



Íslenska kvennalandsliðið gekk hundfúlt af velli eftir frábæra frammistöðu gegn Svíum í gærkvöldi. Leikurinn fór 1-1 en dómariinn tók mark af Söru Björk í fyrri hálfleik. Elín Metta Jensen sem hér sést fagna með liðsfélögum sínum skoraði mark Íslands. Það verður því úrlitaleikur hjá liðunum í Svíþjóð sem ræður efsta sætinu og farmiða á EM í október. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Sveitarfélögin í miklum vanda

STJÓRNSÝSLA Viðsnúningur í rekstri fjögurra af fimm fjölmennustu sveitarfélögum landsins er tæpir 6 milljarðar króna milli ára.

„Við erum rétt að sjá toppinn á ísjakanum núna. Seinni hluti ársins verður mun verri,“ segir Sigurður Snævarr, hagfræðingur Sambands íslenskra sveitarfélaga. Staðan hljóti að vera svipuð eða verri hjá mörgum smærri sveitarfélögum sem byggja afkomuna að stórum hluta á ferðaþjónustu.

Aðspurður segir Sigurður fjárhagsáætlanir þessa árs ónýt plögg. „Viða sé ég stór göt.“ – khg / sjá síðu 4



Sigurður Snævarr

Innlán heimila í tapi

Óbundin innlán heimilanna hafa aukist um tugi milljarða frá áramótum. Neiðkvæð raunávöxtun þeirra er töluverð miðað við verðbólguþá Seðlabankans.

EFNAHAGSMÁL Heimilin í landinu hafa aldrei verið með meiri óbundinn sparnað í krónum talið en í lok júlí. Óbundinn sparnaður heimila hefur aukist um fleiri tugi milljarða króna á þessu ári, á sama tíma og vextir hafa lækkað. Mikið fjármagn er því á neikvæðum raunvöxtum.

„Aukin óvissa verður til þess að heimili draga saman seglin og auka lausafjárstöðu til að mæta áfalli, til dæmis atvinnumissi,“ segir Valdimar Ármann, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance, í samtali við Markaðinn.

Samtals námu óbundnar innistæður íslenskra heimila 609 milljörðum króna í lok júlí og aukning frá áramótum nam 81 milljarði.

» Nafnvextir á veltireikningum voru einungis 0,05 prósent og óbundnir bankareikningar báru einungis 0,15 prósent vexti.

Samkvæmt vaxtatöflum viðskiptabankanna voru nafnvextir á veltireikningum einungis 0,05 prósent og óbundnir bankareikningar báru einungis 0,15 prósent vexti.

Seðlabankinn gerir ráð fyrir að verðbólga verði um 3 prósent það sem eftir lifir árs. Neiðkvæð raunávöxtun óbundinna innlána verður því á bilinu 2,85 til 2,95 prósent á

ársgrundvelli, ef vextir og verðbólga verða áfram á sömu slóðum.

„Á meðan óvissan varir er ekki óeðlilegt að fólk vilji hafa beint aðgengi að sparnaði sínum, en þegar við förum að sjá til lands þá geta þessir fjármunir leitað í fjárfestingar, til dæmis fasteignir eða hlutabréf, ef ekki þarf að nota þá til þess að halda uppi neyslu,“ segir Valdimar.

„Einhverjir munu kannski ekki átta sig almennilega á ávöxtuninni fyrr en þeir fá áramótayfirlitið,“ bætir Valdimar við.

„Það er fyrst núna sem tólf mánaða ávöxtun er að fara hratt niður og eftir tólf mánuði verður hún enn lakari. Þetta tekur tíma að síast inn.“

– þfh / sjá Markaðinn

Icelandair ekki skilað LIVE tapi

VIÐSKIPTI Guðrún Hafsteinsdóttir, varaformaður stjórnar Lífeyrissjóðs verzlunarmanna, segir að sjóðurinn hafi ekki tapað á fjárfestingunni í Icelandair Group. Það er þvert á ummælin sem Stefán Sveinbjörnsson, stjórnarformaður Lífeyrissjóðsins, lét falla í síðustu viku.

Seðlabankinn getur ekki gefið upp hvort fjármálaeftirlitið muni taka til skoðunar hvort ákvörðun stjórnarmanna í Lífeyrissjóði verzlunarmanna gegn þátttöku í hlutfjárútboði Icelandair hafi verið í samræmi við þau viðmið sem sjóðnum eru sett. – þfh / sjá Markaðinn



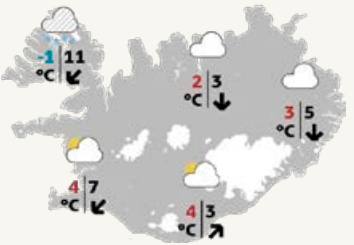
Guðrún Hafsteinsdóttir

Mmm ...
Mangó
Besta uppskeran núna!

Krónan
mælir með!

KRÓNAN

Veður



Norðlæg átt 8-15 í dag, en hægari um landið norðaustanvert. Dálítil væta suðaustantil og el fyrir norðan, en léttir til suðvestanlands. Híti 0 til 5 stig. **SJÁ SÍÐU 14**



Slökkviliðsmenn losna við eittraðan reyk í gufubaðinu. MYND/GETTY

Söfnuðu sjálfir fyrir sánuklefa

ATVINNUMÁL Slökkvilið Borgarbyggðar fékk samþykkt að setja upp sánuklefa og heitan og kaldan pott. Þórður Sigurðsson, slökkviliðsmaður í Borgarbyggð, segir að samkvæmt reglugerð þurfi slökkviliðstöðvar að hafa sánuklefa, enda sé best að svitna út eiturefnunum sem verða eftir í húðinni eftir reykköfun. Hann er þakklátur fyrir stuðning bæjarbúa sem styrktu söfnun fyrir búnaðinum.

„Þetta verður félagslega gott fyrir okkur því slökkviliðsmenn eru að jafnaði iðnaðarmenn svo við setjum þetta allt upp sjálfir. Notum þetta svo eftir æfingar þannig að maður fari aldrei aftur óhreinn heim,“ segir Þórður.

Slökkviliðsmenn í Borgarbyggð hafa notast við gufubaðið í íþróttamiðstöðinni, en Þórður segir vont að gera samborgurinum það að koma hálfeitraðir inn í gufuna. „Við ákváðum að taka málin í okkar hendur, félag slökkviliðsmanna í Borgarbyggð, og hrinda af stað söfnun sem var vel tekið. Við erum bæði auðmjúkir og þakklátir okkar samborgurum fyrir aðstoðina.“

Þórður segir að þótt gallarnir séu góðir fari reykurinn og eitrið í gegnum þá. „Ég hef lent í því að fara í húsbruna og reykka í dagóða stund og á þriðja degi var ég ennþá með brunalykt á mér.“ – **bb**

FRÉTTABLAÐIÐ

Meira á frettabladid.is

Í hriðinni



Zophonías Friðrik Gunnarsson og Hrafnhildur Björk Guðgeirsdóttir frá Girðingabjónustu Suðurlands voru galvösk í girðingavinnu á Mosfellsheiðinni í gær í fremur haustlegu veðri. Sögðust þau hafa byrjað 6. ágúst að girða fyrir Vegagerðina frá Heiðarbæ að ánni Bugðu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Allir í stjórn hjá Akureyringum

NORÐURLAND Bæjarstjórn Akureyrar tilkynnti í gær að enginn meiri- eða minnihluti yrði út kjörtímabilið og stjórn allra sex flokka sem eigi fulltrúa yrði mynduð.

Hilda Jana Gísladóttir, oddviti Samfylkingarinnar, segir samskiptasáttmála sem fulltrúarnir gerðu í upphafi kjörtímabils hafi verið forsenduna fyrir því að þetta hafi verið hægt. „Traust og virðing hefur verið til staðar þó að við höfum verið ósammála,“ segir hún.

Ákveðið var síðan að þetta raðirnar eftir að COVID-19 faraldurinn skall á og fjárhagsstaða bæjarins versnaði til muna. Hin nýja stjórn muni sinna ákveðnum verkefnum, sem allir eru sammála um, til loka kjörtímabilsins. „Það voru allir bæði spenntir en hikandi en sammála um að þetta væri tilraunarinnar virði,“ segir Hilda Jana. „Það er ekkert víst að þetta klikki.“

Jafnframt séu allir meðvitaðir um að sérstaða flokka og gagnrýni verði að vera til. – **khg**

Hinsegin ungmennin eru óörugg í skólanum

Um þriðjungur hinsegin ungmenna upplifir sig óöruggan í skóla samkvæmt niðurstöðu könnunar sem kynna átti í dag í fyrirlestri á vegum jafnréttisnefndar Menntavísindasviðs HÍ. Fyrirlesarinn er hins vegar kominn í sóttkví.

SAMFÉLAG „Ég eyði flestum dögum inni í skólunum að tala við hinsegin krakka og það eru enn þá ótrúlegar sögur sem maður heyrir,“ segir Tóttla I. Sæmundsdóttir, fræðslustýra Samtakanna '78.

Tóttla ætlaði í dag að halda hádegisfyrirlestur á vegum jafnréttisnefndar Menntavísindasviðs Háskóla Íslands og kynna niðurstöður könnunar um liðan hinsegin ungmenna í skólum og ræða hvað sé hægt sé að gera til að bæta ástandið. Hún var hins vegar sett í sóttkví síðdegis í gær og verður fyrirlesturinn því fluttur síðar.

Niðurstöður könnunarinnar, sem gerð var af Samtökunum '78 í samstarfi við bandarísku samtökin GLSEN og Columbia-háskóla, sýna að 33 prósent þátttakenda upplifa óöryggi í skóla vegna kynhneigðar. Þátttakendur voru hinsegin ungmenni frá þrettán ára aldri. Um fimm prósent sögðust hafa orðið fyrir árásum innan skólans. 28 prósent sögðust hafa heyrt fordómafull ummæli frá starfsmönnum skólans.

