsins. Þetta námskeið er tilvalið fyrir fólk sem langar að læra betur á sitt eigið andlit á stuttum tíma," segir Harpa.

Í lok ágúst hefjast svo átta vikna diploma-námskeiðin.

„Þau eru mjög ítarleg og fræðandi förðunarnámskeið. Þau eru frábær grunnur fyrir þá sem hafa áhuga á að starfa innan förðunargeirans. Á námskeiðinu halda nokkrir af helstu og reynslumestu förðunarfræðingum landsins fyrirlestra og deila reynslusögum og kenna helstu trixin í sínum bókum. Það er ómetanlegt að geta boðið nemendum upp á fyrirlestra og sýnikennslu með slíku fagfólki, sem hefur allt upp í tuttugu ára starfsreynslu í faginu og öll skarað fram úr á sínu sviði. Á námskeiðinu fá nemendur fullbúið förðunarsett, burstasett og förðunartösku ásamt grunn hársetti," segir Harpa.

steingerdur@frettabladid.is

Hvar finn ég góða útilegustemningu?

Tjald

Vöruleit Já.is er fullkominn verslunarfélagi þegar þú græjar þig upp fyrir útileguna í sumar. Gerðu vöru- og verðsamanburðinn auðveldan svo þú getir nýtt tímann í að rifja upp gítargripin og skoða ferðaveðrið.

Yfir 500 íslenskar vefverslanir á einum stað.



já er svarið

Lífið í vikunni
17.05.20-
23.05.20



FEVER DREAM
Vigdís kemur fram undir listamannsnafninu Fever Dream. Hún var að gefa út plötuna Baby Girl Vendetta og tók upp myndband við eitt laganna á strippklúbbi í Berlín.



ÚR BEITINGUM Í VEITINGAR
Halla fór að vinna við beitingar eftir að hafa misst starf á fasteignamiðlun í hruninu. Hún lét drauminn rætast þegar hún stofnaði Hjá Höllu, einn vinsælasta veitingastaðinn á Reykjanesinu.



Í SÓTTKVÍ Á EIGIN SÝNINGU
Viktor Weisshappel og Þórður Baldursson báðu um sýnishorn af myndlist fordæmalausra tíma og úr varð sýningin Sóttqueen. Hún verður opnuð í Ásmundarsal í dag á meðan Þórður er enn í sóttkví.



SJÁLFBÆRNI LEIÐARLJÓSIÐ
Erna Bergmann hannar sundboli undir merkinu Swimslow. Hún hefur umhverfissjónarmið að leiðarljósi við framleiðsluna og stefnir með á erlendan markað á næstu misserum.

Þríeykið viðbúið fundafráhvörfum

Björn Ingi á Viljanum býr sig undir viðbrigði eftir síðasta upplýsingafundinn vegna kórónaveirunnar á mánudaginn. Þríeykið hefur grínast með að halda þurfi sérfundi með blaðamönnum til að slá á hugsanleg fráhvörf.

Síðasti skipulagði upplýsingafundur almannavarna vegna kórónaveirunnar verður haldinn á mánudaginn. „Það verða viðbrigði þegar fundum lýkur og mér skilst að fjölmiðlahöllin sjálf verði tekin sundur og fjarlægð eftir lokafundinn," segir Björn Ingi Hrafnsson frá Viljanum, um samsettu gámana sem hýst hafa blaðamannafundina.



Björn Ingi bíður átekta færis á að skjóta að spurningu á einum fjölmörgu blaðamannafundanna sem nú sér fyrir endann á. Hann telur sig með um 90 prósenta mætingu og lætur sig ekki vanta á mánudaginn. MYND/LÖGREGLAN

90 prósenta mæting

Þríeykið Alma, Þórólfur og Víðir hefur borið fundaröðina uppi og í raun slegið í gegn sem sjónvarpsstjörnur og hinum megin borðsins hefur Björn Ingi nánast orðið jafn fastur punktur og er honum því eðlilega við brugðið.

Hann man ekki nákvæmlega hvenær hann mætti fyrst á fund. „En ég hef klárlega náð níutíu og eitthvað prósentum af fundunum og líklega bara Víðir sem hefur verið viðstaddur fleiri. Því Þórólfur sleppti sumum og Alma var þá í hans stað." segir hann.

„Þetta verða ekki viðbrigði bara fyrir mig, heldur landsmenn alla, þar sem ég veit að mörgum hefur þótt gott að geta gengið að upplýsingum frá þríeykinu á þessum tíma um mál málanna."