„Niðurstöðurnar sýna einnig að ef krakkarnir upplifa það að starfsfólk skólans sé styðjandi breyti það tilfinningu nemenda fyrir skólanum, þannig upplifi þau sig tilheyra skólasamfélaginu,“ segir Tóttla aðspurð hvað sé til ráða. „Það sést til dæmis á því að fjarvistum fækkar.“

Annað sem skipti miklu máli segir Tóttla vera afskipti kennara og starfsfólks skóla af hómófóbiskum ummælum. Um 32 prósent hinsegin nemenda höfðu verið áreitt munnlega vegna kynhneigðar samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar.

„Um leið og þau upplifa það að kennarar og starfsfólk gripi inn í komi til hómófóbiskrar umræðu liður þeim betur.“



Hinsegin ungmennum í skólum er styrkur í starfsfólki. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Um leið og þau upplifa það að kennarar og starfsfólk gripi inn í komi til hómófóbiskrar umræðu liður þeim betur.

Tóttla I. Sæmundsdóttir, fræðslustýra Samtakanna '78



ekki í skólakerfinu, þau tala mikið um að það vanti námsefni sem endurspeglar hinseginveruleika.“

Sem fræðslustýra Samtakanna '78 ver Tóttla miklum tíma með nemendum og fer með fræðslu um hinseginleika inn í skóla landsins en hún segir jafn mikilvægt að fræða kennara og nemendur.

„Ég held að það sé ekkert minna mikilvægt að setjast niður með kennurunum og starfsfólki skólanna til að þau geti svo haldið áfram,“ segir hún. „Það að ég komi inn í kannski klukkutíma á önn hefur áhrif en það að hafa virkt starfsfólk í skólanum sem tekur á þessum málum, er styðjandi og heldur áfram er aðalatriðið.“

Fyrirlestur Tóttlu verður opinn í beinu streymi á vef Menntavísindasviðs. birnadrofn@frettabladid.is

OPÍÐ KL. 12 – 20 ALLA DAGA

BÓKA MARKAÐUR í Hörpu

Viltu hætta að hrjóta?

Frumskýnum Ergosmart snjallrúmið



Ergomotion, stærsti framleiðandi stillanlegra rúma í heimi er leiðandi fyrirtæki á heimsvísu í svefntækni. Ergomotion kynnir nú einstakt snjallrúm. Ergosmart, snjallrúm sem mælir svefninn þinn, aðstoðar þið við að ná meiri svefngæðum, hvíld í svefni og hætta að hrjóta.

Sem leiðandi fyrirtæki í svefntækni hefur **Ergomotion** fengið til liðs við sig fjöldan allan af vísindamönnum, háskólum, rannsóknar- og tæknifyrirtækjum um heim allan til þess að próa svefntækni sína á sem fullkomnasta og bestan hátt.



Ergomotion kemur með nútímalausn að aldar gömlu vandamáli! Hvernig á að ná rétttri samsetningu af þægindum, stuðningi og heilsufarslegum ávinningi í svefni. Lausnina kynnir **Ergomotion** í snjallrúminu **ERGOSMART**.

ERGOSMART hefur hlotið verðlaun í tækni- og heilsugeiranum og ber þar hæst verðlaun á CES í Las Vegas.

Ergosmart snjallrúmið er með innbyggðum skynjurum og mælir hvernig þú hegðar þér í svefni. Rúmið mælir Hjartslátt, Öndun, Djúpsvefn, Hrotur, Hreyfingu, Rem svefn og gefur heildarsvefngæðum einkun.

Til að geta bætt svefn þarf að mæla hann og vita hver svefngæðin eru hverju sinni. Þá aðeins er hægt að vinna í því að auka og bæta svefngæði á hverri nóttu.



App sem mælir og skráir svefngæði

- Hrotur
- Hjartslátt
- Andardrátt
- Hreyfingar
- Aðstoðar þig við að hætta að hrjóta

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

**Mælum gæði svefnsins
Við þurfum öll 8 tíma svefn**

Yfir tvö þúsund manns í sóttkví og hátt í þrjú hundruð með smit

COVID-19 Í gær var 281 með virkt COVID-19 smit hér á landi og 2.283 í sóttkví og 2.183 í skimunarsóttkví. Tveir lágu á sjúkrahúsi.

Frá því smit greindist fyrst hér 28. febrúar höfðu í gær 2.419 smitast.

Mikil aukning er á smiti síðustu daga og bakvarðasveit heilbrigðisþjónustunnar hefur verið endurvakin. Landspítali fór af óvissustigi yfir á hættustigi í fyrradag eftir að starfsfólk spítalans greindist með smit og 200 fóru í sóttkví.

Flestir smit eru á höfuðborgarsvæðinu og er ungt fólk í meirihluta. Verða skemmtistaðir og krár lokaðar fram yfir helgi hið minnsta.

Allir starfsmenn Fjölbrotaskólans við Ármúla eru í sóttkví eftir að starfsmaður greindist. Skólahald í Valhúsaskóla á Seltjarnarnesi var fellt niður í gær eftir smit hjá nemanda. Sama á við um kennslu í Tónlistarskóla Seltjarnarness, æfingar hjá Gróttu og fermingarfræðslu í Seltjarnarneskirkju.

» Landspítali fór af óvissustigi yfir á hættustigi í fyrradag.

Öll börn sem sóttu frístundaheimilið Krakkakot við Hvassaleitisskóla á föstudag eru í sóttkví og hið sama gildir um starfsmenn. Áður hafði allur 4. bekkur skólans verið sendur í sóttkví eftir að tveir starfsmenn greindust.

Þá er 7. bekkur í Ingunnarskóla í Grafarholti og í Melaskóla í sóttkví og leikskólinn Akkrar í Garðabæ er lokaður. Ein deild er lokað í leikskólanum Ásum í Garðabæ og á Ægisborg er ein deild í sóttkví. Sjö starfsmenn í Vesturbæjarskóla eru í sóttkví. Í háskólum og framhaldsskólum eru bornar grímur.

Viðir Reynisson yfirlögregluþjónn er í sóttkví og forstjóri Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins er einnig í sóttkví eftir fréttaviðtal.

Alls höfðu fjórir starfsmenn heilsgæslunnar greinst með smit í gær og voru þeir allir í einangrun, tíu starfsmenn voru í sóttkví.

Í gildi er 200 manna takmörkun á þá sem koma mega saman.

Í allri starfsemi skal tryggja að minnst einn metri sé milli fólks sem ekki er í nánum tengslum. Ella skal nota grímu. Þetta á við um almenningsamgöngur, þar með talið flug og ferjur og starfsemi eins og hárgreiðslustofur og nuddstofur. – **bdj**



Boris Johnson. MYND/GETTY

Baráttu Breta er alls ekki lokið

ENGLAND Boris Johnson, forsætisráðherra Bretlands, sagði í ávarpi í gær að nú þyrftu Bretar að standa saman og fara eftir hertum reglum.

Johnson kynnti grimuskyldu, að fólk sem gæti ætti að vinna heima, og hert viðurlög við brotum. Hann sagði að almenn skynsemi væri eitt besta vopnið í baráttunni gegn kórónaveirunni. Þá sagði hann að barir og veitingastaðir yrðu að loka klukkan 22 og að 15 megi vera við brúðkaup en 30 við jarðarfarir, en almennt mættu ekki fleiri en sex koma saman. – **bb**

Íslandsbanki borgar best

FJÁRMÁL Stjórnarmenn í Íslandsbanka fá 630 þúsund krónur á mánuði. Greiðir bankinn langhæstu stjórnarlaun fyrirtækja í ríkiseigu.

Landsbankinn greiðir stjórnarmönnum 420 þúsund. Stjórnarformaður Íslandsbanka fær 945 þúsund krónur. Landsbankinn greiðir stjórnarformanni 735 þúsund

Til samamburðar borgar Bjargráðasjóður níu þúsund krónur fyrir stjórnarsetu.

Ríkið gerði rekstur fyrirtækja sinna gegnsærri og aðgengilegri með myndrænni birtingu á vef Stjórnarráðsins í gær.

Samkvæmt tölum fyrir árið 2020 eru 55 prósent stjórnarmanna fyrirtækjanna karlar en konur eru 45 prósent. Íslenska ríkið á alfaríð eða ráðandi hluti í 37 fyrirtækjum. – **bb**

Mörg sveitarfélög í erfiðleikum

COVID-19 faraldurinn kúvendir fjármálum sveitarfélaga og áætlanir eru ónýt plögg. Viðsnúningur fjögurra af stærstu sveitarfélögunum á fyrri hluta ársins er 5,9 milljarðar í mínus. Kallað er á ríkisaðstoð.

STJÓRNSÝSLA Viðsnúningur í rekstri fjögurra af fimm fjölmenntustu sveitarfélögum landsins er tæpir 6 milljarðar króna milli ára. Þetta kemur fram í árshlutauppgjörum Reykjavíkur, Kópavogs, Hafnarfjarðar og Akureyrar. Á fyrstu sex mánuðum ársins 2019 var rekstrarafgangur upp á 2,3 milljarða króna en nú er 3,6 milljarða halli á rekstrinum. Tekjur hafa lækkað um 3,9 prósent og útgjöld aukist um 4,6 prósent.

Um 60 prósent landsmanna búa í þessum sveitarfélögum. Tölur liggja ekki fyrir um önnur sveitarfélög.

Sigurður Snævarr, hagfræðingur Sambands íslenskra sveitarfélaga, segir að staðan hljóti að vera svipuð eða verri hjá mörgum smærri sveitarfélögum sem byggja afkomuna að stórum hluta á ferðaþjónustu. Það á til dæmis við mörg sveitarfélög á suðurströndinni. Einnig á Sudurnesjum þar sem flugsamgöngur eru stór breyta í efnahagnum. Ástandið sé skárri annars staðar.

„Við erum rétt að sjá toppinn á ísjakanum núna. Seinni hluti ársins verður mun verri,“ segir Sigurður.

Aðspurður um fjárhagsáætlanir segir Sigurður þær sem gerðar voru fyrir þetta ár vera ónýt plögg. Sveitarfélögin hafi þurft að bregðast við með gerð viðauka. Þessar áætlanir eru ekki lauslegar viðmiðanir heldur gilda um þær strangar reglur og ber sveitarfélögum að fara eftir þeim.

„Mörg sveitarfélög munu eiga í miklum erfiðleikum með að gera fjárhagsáætlun í haust,“ segir Sigurður. Ólíklegt sé að þær standist. „Við sé eg stór göt, jafnvel þó að notaðar séu forsendur frá Hagstofunni og fleiri aðilum.“

Algengara er að sveitarfélögin bregðist við með lántöku frekar en skerðingu á þjónustu. Eru mörg þeirra að ganga frá lánasamningum eða stefna að því von bráðar.



Sveitarstjórnarfólks biður flókið verkefni í vetur. Myndin er frá borgarstjórn Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐID/STEFÁN

Við sé eg stór göt, jafnvel þó að notaðar séu forsendur frá Hagstofunni og fleiri aðilum

Sigurður Snævarr, hagfræðingur Sambands íslenskra sveitarfélaga

Hjá fyrrnefndum fjórum sveitarfélögum hafa skuldir hækkað um rúma 10 milljarða og lántökur umfram afborganir eru 6,8 milljarðar. Stærstur hluti þjónustunnar er grunnþjónusta sem ákveðin er af ríkinu og hana má ekki skerða.

Sambandið hefur itrekað bent á að lítill raunfylgni sé milli fjármagnsins sem ríkið útdeilir til

sveitarfélaganna til að sinna þjónustunni og krafna sem gerðar séu. „Þjónusta við fatlaða er til dæmis ákaflega dýr og erfitt að draga eitt-hvað úr henni,“ segir Sigurður.

Einnig hafa málefni hjúkrunarheimila mikið verið til umræðu. Akureyri, Vestmannaeyjar, Hornafjörður og Fjarðabyggð hafa sagt upp þjónustusamningum við ríkið eftir að hafa greitt hundruð milljóna með rekstrinum undanfarin ár. Samkvæmt Sigurði greiða sveitarfélögin minnst einn milljarð króna á ári með hjúkrunarheimilunum.

Aðspurður um leiðir ríkisins til þess að aðstoða sveitarfélögin segir Sigurður breytingu á útsvari vera eina leið. Í skýrslu nefndar sveitarstjórnarráðherra um fjárhagslega stöðu sveitarfélaganna sagði að

útsvar hafi lækkað um 11 milljarða króna vegna faraldursins. Aðstoð með framfærslu væri önnur leið. Áætlað er að þeim sem þurfa framfærslu fjölgi um 60 prósent í vetur. Þá væri einnig hægt að auka fé í Jöfnunarsjóð en samkvæmt uppgjörunum hafa framlög úr honum dregist saman um 2,2 prósent.

Þá kemur fram að fjárfestingaráætlanir hafi dregist saman um nær 19 prósent frá 2019. Í vor var kallað eftir auknum fjárfestingum sveitarfélaga til að mæta samdrættinum. Sigurður hefur ekki áhyggjur af því að viðhald sitji á hakanum eða uppbygging minnki verulega. Komíð hafi í ljós að ástæðan sé tafir vegna faraldursins. Enn sé stefnt að því að standa við fjárfestingarnar. kristinnhaukur@frettabladid.is

Þekkirðu lyfin þín?

Fáðu faglega aðstoð lyfjafræðings

Komdu eða pantaðu tíma í síma

517 5500 eða sendu póst á

lyfsalinn@lyfsalinn.is



LYFSALINN
og þér líður betur

GLÆSIBÆ

OPIÐ 08:30-18:00 mán.- fös.
Sími 517 5500 / lyfsalinn@lyfsalinn.is

VESTURLANDSVEGI

OPIÐ 10:00-22:00 alla daga
Sími 516 5500 / vesturlandsvegur@lyfsalinn.is

URÐARHVARFI

OPIÐ 08:30-18:00 mán.- fös.
Sími 516 5505 / urdarhvarf@lyfsalinn.is

www.lyfsalinn.is

Mössun og keramíkhúðun

Motormax býður
SONAX® keramíkhúðun
á frábæru **kynningarverði**

Litlir fólksbílar

Verð frá 79.900 kr.

Stórir fólksbílar & jepplingar

Verð frá 99.900 kr.

Jeppar

Verð frá 109.900 kr.

Breyttir bílar & sendibílar

Verðtilboð



Starfsmenn Motormax dekra við bílinn með **SONAX** vörum

Profiline CC36 (ceramic coating 36) frá Sonax veitir lakki bílsins langtímavörn gegn UV geislum, eiturefnum og öðrum umhverfisáhrifum, svo sem salti, tjöru og vegryki. Umbreyttar nanóagnir tengjast saman og mynda þannig sérlega sterkan varnarhjúp svo að yfirborðið verður einstaklega vatnsfráhrindandi, hrindir frá sér ryki og verður sérlega auðvelt í þrifum. Varnarhjúpinn eykur styrk og mótstöðu lakksins, gefur hámarksgljáa, frískar upp á liti og veitir þeim um leið einstaka dýpt.

Vörnin endist í allt að 36 mánuði sé billinn þjónustaður árlega.



**Bókaðu tíma í keramíkhúðun hjá Motormax
í síma 545 4040 eða á motormax@motormax.is**

MotorMax
Bónstöð

Motormax ehf.
Vatnagörðum 12
Sími: 545 4040

motormax@motormax.is

Borgin segir ekki tilefni til að rífa Fossvogsskóla

REYKJAVÍK Reykjavíkurborg segir niðurstöður mælinga í Fossvogsskóla ekki gefa tilefni til að skoða niðurrif skólans. Valgerður Sigurðardóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, telur að rífa þurfi skólann því dæmi séu um að nemendur finni enn fyrir einkennum myglu.

Fossvogsskóla var lokað í mars 2019 eftir að mælingar og sýnatökur sýndu rakavanda. Skólinn var opnaður aftur síðasta haust. Í vor stigu fram foreldrar nemenda sem fundu enn fyrir einkennum. Í sumar var því ráðist í frekari framkvæmdir og sýnatökur. Í gær lýsti foreldri alvarlegum einkennum hjá dóttur sinni.

Í tilkynningu frá borginni segir að í lokaúttekt Verkís frá í ágúst hafi ekki verið mælt með frekari framkvæmdu. Næstu skref verða ákveðin er lokaskýrsla liggi fyrir. „Við erum að reikna með því að lokaskýrslan geti legið fyrir í lok vikunnar eða strax í byrjun næstu,“ segir Ámundi V. Brynjólfsson, skrifstofustjóri skrifstofu framkvæmda og viðhalds.

Umhverfis- og skipulagssvið og skóla- og fristundasvið borgarinnar vilja fund með skólaráði Fossvogsskóla til að fara yfir skýrsluna og niðurstöður Náttúrufræðistofnunar á tegundagreiningu sýna frá í sumar.

Valgerður segir borgina ekki geta ekki horft fram hjá því að börn veikist í skólanum. „Síðustu tvö ár hafa foreldrar fjölda barna við Fossvogsskóla haft samband við mig út af veikindum barna sinna. Í haust

Hörð gagnrýni fyrir ummæli um niðurrif

„Meirihlutinn gagnrýnir harðlega yfirlýsingar Valgerðar Sigurðardóttur borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins í Fréttablaðinu í morgun um að rífa eigi húsnæði Fossvogsskóla. Þetta er afar óábyrgur málflutningur sem ekki er studdur neinum gögnum þeirra sem gerst þekkt stöðuna á húsnæði skólans. Reykjavíkurborg hefur lagt mikla vinnu og fjármuni í gagngerar endurbætur á skólahúsnæði og í einu og öllu fylgt fyrir mælum sérfræðinga verkfræðistofunnar Verkís. Borgin hefur varið til þess rúmlega 500 milljónum króna og hefur verið tekist af ábyrgð á við þau dæmi um rakaskemmdir sem komið hafa fram.“ Úr bókun meirihluta Samfylkingarinnar, Viðreisnar, VG og Pírata í skóla- og frístundaráði í gær.

eftir að skóli hófst aftur þá byrjaði ég aftur að heyra frá foreldrum, þrátt fyrir allar endurbætur sem hefur verið ráðist í,“ segir Valgerður.

„Þetta er ekki í fyrsta sinn sem kemur mygla upp í skólahúsnæði í eigu Reykjavíkurborgar, en ég hef aldrei heyrt aftur í foreldrum barna í öðrum skólum þar sem hefur verið farið í lagfæringar.“ – ab



Tedros Ghebreyesus, forseti Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar, WHO, sótti minningarathöfn um fórnarlömb COVID-19 á Spáni, ásamt Ursulu von der Leyen og ýmsum öðrum leiðtogum Evrópusambandsins. MYND/GETTY

Samtakamáttur þjóða í samvinnu um bóludefni

Sífelld fjölgar í hópi ríkja í COVAX-samstarfinu um fjármögnun og dreifingu bóludefnis við COVID-19. Bandaríkjamenn, Rússar og Kínverjar standa enn fyrir utan samstarfið, en prófessor í stjórnmálafræði segir að það gæti breyst.

COVID-19 Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði, segir COVAX-samstarfið skýrt dæmi um hvernig alþjóðakerfið nær vopnum sínum á ný eftir stórar krísur. Samtakamátturinn sé það ríkur að það skipti ekki endilega sköpum hvort þrjú efnahagsstórveldi heimsins, Bandaríkin, Rússland og Kína, séu með.

Sífelld hefur verið að bætast í hóp þeirra ríkja sem ákveðið hafa að taka þátt í COVAX, samstarfi Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar (WHO), sem snýst um að fjármagna og dreifa bóludefni gegn COVID-19 þegar það verður tilbúið, sennilega á næsta ári.

Alls taka 165 lönd þátt, þar af 75 efnahagslega vel stæð ríki, sem standa hlutfallslega meira að kostnaðinum, sem metinn er tveir milljarðar Bandaríkjadala, eða tæplega 280 milljarðar íslenskra króna. Í gær var tilkynnt að Íslendingar og Norðmenn myndu greiða 967 milljónir króna í samstarfið. Evrópusambandið allt tekur þátt, sem og Bretland, Japan, Suður-Kórea, Brasilía, Kanada, Ísrael, Sáði-Arabía, Suður-Afrika og fleiri ríki.

Þeim ríkjum sem þurfa aðstoð er skipt í tvo flokka. Verst settu ríkin eru til dæmis stríðshrjáð ríki eins og Sýrland, Afganistan og Sómalía og síðan betur sett ríki eins og Indland, Indónesía og Úkraína.