Björn Ingi telur fundina hafa aukið fólki öryggiskennd á viðsjárverðum tímum. „Það verður að segjast að þetta framtak, allir þessir upplýsingafundir, var frábærlega vel heppnað og eflaust talið síðar meir kennslubókardæmi í vel heppnuðum almannatengslum."

Góðan og blessaðan daginn

Fréttablaðið hefur fengið staðfest að Alma Möller landlæknir muni snúa aftur í lokaþættinum á mánudaginn, en það sem af er mánuðinum hefur hún verið sjaldséður gestur í þessu vinsæla sjónvarpsefni.

Þríeykið kemur þannig líklega saman til að kveðja og slá botninn í þáttaröðina og Björn Ingi ætlar að sjálfsögðu ekki að missa af neinu, enda meðvitaður um að fjörið er oft ekki síst mikið að tjaldabaki.

„Það hefur margt eftirminnilegt átt sér stað, ekki síst á bak við tjöldin. Þórólfur, Alma og Víðir hafa tekið þátt með blaðamönnum í að slá á létta strengi fyrir fundi til að létta andrúmsloftið," segir Björn Ingi.

„Þess vegna sést þríeykið oft brosandi eða jafnvel skellihlæjandi í mynd áður en hljóðið kemst á og formlegur fundur er settur með þeim fleygu orðum: Góðan og blessaðan daginn."

Plastplöntuofnæmi Víðis

„Þríeykið hefur hent gaman að því hvað það eigi eiginlega að gera þegar fundirnir verða aflagðir og sagt í gríni að þau verði áfram að halda einhverja fundi með okkur blaðamönnum til að fráhvörfin verði ekki of mikil, " heldur Björn Ingi áfram og víkur að yfirvofandi tómaruminu.

> ÉG HEF AUÐVITAÐ KOMIÐ MEÐ FJÖLMARGAR SPURNINGAR SEM VAKIÐ HAFA MIKLA ATHYGLI OG ORÐIÐ FRÉTTAEFNI.

„Víði hefur stundum klæjað í nefið á fundum og hann hélt á tímabili að það væri vegna þess að hann hefði ofnæmi fyrir plöntu sem er við hlið hans á fundunum. Þeirri kenningu var varpað fyrir róða þegar kom í ljós að um gerviblóm var að ræða," segir Björn Ingi, um eftirminnilegar uppákomur á fundunum.

Draumur um sætaskipti

„Þórólfur hefur stundum grínast með það að hann langi til að skipta um sæti við blaðamenn, segist vera með spurningu sem hann langi að fá svar við," segir tíðindamaður Viljans, fullmeðvitaður um sinn þátt í spurningaflóðinu.

„Ég hef auðvitað komið með fjölmargar spurningar sem vakið hafa mikla athygli og orðið fréttaefni, til dæmis um möguleikann á að enska úrvalsdeildin komi hingað til lands, sænsku leiðina, lokun landamæranna og aftur opnun þeirra, en líklega var skemmtilegast að fá svör dr. Þórólfs við tilmælum danskra og hollenskra starfsbræðra hans um það hvernig fólk á að snúa sér varðandi tilhugalíf og bólfélaga á tímum kórónuveirunnar."

toti@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

DV SÉRBLAÐ

SUMARHÚS

Sérblað um sumarhús á Íslandi fylgir nýjasta DV

Auglýsingar: Ruth Bergsdóttir, sími: 694 4103, netfang: ruth@dv.is





SUMARNÁM
HÁSKÓLA ÍSLANDS

EITTHVAÐ
FYRIR ALLA



Kynntu þér sumarnám í Háskóla Íslands

Fjölbreytt námskeið fyrir alla og fjölmörg sem gefa einingar eða styrkja þig fyrir háskólanám og lífið sjálft.

Nýttu sumarið til að styrkja þig í námi í háskóla í fremstu röð.

Skoðaðu úrval námskeiða á **hi.is/sumarnam**

HÁSKÓLI ÍSLANDS

BYKO

Fáðu tilboð

Vinsælasta pallefnið

Alhefluð og gagnvarin fura

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

REIKNAÐU ÚT ÁÆTLAÐAN KOSTNAÐ

í girðinguna og pallinn á BYKO.is



GJØCO

Tilboðsverð

Herregård viðarvörn XO

fyrir gagnvarið efni, palla, girðingar og garðhúsgögn. Kemur í veg fyrir gráma og inniheldur sveppa- og mygluvarnarefni. Fæst í ljósbrúnu og glæru.