Munu ríki fá bóludefnis-kammta í hlutfalli við íbúafjölda, fyrir þrjú prósent íbúa til að byrja með, en síðar 20 prósent. Heilbrigðisstarfsfólk verður í forgangi og áhættu-hópar þar á eftir. Koma á í veg fyrir að lönd liggi á miklum, ónotuðum birgðum á meðan önnur skorti bóludefni.

Forsetakjörið í Bandaríkjunum skiptir mjög miklu máli um akkúrat þetta mál.

Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði



þjarga sjálfu sér, en þegar leið á hafi Evrópusambandsríkin rétt hvert öðru hjálparhönd.

Í COVID-19 faraldrinum hafi þetta sést best á handahófskenndum og fúmkennendum aðgerðum við lokun landamæra í fyrstu bylgjunni. Þar hafi alþjóðasambönd og stofnanir ekki verið sýnilegar.

Bandaríkin hafa slitið samband við WHO og taka því ekki þátt í COVAX. Samkvæmt þeirra eigin aðgerðum, Operation Warp Speed, munu allir Bandaríkjamenn fá bóludefni á undan öðrum þjóðum, verði Bandaríkjamenn fyrstir til að finna það upp. Gildir þá einu hvort fólk er í áhættuhópum eða ekki.

Eiríkur telur nær öruggt að Bandaríkjamenn gangi inn í COVAX vinni Joe Biden, frambjóðandi Demókrata, Donald Trump í forsetakosningunum í nóvember.

„Forsetakjörið í Bandaríkjunum skiptir mjög miklu máli um akkúrat þetta mál,“ segir Eiríkur. Núna byggir Bandaríkin hins vegar á mjög sterkri þjóðernishyggju og hugsi fyrst og fremst um eigin hag, eins og Rússland og Kína, sem ekki hafa svarað því hvort þau taki þátt í samstarfinu.

„Jafnvel þó að Kínverjar séu ekki með í upphafi, þá eru hagsmunir landsins í alþjóðakerfinu miklu meiri en svo að þeir muni standa fyrir utan þegar til stykkisins kemur held ég,“ segir Eiríkur. „Það er engin ástæða fyrir Kína að taka ekki þátt í svona verkefni, út frá alþjóðlegum stjórnmálahagsmunum.“

Ómögulegt er að segja til um hvaða bóludefni verði fyrst komið í almenna dreifingu. 168 bóludefni eru núna í þróun og í COVAX-ríkjum eru 29 núna prófuð á mönnum.

kristinnhaukur@frettabladid.is

9 dagar til jóla!

SVO ÞÚ FÁIR HÚSGÖGNIN ÖRUGGLEGA HEIM FYRIR JÓLIN
- ALLT AÐ **20% AFSLÁTTUR** AF PÖNTUNUM

MÓDERN
- heimur fagaðra möguleika
www.modern.is

Woxhaus Minotti KFF kerabensen kerabensen

FAXAFENI 10 • 108 REYKJAVÍK • 534 7777

OKTÓBERFEST
vörurnar eru byrjaðar að streyma inn

Finndu okkur á
f i

PARTÝBÚÐIN

Faxafeni 11 • Sími 534 0534

enox.[®]
enjoy life
Þýskt gæðamerki



HÚSASMÍÐJAN

**FYRIR
ÞIG**

Alvöru rafmagnshjól
á frábæru verði

Síðasta sendingin í ár!



Verð aðeins

149.900 kr

Umhverfisvænt - 250W - 25 km hraði - Drægni 70 km

Rafmagnshjól ENOX EBX37 – Ferðamáti framtíðarinnar

Enox Yadea rafmagnsreiðhjól, 7 gíra borgarhjól, 36v rafhlaða undir bögglabera, Bafang mótór að framan, hleðslutími 3-6 klst., Tektro V bremsur. Stillanlegt framstýri, ljós að framan og aftan, bögglaberi, bretti, bjalla, keðjuhlíf, dempari að framan, áfastur lás fylgir með.

3903103

SKOÐUN

Fyrirmynd að norðan

Adalheiður Ámundadóttir
adalheidur@frettabladid.is

Bæjarfulltrúar á Akureyri hafa tekið höndum saman um rekstur sveitarfélagsins og ætla að stýra því í sameiningu það sem eftir lifir af kjörtímabilinu. „Lagt er af stað í þessa vegferð í þeirri trú að með þessum hætti geti bæjarfulltrúar best þjónað því hlutverki sem bæjarbúar fölu þeim í síðustu sveitarstjórnarkosningum,“ segir í tilkynningu frá bæjarstjórninni samheldnu, sem telur að það muni reynast umbjóðendum sínum best við þær erfiðu aðstæður sem blasa við öllum kjörnum fulltrúum í heiminum, að gera hið óvænta og vinna saman.

Ákvörðun Akureyringa vekur talsverða lukku. Hún birtist flestum okkar sem vin í eyðimörk ómálefnalegra átaka, falsfrétta, and-lýðræðis og lýðskrums, sem blasir við hvert sem lítið er. Hún birtist okkur sem svar við því sem við fyrstu sýn virtist barnalega óraunhæft ákall Ólafs Darra um samvinnustjórnsmál, í gervi stjórnsmálamannsins Benedikts í fyrsta þætti Ráðherrans á RÚV um helgina. Öllum, sem fylgjast á annað borð með stjórnmálum, er ljóst að skoðanaskipti og gagnrýni eru nauðsynleg til að tryggja góða og vel ígrundaða niðurstöðu um þau mál sem kjörnir fulltrúar þurfa að fást við. Einn af kostum þeirrar meginreglu stjórnmálanna að meirihlutinn ráði, er að ábyrgðin er skýr. Þeir flokkar sem standa að ákvörðunum bera ábyrgð á þeim og þurfa að leggja þær í dóm kjósenda að kjörtímabilinu loknu.

Þegar alvarlegir erfiðleikar steðja að samfélögum, eins og nú, verða ákvarðanir að sama skapi afdrifari. Það er erfið ákvörðun að skulðsetja sveitarfélag og varpa með því rekstrarvandannum inn í framtíðina. Niðurskurður er ekki heldur efst á lista kosningaloforda neins flokks og oftar en ekki er niðurskurður meiri í nösunum á stjórnmálamönnum en í veruleikanum sjálfum. Í þessu ljósi verður samheldni Akureyringa líka falleg. Í stað þess að fráfarandi minnihluta sé haldið utan við hinar erfiðu ákvarðanir, fær hann sæti við borðið, en axlar um leið sinn part af ábyrgðinni.

Fólk um allan heim er þreyttara á átökum en oft áður. Fólk er þreytt á stjórnmálafólki sem heimilar hömlulaus völd, en bregst gersamlega þegar það fær völdin í hendur. Þreytt á deilum deilunnar vegna og fólki sem kys frekar að grafa undan öðrum, en verða sjálft að gagni.

Samvinna í stjórnmálum er auðvitað ekki ný uppfinning og hún er eflaust meginreglan í mörgum minni sveitarfélögum landsins. En Akureyri er alvörubær með flókinn rekstur, fjölbreyttar þarfir og ótal ólík sjónarmið. Þar finnst mörgum að fólkið í suðvestrinu mætti stundum slá örlítið af í hrokanum og læra af því sem vel er gert í norðri. Hér gæti verið ágætur staður til að byrja.

Halldór



Frá degi til dags

Búsk-menn

Mikil gróska er í hugmynda- og rammpólitískra ungmenna. Pólitíkin snýst nú minna um flokka og prinsipp, en í einfaldaðri mynd má segja að ungu fólki til vinstri hafi tekist að hrista upp í hægri mönnum á öllum aldri með veggjakroti og TikTok-myndböndum um stjórnarskrána. Loksins þegar ungt fólk til hægri var tilbúið að svara, þá risu upp pönkarar sem senda falskar ábendingar á lögguna um hvar egypsku fjölskylduna er að finna. Í fjarska má heyra í ungliðum VG bita í tunguna á sér til að missa ekki út úr sér óviðeigandi samlikningar úr seinna stríði. Ef unga hægrið ætlar að ná frumkvæðinu er ekki seinna vænna að fara út í runna og leita að skjaldborg heimilanna.

Hún er samt flöt

Það er merki um fordæmalausa tíma þegar allir flokkar á Akureyri ákveða að mynda allra flokka meirihluta. Má samstarfið rekja til fyrsta þáttar Ráðherrans þar sem Ólafur Darri kallaði eftir samstöðu um stóru málin sem allir eru sammála um. Þetta er þó ekki hægt í öllum sveitarfélögum. Flokkarnir í borginni eru ekki sammála um hvort jörðin sé flöt, hnöttur eða skjaldbaka. Eina sem þeir gætu kannski sam einast um er að leigja út tiltekið skólahúsnaði til Flúðasveppa.

Gjörðir segja meira en orð

Sigurjón Arnórsson
framkvæmdastjóri Flokks fólksins

Árið 2018 samþykkti Alþingi frumvarp Flokks fólksins sem felldi niður skerðingar á styrkjum, sem öryrkjar og lífeyrisþegar fá, til að standa straum af kostnaði við útgjöld vegna veikinda. Með þessu var hætt að skerða lífeyri vegna hjálpartækjastyrkja, lyfjakaupastyrkja og bensinstyrkja. Þessi breyting sparar 6.000 öryrkjum og eldri borgurum að meðaltali um 120.000 kr. á ári.

Þegar þetta mál var rætt á Alþingi viðurkenndi ríkisstjórnin að þessar skerðingar hefðu aldrei átt að eiga sér stað og sagði þær hafa viðgengist fyrir mistök. Þetta kom hagsmunasamtökum aldraðra og öryrkja talsvert á óvart, enda höfðu þau barist fyrir afnámi þessara skerðinga áratugum saman. Sú barátta fór greinilega fram hjá fjórflokknum.

Árið 2019 vann Flokkur fólksins dómsmál fyrir hönd ellilífeyrisþega. Landsréttur komst að þeirri niðurstöðu að ríkið hefði brotið gegn eldri borgurum með því að skerða greiðslur til þeirra með afturvirkri og íþyngjandi löggjöf. Niðurstaðan í þessu máli varð til þess að ríkið greiddi 32.000 eldri borgurum um sjö milljarða króna með vöxtum. Viðbrögð félags- og barnamálaráðherra við þessari niðurstöðu var ekki afsökunarbeiðni fyrir lögbrotin. Hann valdi þess í stað að gagnrýna niðurstöðuna þar sem hann hefði gjarnan viljað fjárfesta þessum peningum í einhver önnur verkefni. Peningum sem ríkið aflaði með ólögætum skerðingum.

Á þessu ári lagði Flokkur fólksins fram frumvarp um að bætur almannatrygginga hækkuðu í samræmi við launavísitölu, sem hefði komið í veg fyrir vaxandi kjaragljöðun, meðal annars hjá þeim sem lifa undir lágmarksframfærsluviðmiði félagsmálaráðuneytisins. Aðeins þingmenn ríkisstjórnarinnar felldu frumvarpið, allir aðrir þingmenn voru því fylgjandi.

Um það bil 20 þingmál Flokks fólksins hafa verið svæfð í nefndum frá árinu 2017. Þessi sanngirniss- og réttlætismál fá ekki einu sinni þinglega meðferð. Ríkisstjórnin vill ekki hleypa málum, mörgum hverjum samhljóða kosningaloforðum ríkisstjórnarflokkanna, til atkvæðagreiðslu. Þar segja gjörðir meira en orð.

BÍLAÚTSALA

OPIÐ HÚS

miðvikudaginn 23. sept.
milli 15:00 – 19:00

Allir bílar skoðaðir 2022
Allir innréttaðir sem ferðabílar með WEBASTO hitamiðstöð

Kíkið í kaffi – Erum staðsett á Stapabraut 21, 260 Reykjanesbæ!
Frekari upplýsingar gefur Jón í síma 821-7386

Auðvitað kaus þjóðin nýmalað kaffi



Matthías Tryggvi Haraldsson sviðslista- maður og söngvari

Áður en mér datt í hug að ég myndi nokkurn tímann klæða mig í leðurþveng með frænda mínum og garga eitthvað um hrun og dauða í sjónvarps- myndavélar Evrópubúa tók ég þátt í nokkuð merkilegri kosningu. Mér var bjartsýni í huga. Hvorki hatur né tortíming mannkyns. Þetta var 2012 og ég nýkominn með kos- ingarétt og meira að segja búinn að nýta hann á sögulegri stundu.

Ég var einn af 115.890 manns sem settu X við vel valda reiti og niður- stöðurnar ráðlögðu valdhöfum eitt- hvað á þessa leið: „Hey, auðvitað maður! Ég vil að öll atkvæði séu jöfn, að fólkið sem býr hérna eigi auðlindir náttúr- unnar og beri ábyrgð á þeim og bara, díses, að við setjum okkur nútímalega stjórnarskrá! Þetta á ekki að vera spurning!“

Fyrr losnar systir mín við spangirnar Svona hugsaði átján ára ég. Og meirihluti hinna sem mættu. Þetta væri engin spurning, þótt það væri vissulega mikilvægt að vera spurð. En svo átti þetta eftir að verða spurning sem tekur meira en átta ár og þrjár ríkisstjórnir að svara. Ég á litla systur sem var varla byrjuð

í grunnskóla þegar við kusum og í næstu viku losnar hún við spang- irnar. Einhvern tímann þess á milli var Bretlandi troðið út úr Evrópu- sambandinu í krafti ráðgefandi þjóðaratkvæðagreiðslu. Svona eins og þjóðaratkvæðagreiðslan sem ég kaus í þegar ég var átján ára var ráðgefandi. Niðurstöðum hennar er ekki troðið í gegn heldur eru þær þynntar út á Alþingi.

Eins og sirópskaffi í plastbolla með G-mjólk Til dæmis vil ég auðlindaákvæði í stjórnarskrá eins og ég vil kaffi. Svart og sykurlaust. Þannig er það í nýju stjórnarskránni: Auðlindir eru skilgreindar, eignarréttur þjóðar- innar er afdráttarlaus og óaftur- kallanlegur og skýrt tekið fram að nýtingarrétturinn er aðeins til

stutts hóflegs tíma í senn. Auð- lindaákvæðið sem er núna í sam- ráðsgátt er svona eins og tveggja daga gamalt sirópskaffi í plastbolla með G-mjólk. Ef þú tekur oddinn af orðalaginu þá fer bragðið og þá geturðu allt eins sleppt þessu. Auð- vitað kaus þjóðin nýmalað kaffi. Það sést á því að auðlindaákvæðið var vinsælasta ákvæðið í nýju stjórnarskránni. Lesið endilega nýja auðlinda- ákvæðið við tækifæri, svona til upp- rifjunar. Og plaggið í heild þegar þið hafið tíma. Það er ekki bara skýrt heldur fallegt. Ef það væri lykt af því væri það ilmur af nýmöluðu kaffi.

Takk, elsku staðreyndabjargvættir! Nú segjast ýmsir vera varðhundur staðreyndanna og ætla að halda

utan um þær til að fyrirbyggja óreiðu með glænýrri vefsíðu. Það er flott hjá þeim. Maður fær það á tilfinninguna að þegar mörgþús- und manns gera eðlilega en háværa kröfu um lýðræði hljóti sérstök vef- síða G-mjólkursinna að vera hálf- máttlaust varnarbragð. Það er ekki staðreynd, bara tilfinning. Þegar ég skoða staðreyndirnar eru mér hvorki hatur né tortíming mann- kyns í huga heldur bjartsýni. Ég þekki ekki staðreyndirnar betur en staðreyndabjargvættirnir á netinu en ég get ekki annað en þakkað þeim kærlega fyrir. Takk, elsku staðreyndabjargvættir! Nú finnum við betur en nokkru sinni að krafan um nýja stjórnarskrá er að virka, hún heyrir, hún er skýr og hún er falleg. Þetta á ekki að vera spurning heldur staðreynd.

Til hamingju með Vestnorræna daginn!



Guðjón S. Brjánsson formaður Vestnorræna ráðsins



Henrik Old 1. varaformað- ur Vestnorræna ráðsins



Vivian Motzfeldt 2. varaformað- ur Vestnorræna ráðsins



Meðlimir ráðsins hafa bundist traustum böndum og öðlast ómetanlega þekk- ingu og skilning á aðstæðum í hverju landi fyrir sig.

vel sé búið að því svo að það sé til- búið að takast á við áskoranir lífs- ins. Vestnorræna ráðið mun því beina sjónum að framtíðarhorfum vestnorrænna ungmenna á því starfsári sem nú gengur í garð. Sér- stök áhersla verður lögð á málefni ungmenna í dreifðari byggðum og hvernig brúa má bilið milli þeirra og jafnaldranna í þéttbýlinu. Síðustu mánuðir hafa reynt á okkur öll og ferðatakmarkanir hafa gert okkur erfitt fyrir að komast greitt á milli landanna. En við dæumst að þrautseigju þeirra sem lagt hafa mikið á sig til að viðhalda sambandi þjóðanna þrátt fyrir allar hindranir og það sýnir okkur hversu mikil og sterk tengslin eru í raun. Við óskum Færeyingum, Græn- lendingum og Íslendingum til ham- ingju með Vestnorræna daginn og hvetjum alla til þess að halda upp á hann og taka þátt í viðburðum sem fara fram í löndunum þremur.

Í dag, 23. september, höldum við upp á Vestnorræna daginn í grannrikjunum Færeyjum, Grænlandi og Íslandi. Þá fögnum við góðu samstarfi þjóðanna með ýmsum viðburðum í löndunum þremur. Dagurinn gefur okkur líka tilefni til þess að hvetja til frekari

vestnorrænnar samvinnu og vekja áhuga á menningu og samfélögum hvert annars. Vestnorræna ráðið fagnar raunar líka 35 ára afmæli sínu um þessar mundir. Allt frá upphafi hefur það verið vettvangur náins sam- starfs þingmanna frá löndunum

þremur. Meðlimir ráðsins hafa bundist traustum böndum og öðlast ómetanlega þekkingu og skilning á aðstæðum í hverju landi fyrir sig. Samstaðan og gagnkvæmur skilningur styrkja okkur í sessi og gera okkur kleift að tala einni röddu út á við. Þó að samfélögin okkar

séu fámenn þá búum við á stóru og mikilvægu svæði og sameiginleg afstaða okkar í lykilmálefnum eins og loftslagsmálum og málefnum norðurslóða getur skipt sköpum á heimsvísu. Framtíð landanna er fylgin í unga fólkinu okkar. Það er mikilvægt að

Forsendur kjarasamninga eru brostnar



Þorsteinn Víglundsson forstjóri Eignar- haldsfélagsins Hornsteins

Á vegum aðila vinnumarkað- arins er nú lagt mat á hvort forsendur Lífskjarasamning- anna hafi staðist. Eitt meginmark- mið þeirra var aukinn kaupmáttur lægstu launa og lækkun vaxta og hvoru tveggja hefur gengið eftir. Deilt er um hvort ríkisvaldið hafi staðið við sitt en ólíklegt má telja að kjarasamningum verði sagt upp vegna þess. Á þennan mælikvarða hafa forsendur samninga því staðist í öllum meginráttum. Engu að síður er augljóst að efna- hagslegar forsendur samninganna eru brostnar. Við gerð þeirra var spáð samfelldu hagvaxtarskeiði út samningstímann, að gengi krónunn- ar héldist stöðugt og verðbólga lág.

Spyrja má út frá íslenskri hagsögu hversu raunhæfar þær forsendur voru en í það minnsta er veruleik- inn sem blasir við íslensku atvinnu- lífi allt annar. Við erum stödd í einu mesta samdráttarskeiði frá upp- hafi mælinga. Gengi krónunnar hefur fallið um fimmtung á einu ári, atvinnuleysi stefnir í 10 prósent og verðbólgan er komin af stað á ný. Ljóst er að veturinn verður harður. Það sem mestu máli skiptir er að forsendur kjarasamninga er að atvinnulífið ráði við þær launa- hækkanir sem þar er samið um. Ella er hætt við því að verðbólga eða atvinnuleysi aukist, eða hvoru tveggja. Þetta er ekki „grímulaus hræðsluáróður auðvaldsins“ líkt og gjarnan er haldið fram í tilfinn- ingaþrunginni orðræðu nýrrar for- ystu ASÍ. Þetta eru einfalдар efna- hagslegar staðreyndir. Staðreyndir sem víðurkenndar eru af verkalyðs- hreyfingu á öllum Norðurlönd- unum nema hér. Staðreyndir sem við höfum ítrekað sannreynt hér á landi. Verði ekki brugðist við þessari þróun með endurskoðun samninga er ljóst að uppsagnir fyrirtækja

Við erum stödd í einu mesta samdráttarskeiði frá upphafi mælinga. Gengi krónunnar hefur fallið um fimmtung á einu ári, at- vinnuleysi stefnir í 10 pró- sent og verðbólgan er komin af stað á ný.

verða meiri en þegar er raunin og hætt er við að verðbólga verði að sama skapi hærri en ella.