2.295

80602501-2

Almennt verð: 3.195

28%

RYOBI

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

18V kolalaus með 2x2,5Ah rafhlöðum.

51.196

7133003613

Almennt verð: 63.995

Þú sparar: **12.799**

25%

x2



BOSCH

Tilboðsverð

Háþrýstidæla

Aquatak 150 bör.

67.404

74810250

Almennt verð: 84.255

Þú sparar: **16.851**

20%



BOSCH

Hjólsög

PKS 55

18.995

74862054



Blákorn

Góður alhliða áburður sem hentar vel í öll blómabeð, fyrir matjurtir og skrautrunna og tré. Inniheldur öll helstu næringar- og snefilefni.

5kg.

1.595

55095007

10kg.

2.895

55095107

Gróðurmold

40 lítrar.

995

55097006







Ertu á leið í framkvæmdir?

Framkvæmdaráðgjöf fyrir einstaklinga er ný þjónusta í samstarfi við Heildstæða hönnun

Gísli Álfgeirsson veitir alhliða ráðgjöf varðandi allt sem þarf að hafa í huga í framkvæmdum, t.d. hvort kalla þurfi til smið, pípara eða rafvirkja, hversu langan tíma framkvæmdin taki eða hver er mögulegur kostnaður.

Engin verk of stór eða lítil

Skráðu þig á: **www.byko.is/framkvaemdaradgjof**

Kynntu þér ALLIR VINNA á rsk.is



Nýtt í BYKO

Sæktu um á byko.is

Framkvæmdalán til einstaklinga

-Vörur og fjármögnun á einum stað

Auðvelt að versla á byko.is

Broil King®
Great Barbecues Every Time



Tilboðsverð

Gasgrill

ROYAL 320 með þremur ryðfríum brennurum, og grillgrindum úr pottjárni sem hægt er að snúa við.

63.996

50657512

Almennt verð: 79.995
Þú sparar:
15.999

20%

Kílóvött	Brennarar
8,8	3

Einhell®

Rafmagnssláttuvél

GE-EM 1030. Hágæða og kraftmikil rafmagnssláttuvél. Vélin er frábær í að slá minni garða. Með kraftmiklum 1000 W rafmótor.

20.995

74830020



Flymo

Rafmagnssláttuvél

TURBO LITE 350, 1400 W, sláttubreidd 35 cm, sláttuhæð 15-41 mm, þyngd 9 kg.

32.995

533230510



20%

NAPOLEON

Tilboðsverð

Ferðagasgrill

TRAVELQ 2B. Tveir ryðfríir hringbrennarar, glerjað pottjárn í grillfletinum og grillflötur upp á einn fjórða úr fermetra sjá til þess að þú ferð létt með að grilla hamborgara fyrir alla á tjaldstæðinu!

35.996

506600010

Almennt verð: 44.995

Kílóvött	Brennarar
4,1	2

TRAVELQ PORTABLE GAS GRILL

NAPOLEON

Tilboðsverð

Ferðagasgrill

TRAVELQ Pro 285X, heildar-grillflötur er 54x37cm, grillgrindur úr pottjárni.

55.996

506600020

Almennt verð: 69.995
Þú sparar:
13.999

20%

Kílóvött	Brennarar
4,1	2

Tilboðsverð

Einhell®

Bensínsláttuvél

GC-PM 46 B&S, sláttuvél með drifi, fjórgengis B&S mótor, 1,65 kW, sláttubreidd 46 cm, 9 hæða-stillingar, 50 lítra safnpoki

63.996

748300654

Almennt verð: 79.995
Þú sparar:
15.999

20%



Ferðagasgrill

Létt og þægilegt ferðagas-grill, frábært í útileguna. Hillur og sambrjótanlegir plastfætur undir grillinu, hægt er að taka hillurnar af.

24.995

50632100

Kílóvött	Brennarar
2,93	1

Tilboðsverð

x1

Rafhlöðusláttuvél

Rotak 32 36V Sláttuvél, 32cm sláttubreidd, stillanleg sláttuhæð 30-60mm, 31 lítra safnkassi. 1 rafhlaða fylgir 36V 2,0Ah Li-Ion og hleðslutæki..

71.396

748911323

Almennt verð: 95.195
Þú sparar:
23.799

25%



Hefurðu skoðað?