Gott samstarf aðila vinnu- markaðs hefur skilað miklum árangri í kreppum Núverandi kreppa er sú þriðja sem íslenskt efnahagslíf hefur þurft að glíma við á þrjátíu árum. Í hinum tveimur, það er, í upphafi tiunda áratugar síðustu aldar og í Hruninu, settust aðilar vinnumarkaðarins sameiginlega yfir leiðir til lausna. Þær aðgerðir sem þar var samein- ast um skiluðu íslensku samfélagi

hraðar í gegnum efnahagskreppuna en ella hefði orðið. Samstarf þetta skilaði mikilvægum efnahags- og samfélagsumbótum. Þannig stuðluðu þjóðarsáttar- samningarnir að því að böndum var komið á óðaverðbólgu undangeng- inna áratuga. Stórauðinn verð- og gengisstöðugleiki fylgdi í kjölfarið og við tók nærri tveggja áratuga samfelld kaupmáttaraukning. Efnahagslegur árangur Stöðugleikasátt- málans er kannski öllu óljósari en hann reyndist þó ákveðið leiðarljós út úr þeirri djúpu kreppu sem skoll- in var á. Hann tryggði jafnframt frið og stöðugleika á vinnumarkaði sem var nauðsynlegt mótvægi við það mikla umrót sem einkenndi stjórn- málin á sama tíma. Sú samstaða sem náðist á vinnu- markaði við þessar erfiðu kring- umstæður lagði í tilfelli beggja þessara samninga grundvöllinn að efnahagslegum bata og mikilli kaupmáttaraukningu. Því miður hefur þó aldrei náðst samstaða um nauðsynlegar skipulagsbreytingar á vinnumarkaði í anda norræna vinnumarkaðslíkansins en það er önnur umræða.

Skynsöm viðbrögð munu stytta kreppuna Við erum að glíma við djúpa og alvarlega kreppu sem vafalítið mun fylgja okkur þar til kórónaveiru- faraldurinn hefur gengið yfir. Þótt margt sé jákvætt í íslensku efna- hagslífi til lengri tíma litíð er ljóst að það mun taka okkur nokkurn tíma að vinna okkur út úr þessari stöðu. Innistæðulausar launahækkanir ofan í þessa kreppu munu aðeins auka á vandann. Sú orðræða sem heyrst hefur frá verkalyðshreyfing- unni, að launahækkanir nú muni auka kaupmátt og draga okkur upp úr kreppu, minnir um margt á orðræðuna á vinnumarkaði fyrir þjóðarsátt þar sem stjórnlausar víxl- hækkanir launa og verðlags leiddu til óðaverðbólgu og efnahagslegrar stöðnunar. Innistæðulausar launahækkanir nú munu aðeins auka atvinnuleysi og verðbólgu. Það þarf að leita ann- arra leiða. Gott samstarf á vinnu- markaði hefur ekki verið mikilvæg- ara um árábil. Það er áhyggjuefni að við þessar kringumstæður virðist forysta verkalyðshreyfingarinnar ætla að stinga höfðinu í sandinn.

Dæmt úr leik vegna COVID

FÓTBOLTI Ekkert varð úr viðureign Tottenham og Leyton Orient í enska deildarbikarnum í gær, eftir að hátt í tíu leikmenn Leyton greindust með kórónaveiruna. Þar sem Leyton Orient gat ekki teft fram liði, segir í reglum keppinnar að Tottenham skyldi vera dæmdur sigur. Lærisveinar Jose Mourinho fá því kærkomna hvíld í aðdraganda leiks Spurs og Shkëndija í Makedóníu í undankeppni Evrópu deildarinnar á fimmtudaginn.

Tottenham átti að heimsækja Leyton í gær, en félagið óskaði eftir því að Leyton sendi leikmenn sína í skimum fyrir kórónaveirunni, sem Tottenham greiddi fyrir. Í neðri deildum ensku deildarkeppinnar er ekki skimað reglulega fyrir veirunni, eins og í ensku úrvalsdeildinni. Í ljós kom að tíu leikmenn hið minnsta voru smitaðir og var leiknum því aflýst, þremur tímum fyrir upphafsflautið.

Stjórnarformaður Leyton Orient, Nigel Travis, greindi frá því í útvarpsviðtali í gær að félagið yrði af 150 þúsund pundum hið minnsta, með því að aflýsa leiknum. Leyton er, eins og önnur lið í neðri deildum enska boltans, að róa lífróður fjárhagslega þessa dagana vegna efnahagslegra áhrifa COVID-19 faraldursins á knattspyrnufélög. – kpt

Þrjú tilfelli hjá West Ham

FÓTBOLTI West Ham sendi frá sér tilkynningu í gær þar sem fram kom að David Moyes, knattspyrnustjóri liðsins, og Issa Diop og Josh Cullen, leikmenn liðsins, hefðu greinst með COVID-19. Moyes var því ekki á hliðarlinunni þegar West Ham mætti Hull í enska deildarbikarnum í gær.

West Ham átti leik gegn Hull í 32-liða úrslitum í gær og áttu Diop og Cullen báðir að byrja fyrir Hamrana, en á síðustu stundu var þeim kippt út úr leikmannahópnum. Seinna um kvöldið var greint frá því að Moyes, Diop og Cullen hefðu greinst með kórónaveiruna.

Óvíst er hvaða áhrif þetta hefur á næstu leiki West Ham sem á að mæta Úlfunum á sunnudaginn. Þá er óvíst hvaða áhrif þetta hefur á Arsenal sem mætti West Ham síðasta sunnudag. – kpt.



Markahrókurinn Elin Metta fagnar hér jöfnunarmarki Íslands í gær. Elin hefur skorað í öllum fimm leikjum Íslands í riðlinum til þessa. FRÉTTABLAÐID/VALLI

Stig sem gæti reynst dýrmætt

Stelpurnar okkar gáfu bronsliði Svía ekkert eftir í jafntefli í gær og voru óheppnar að stigin urðu ekki þrjú. Það verður því úrslitaleikur milli liðanna í Svíþjóð sem ræður um efsta sætið og farmiðann á EM.

FÓTBOLTI Stelpurnar okkar í íslenska kvennalandsliðinu náldu í gott stig þegar bronsliðið af síðasta HM, Svíþjóð, kom í heimsókn í Laugardalinn í gær og leiknum lauk með 1-1 jafntefli. Liðið lék vel á báðum endum vallarins og gaf Svíum fá færi á sér í leiknum. Það má að mörgu leyti segja að þetta hafi verið besti leikur liðsins undir stjórn núverandi þjálfarateymis og í raun afar fúlt að uppskeran var ekki þrjú stig.

Ísland er því með þrettán stig af fimmtán mögulegum fyrir viðureign liðanna í Svíþjóð eftir rúman mánuð. Líklegt er að sá leikur verði hreinn úrslitaleikur um efsta sæti riðilsins, en stig gærkvöldsins gæti einnig reynst dýrmætt í von um að fá beinan farmiða í lokakeppni EM. Þrjú stigahæstu liðin sem lenda í öðru sæti komast beint inn á EM 2022 og er líklegt að nítján stig dugi til að komast beint í lokakeppnina.

» Elin Metta Jensen, framherji íslenska liðsins, er búin að skora í öllum fimm leikjum Íslands til þessa.

Ísland sem tefldi fram óbreyttu liði frá síðasta leik byrjaði leikinn af krafti og gaf Svíunum ekkert eftir á fyrstu tuttugu mínútum leiksins. Stelpurnar okkar voru óhræddar að keyra á varnarlínu Svíanna og halda boltanum í von um að skapa færi, eins og Glódís Perla Viggósdóttir, miðvörður liðsins, hafði kallað eftir í aðdraganda leiksins. Þegar liða tók á hálfleikinn fóru Svíar að ná betri tókum á leiknum og komust yfir

eftir nokkuð þunga sókn. Þar var að verki Anna Anvegárd eftir góða fyrirgjöf og kannski verðskuldað eftir góða rispu sænska liðsins.

Undir lok fyrri hálfleiks virtist Sara Björk Gunnarsdóttir, sem var að leika sinn 133. landsleik og jafna með því leikjamat Katrínar Jónsdóttur, hafa jafnað metin en dómari leiksins ákvað eftir stuttan þankagang að flauta markið af. Erfitt var að segja hvað dómariinn var að dæma á, en hann kom í veg fyrir mark Íslands undir lok hálfleiksins.

Það sló íslenska liðið ekki út af laginu því í upphafi seinni hálfleiks var Elin Metta réttur maður á réttum stað og skallaði í netið af stuttu færi. Réttlætinu fullnægt, eftir mark Söru fyrr í leiknum. Íslenska liðið var nær því að bæta við sigurmarki heldur en Svíar og var Elin Metta hvað næst því að skora sigurmarkið, en skot hennar af stuttu færi hafnaði í slánni.

Stjórnnum prýtt lið Svía fer því eflaust sátt heim með stigið en ljóst er að Stelpurnar okkar sýndu það í gærkvöldi að þær geta alveg gert atlögu að sigri þegar liðin mætast á ný í Svíþjóð eftir rúman mánuð. Liðin eiga bæði eftir fleiri leiki í riðlinum, en líklegt er að sá leikur verði hreinn úrslitaleikur upp á efsta sæti riðilsins. Fyrir leikinn eru Svíar með betri markatölu og er því líklegt að Ísland þurfi að vinna leikinn til að eiga möguleika á toppsætinu í riðlinum.

„Þetta eru blendnar tilfinningar, að mörgu leyti erum við sátt við stigið og ákveðin frekja að fara fram á meira,“ sagði Jón Þór Hauksson, þjálfari liðsins eftir leik.

„Við sýndum mikinn karakter með því að komast aftur inn í leikinn eftir að hafa lent undir, sérstaklega eftir að hafa skorað mark sem virtist vera löglegt en var flautað af.“ kristinnpall@frettabladid.is

Valur er liðið sem aðrir þurfa að stöðva

KÖRFUBOLTI Íslandsmót kvenna í körfubolta hefst í kvöld, en þá fer fram heil umferð. Valskonur, sem eru ríkjandi Íslands- og deildarmeistarar og er spáð deildarmeistaratitlinum bæði af fyrirliðum, þjálfurum og forráðamönnum liðanna sem og fjölmiðlamönnum, sækja Breiðablik heim í Smáránn.

Valur leikur án Helenu Sverrisdóttur í byrjun tímabils. Stærstu skipti sumarsins voru er Hildur Björg Kjartansdóttir söðlaði um frá KR til Vals.

Skallagrímur, sem varð bikarmeistari fyrr á þessu ári, mætir Haukum í Ólafssal að Ásvöllum. Borgnesingar hafa haldið lykil-leikmönnum sínum og bætt við sig Sönu Orazovic og Emblu Kristínardóttur. Skallagrímur sýndi það með því að leggja Val að velli í Meistarakeppni KKÍ um síðustu helgi, að liðið er til alls líklegt í vetur.

Haukar skiptu um þjálfarateymi,



Val er spáð titlinum á meðan Fjölnir er nýliði í deildinni. MYND/VALUR

en í brúna eru komnir Bjarni Magnússon og Ingvar Guðjónsson sem gerðu liðið að Íslandsmeisturum árið 2018. Liðið er svipað að styrkleika og síðasta vetur, Briet Sif Hinriksdóttir hefur bæst í hópinn, en að sama skapi er Sigrún Ólafsdóttir farin til Bandaríkjanna í skóla.

Keflavík, sem getur hæglega blandað sér í toppbaráttu deildarinnar, fær nýtt lið KR í heimsókn

suður með sjó. Keflvíkingar halda áfram að treysta á góðan kjarna af leikmönnum sem félagið hefur alið upp. Kvarnast hefur úr þeim hópi, þar sem Þórunna Kíka Carr-Hodge er farin til Bandaríkjanna í nám og Irena Sól Jónsdóttir er farin í Hauka. KR-liðið er hins vegar óskrifað blað eftir að hafa nánast skipt um leikmannahóp og þjálfara í sumar.

Að lokum mætast nýliðar Fjölnis og Snæfells í Dalhúsum. Það verður einkennilegt að sjá Snæfellsliðið án þess að Berglind og Gunnhildur Gunnarsdóttir séu á parketinu. Snæfell er með bandarískan leikmann sem þekkir Hólminn, en Haiden Palmer er kominn aftur þangað. Fjölnir er með þrjá sterka, erlenda leikmenn sem verða hryggjarstykkio í liðinu. Það eru Ariana Moorer sem þekkir deildina, hinn reynslumikli, litháíski miðherji Lina Pikcuite og írski landsliðskonan Fiona O'Dwyer. – hó

Heitustu grillin!

Genesis® II E-415 GBS

Verð: 208.500 kr.

weber.is



Heilsa



Samkvæmt nýrri rannsókn sem framkvæmd var af Hafrannsóknastofu Noregs eru þrjátíu prósent ungbarna með of lítið D-vítamín í kroppnum þegar þau eru þriggja mánaða gömul. ➔4



Með aðstoð næringarfræðings hafa Birna Sigurðardóttir (69 ára) og Hrefna Björnsdóttir (91 árs) öðlast betra líf. MYND/ADSEND

Meltingarensím breyttu lífi mæðgna

Það er lygasögu líkast hvernig áhrif meltingarensíma umbreyttu lífi mæðgna Birnu og Hrefnu, en þær hafa átt við ýmis heilsufarsleg vandamál að stríða um þó nokkurn tíma. Birna deilir með okkur sögu þeirra mæðgna. ➔2

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is



Fylgstu með!

Framhald af forsiðu ➔

Þökk sé næringarfræðingi sem móðir mín fór til þá höfum við mæðgurnar tekið meltingarensím núna í hálf ár og má eiginlega segja að munurinn á meltingunni okkar eftir að við byrjuðum á þessum ensímum sé lyginni líkastur,“ segir Birna Sigurðardóttir (69 ára) eftir að hún fór með móður sinni til næringarfræðings sem breytti lífi þeirra beggja.

„Mamma mín, Hrefna Björnsdóttir, sem er 91 árs var farin að léttast svo svakalega. Það rann allt í gegnum hana og hún var ekki að nærast. Hún var hætt að treysta sér út úr húsi. Ég pantaði tíma hjá meltingarsérfræðingi sem rannsakaði hana vel og vandlega og kom í ljós að hún var hætt að framleiða ensím og var það orsök þess að hún var ekki að nærast. Hann áframsendi hana til næringarfræðings sem mælti með því að hún tæki inn Digest Spectrum, meltingarensím frá Enzymedica og að hún tæki út mjólkurvörur. Hún breytti fæðunni yfir í laktósafrítt strax, en það dugði ekki eitt og sér, hún varð að taka ensím með. Mamma fann strax mun á sér og öðlaðist satt best að segja nýtt líf. Nú getur hún farið aftur út úr húsi eins og áður og gert allt sem hún var von að gera.

Ég aftur á móti hef lent í miklum hremmingum á þessu ári. Ég fór í liðskiptaaðgerð á hné fyrr á árinu og þegar ég fór til lungnalæknis kom í ljós að ég var með kransæðastíflu og þurfti að fara í opna hjartaaðgerð. Í kjölfar aðgerðarinnar þurfti ég að fara á ýmis lyf, s.s. blóðþrýstingslyf, hjartalýf og fleira, sem fóru illa í meltinguna mína. Þegar ég fór með móður minni til næringarfræðingsins spurði ég hvort þetta væri eitthvað fyrir mig og sagði hún að ensímín gætu klárlega hjálpað mér. Hún mælti með Digest Basic meltingarensímum. Ég varð fljótt allt önnur og hef nú tekið þessi ensím í hálf ár og verður ekki aftur snúið. Mér finnst frábært að vörurnar séu ekki lyfseðilsskyldar.“

Meltingin er grunnurinn

Nýjustu rannsóknir staðfesta alltaf betur og betur hversu mikilvægt það er að hafa meltingarfærin í lagi. Við þurfum að geta brotið fæðuna vel niður til að næringaræfnin frásogist. Meltingarfærin eru því það fyrsta sem við þurfum að huga að til að geta nærst vel, því um leið og upptakan er góð og við skilum frá okkur eðlilegum hægðum, kemst betra jafnvægi á og höfum við stigið stórt skref í átt



„Við fundum ótrúlegan mun á okkur á innan við tveimur vikum“, segir Birna, eftir að þær mæðgur fóru að taka inn meltingarensímín frá Enzymedica.

MYND/ADSEND



Ég fór í liðskiptaaðgerð á hné fyrr á árinu og þegar ég fór til lungnalæknis kom í ljós að ég var með kransæðastíflu og þurfti að fara í opna hjartaaðgerð.

að heilbrigðara lífi. Það má líkja þessu við að við séum að byggja hús og við byrjum á grunninum. Því traustari og vel gerðari sem grunnurinn er, þeim mun auðveldara verður að byggja ofan á þannig að allt haldi vel.

Þreyta eftir máltíðir

Ensím eru nauðsynleg í öllum efnaskiptum í líkamanum, en í

hráu fæði er mikið af ensímum sem verða óvirk við eldun. Þegar við borðum eldaðan og unninn mat notar líkaminn orku í að finna og flytja ensím til meltingarvegarsins. Hver hefur ekki fundið fyrir þreytu eftir stórar máltíðir? Með hækkanði aldri gerist það líka að framleiðsla ensíma í líkamanum minnkar en ensímskortur getur lýst sér í eftirfarandi:

- Brjóstsviði, viðverkir & ógleði
- Vindverkir & uppþemba
- Krampar í þörmum
- Svefnleysi
- Nefrennsli
- Ófullnægt hungur
- Höfuðverkur
- Skapsveiflur
- Liðverkir
- Húðklæði eða húðroði
- Bólur

Enzymedica

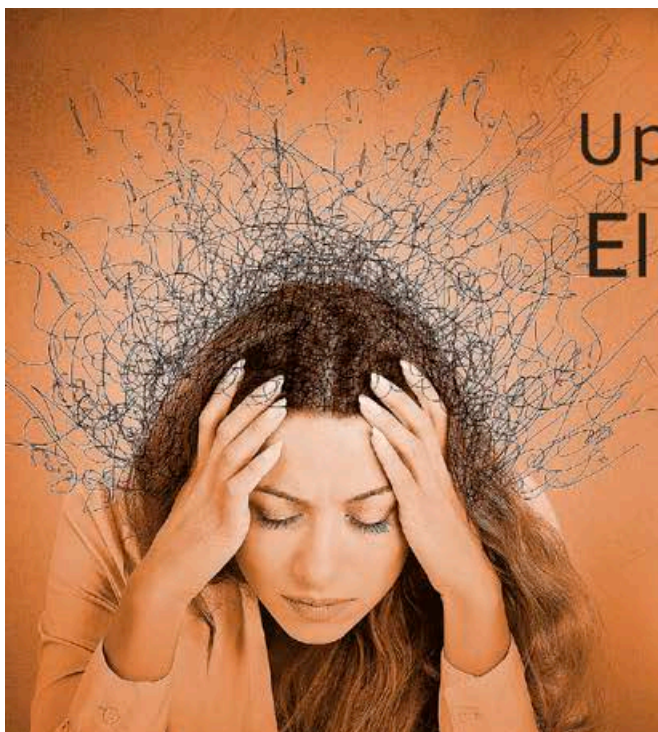
Meltingarensímín frá Enzymedica eru einstök og hafa losað fólk við ótrúlegustu óþægindi. Ensímín eru unnin með vinnslu sem kallast Thera-Blend og er það einkaleyfisvarin aðferð sem gerir ensímum

Nokkrar staðreyndir um ensím

Ensím í bætiefnaformi geta dregið úr einkennum fæðu-óþols og hjálpað þörmunum að ná eðlilegri virkni þannig að þeir virki betur en nokkru sinni fyrr. Með inntöku getur fólk skilað meiru frá sér en áður og reglulegar. Hungurtilfinning getur minnkað því upptaka á næringarefnum verður betri.

kleift að vinna á mismunandi pH-gildi í líkamanum og ná þannig að melta hvert orkuefni mun betur og hraðar.