Handbók garð-eigandans

60 síður af fróðleik og góðum ráðum varðandi garðinn og pallinn

Nánari upplýsingar á byko.is



60 síður

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

550 5000

RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is

AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is

PRENTUN Torg ehf.

DREIFING Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is

HLAUPAGREINING
BÆTTU HLAUPASTÍLINN
Meiri árangur, meiri gleði
NÝTT!
FÆTUR TOGA
LEIÐIN TIL ÁRANGURS

BAKÞANKAR



Óttars Guðmundssonar

Vanmetnir þingmenn

Ég hef á langri ævi kynnst fjölmörgum alþingismönnum úr öllum stéttum og flokkum, á mismunandi aldri og af báðum kynjum. Þeir hafa verið ólíkir um margt en eitt er þeim öllum sameiginlegt: Að vilja halda í þingsætið sitt hvað sem það kostar. Raunir Egils Skallagrímssonar í Sonatorreki eru sem gamankvæði miðað við harmakvein þingmanns sem missir þingsæti sitt í kosningum. Stærstur hluti þingmanna gefur alltaf kost á sér til endurkjörs.

Ég hélt að þingmenn væru svona þaulsetnir vegna þess að þingið væri skemmtilegur og lifandi vinnustaður þar sem fólk fengi að njóta sín landi og þjóð til heilla. Skoðanakönnun sem birt var á dögunum sýnir að svo er alls ekki. Þingmenn kvarta undan einelti, kynbundnu ofbeldi, kulnun, fjölskylduofsóknum og almennu aðkasti. Bæði innan þings og utan þurfa þjóðkjörnir fulltrúar okkar að berjast fyrir velferð og tilveru sinni. Mig rak í rogastans þegar ég heyrði þessi ósköp og fylltist þakklæti gagnvart þessu fórnfúsa fólki. Það er kraftaverk að okkur skuli takast í hverjum kosningum að fylla þingsalinn af gáfuðu og frambærilegu fólki miðað við þessi starfsskilyrði. Gamalt máltæki leitar á hugann: Þangað leitar klárinn sem hann er kvaldastur.

Þjóðin verður að bregðast við. Hækka kaup þingmanna og bæta við aðstoðarmönnum til að dreifa álaginu. Þingmenn eiga að hafa ókeypis aðgang að áfallahjálp, sálfræðimeðferð, geðlyfjum, iðju- og sjúkraþjálfun, spámönnum, einkaþjálfurum og prestum. Mestu skiptir þó að þjóðin læri að meta þessar fórnfúsu hetjur og fórnarlömb við Austurvöll sem stunda vinnu sína af alúð og samviskusemi þrátt fyrir ofsóknir og einelti.





© Inter IKEA Systems B.V. 2020



Tóbakshorn
1.290,-



Nýtt **INGEFÄRA** blómapottur og undirskál Ø32cm **2.990,-**



Kryddjurtir, ýmsar gerðir **895,-/stk.**



Nýtt

SOCKER garðkanna, 1l
895,-

Björt og blómleg útivera

Sólin er komin, trén eru að laufgast og draumurinn um kaffibolla undir berum himni hefur ræst. Það er því tilvalið að liðka grænu fingurna og fegra umhverfið með fallegum sumarblómum, ávaxtatrjám eða gróðursetja kryddjurtir fyrir matargerðina. Í gróðurhúsunum okkar er litríkt úrval af útiblómum, blómapottum og plöntum af ýmsum stærðum og gerðum á sérstaklega góðu verði. Við tökum vel á móti þér!



Cyprus
1. flokkur
2.490,-



ÖSTLIG blómapottur Ø32cm **4.490,-**



Nýtt



Jarðarberjaplöntur
895,-/stk.



CITRONMELISS blómapottur Ø19cm **895,-**

CITRONMELISS blómapottur Ø24cm
1.290,-



Stjúpur
1.390,-/10 í pk.



Silfurkambur
1.490,-/10 í pk.



Sólboði
1.490,-/stk.



Nýtt **SOCKER** fata/blómapottur
1.290,-

GRANATÄPPLE blómapottur með standi Ø15cm
1.290,-



Margarita
1.490,-

Nýtt **GRANATÄPPLE** blómapottur með standi Ø12cm **895,-**

Nú hefur kaffihús IKEA verið opnað á ný!

Croissant með skinku og osti
295,-



Verslun opin **11-19** alla daga - **IKEA.is**
Veitingastaður er tímabundið lokaður

IKEA