Til eru fjórar tegundir meltingarensíma frá Enzymedica og eru þau 100% náttúruleg og vegan. Best er að taka meltingarensím í upphafi hverrar máltíðar eða með þeim máltíðum sem þú veist að þú átt erfitt með að melta, hvort sem það eru mjólkurvörur, kolvetni, prótein eða fita, og þannig auðvelda líkamanum að brjóta niður fæðuna og nýta þannig betur næringarefni fæðunnar.



Upplifir þú stundum EINBEITINGALEYSI

Bio-Kult Mind

Ný vara með áherslu á hugræna virkni.

Rannsóknir hafa sýnt að tenging á milli heila og meltingarvegs (gut-brain-axis) er mikil og að þarmaflóran gegni þar lykilhlutverki.

Bio Kult – stendur vörð um þína heilsu

Fæst í apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.



Kvefuð augu?

Dauðhreinsaðar og góðar augnþurrkur til meðferðar við sýkingu í augum

Blephaclean klútarnir eru dauðhreinsaðir klútar sem eru auðveldir og þægilegir í notkun við hreinsun á viðkvæmri húð í kringum augnsvæðið ef um sýkingar er að ræða.

Blautklútarnir hjálpa til við að fjarlægja sýkingu og skánmyndanir án þess að erta augun og henta því vel börnum frá 3ja ára aldri.

Blephaclean er hægt að nota óháð því hvort um bakteríu- eða veirusýkingu er að ræða og henta því einnig með lyfjameðferð.

BLEPHACLEAN AUGNKLÚTAR

- Hannaðir með húðsjúkdóma- og augnlæknum
- Án ilmeftna og rotvarnareftna
- Með rakagefandi hýalúrónsýru
- Draga úr magni örvera
- Frá þriggja mánaða aldri



Orkuríkara líf

Brimbretta- og mótorkrosskappinn Heiðar Logi Elíasson eykur enn á styrk sinn og orku með náttúrulegum og hreinum vítamínunum frá Solaray. Með þeim fullnýtir hann annasama daga.

Mitt daglega líf snýst um að hreyfa mig mikið. Ég stunda brimbretti og mótorkross og hef verið svo lukku- legur að fá að vinna við ástríðu mína sem er einmitt að ferðast um landið og eltað við öldur. Þess á milli geri ég upp fasteignir og tek að mér að leggja parket hér og þar,“ segir Heiðar Logi sem er orku- mikill að eðlisfari en segir annriki daganna þó taka sinn toll.

„Því má segja að ég sé alla daga að jafna mig eftir daginn áður. Til að lágmarka orkuleysi ákvað ég að taka inn vítamín því ég veit að með því að taka inn vítamín get ég verið ferskur fleiri daga mánaðarins. Þó svo að ég þrífist á því að hreyfa mig mikið þarf ég að finna mitt jafnvægi og hugsa vel um mig,“ segir Heiðar Logi.

Undanfarin ár hefur hann hugsað vel um mataræðið.

„En þegar ég fór að fylla upp í frí- tíma minn með erfiðisvinnu hafði ég minni tíma og orku til að passa upp á hvernig ég nær mig. Þess vegna er ég meðvitáður um að vera duglegur að taka inn vítamín sem hjálpa mér að endurheimta minn náttúrulega styrk og orku.“

Úthaldið þarf að vera gott

Heiðar Logi tekur inn sérválin vítamín sem henta lífsstílunum.

„Það skiptir mig gífurlega miklu máli að vítamínin virki

vel. Solaray hefur svo sannarlega komið sér vel fyrir mig því ég finn mikinn mun þegar ég tek þau inn. Solaray-vítamínin eru náttúruleg og án allra aukefna og það skiptir mig höfuðmáli.“

Til að auka orkuna tekur Heiðar Logi inn fjölvítamínið Once daily for active men. Það er vítamín- blanda með öllum helstu víta- mínunum og steinefnum.

„Í blöndunni eru orkugefandi jurtir og amínósýrur, andoxunar- efni og ensím. Einnig tek ég inn B-Stress sem inniheldur að auki C-vítamín og magnesíum. Sann- kallað fóður fyrir taugakerfið og nauðsynlegur bakhjarl gegn streitu og álagi. Einnig frábært fyrir húð og hár,“ upplýsir Heiðar Logi sem er einnig kunn fyrirseta og þekktur fyrir hraustlegt útlit og ljósan, síðan makka.

Fyrir æfingar og átök fær Heiðar Logi sér Solaray Beet sem eru mal- aðar rauðrófur í hylkjum.

„Rauðrófur eru þekktar fyrir að geta bætt súrefnisupptöku og blóðflæði sem er tilvalið fyrir mig þar sem úthaldið þarf að vera gott til að halda uppi orkustigi í miklum átökum. Einnig blanda ég söltum og steinefnum frá Nuun út í vatn en þessi blanda heldur vökva- jafnvægi í líkamanum,“ útskýrir Heiðar Logi.

D-vítamín og Omega-3, 7 og 9 frá Solaray sjá Heiðari Loga fyrir



Heiðar Logi kann að lifa lífinu til fulls. Hann er orku- mikill að eðlis- fari en ákvað að taka inn víta- mín frá Solaray þegar annriki í leik og starfi fór að taka sinn toll.



nauðsynlegri og hollri fitu fyrir líkamann.

„Omega-hylkin frá Solaray inni- halda ekki Omega 6 því talið er að við fáum nóg af því og jafnvel of mikið í sumum tilfellum. Ég fæ mér svo alltaf magnesíum fyrir svefninn því ég finn að það róar taugakerfið og slakar á vöðvum eftir átakamikinn dag,“ segir Heiðar Logi, alsæll með Solaray.

Nánari upplýsingar á heilsa.is.

Ungbörn með of lítið D-vítamín

Samkvæmt nýrri rannsókn sem framkvæmd var af Hafrannsóknastofu Noregs eru þrjátíu pró- sent ungbarna með of lítið D-vítamín í kroppnum þegar þau eru þriggja mánaða gömul.

Elín
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Niðurstöðurnar fengust með rannsóknum á D-vítamíni hjá mæðrum á meðgöngu og í sex mánuði eftir fæðingu þegar brjóstamjólki þeirra var rannsö- uð. Það voru 137 konur sem tóku þátt í rannsókninni. Athygli vakti að við þriggja mánaða aldur var 31 prósent barnanna með D-vítamín- skort, 29 prósent voru með ófull- nægjandi D-vítamín en 40 prósent höfðu nægilegt magn. D-vítamín er mikilvægt fyrir vöxt ungbarna, uppbyggingu beina, virkni vöðva og ónæmiskerfið.

Fyrstu sex mánuðina lifa flest ungbörn einungis á brjóstamjólki. Greinilega er að ekki er nægilega mikið af vítamíninu í mjólkinni og heilbrigðisstofnun hefur því bent mæðrum á að gefa barninu sérstaklega D-vítamín frá fjögurra vikna aldri en það er eina fæðu- bótarefnið sem ungbörn ættu að taka inn. Þannig hafa reglur verið nokkuð lengi og þess vegna kom niðurstaða rannsóknarinnar mjög á óvart. D-vítamínskortur fannst einnig hjá mæðrunum. Um 50 prósent mæðra voru með ófull- nægjandi D-vítamín í líkamanum og 13 prósent með mjög lítið.

Rannsóknin leiddi í ljós tengsl D-vítamínskorts hjá móður og



Rannsókn sýnir að stór hluti barnshafandi kvenna er með D-vítamínskort sem fylgir börnunum. MYND/GETTY

barni við þriggja mánaða aldur. Mæður sem höfðu næganlegt D-vítamín á meðgöngu sáu til þess að börn þeirra höfðu það einnig. Mikilvægt er að móðir taki inn D-vítamín á meðgöngu og á meðan

á brjóstagjöf stendur. Mæður sem tóku þátt í rannsókninni skiluðu reglulega inn sýni úr brjóstamjólki til greiningar. Margar rannsóknir hafa sýnt fram á D-vítamínskort hjá fullorðnum á Norðurlöndum.

Það er alltaf nauðsynlegt að taka það inn og ekki síst hjá barnshaf- andi konum og þeim sem eru með barn á brjósti.

Þá er bent á mikilvægi þess að borða fisk til að fá nauðsynlegt joð

» Mikilvægt er að móðir taki inn D-vítamín á meðgöngu og á meðan á brjóstagjöf stendur. Mæður sem tóku þátt í rannsókninni skiluðu reglulega inn sýni úr brjóstamjólki til greiningar.

í líkamann. Rannsóknir hafa sýnt að konur hafa of lítið joð í líka- manum á meðgöngu. Joð hefur mikil áhrif á mikilvæg efnaskiptahorm- ón. Það þýkir sérstakt áhyggjuefni að joðinntaka meðal kvenna á barnshafandi, barnshafandi kvenna og þeirra sem eru með barn á brjósti er of lítil. Efnaskipta- hormón eru mikilvæg fyrir þróun föstursins, meðal annars tauga- frumur og heila. Helsti joðgjafinn er fiskur, helst ýsa og þorskur. Barnshafandi konur eru hvattar til að borða fisk tvisvar til þrisvar í viku og tvo skammta af mjólk eða mjólkurvörum daglega. Þær eiga þó ekki að taka þara eða þara- töflur sem joðgjafa. Þær konur sem ekki borða fisk eða mjólkurvörur ættu að ráðfæra sig við ljósmæður um fæðubótarefni.

MARKAÐURINN

Miðvikudagur 23. september 2020

35. tölublað | 14. árgangur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS UM VIÐSKIPTI OG FJÁRMÁL

ROLEX

TAG Heuer

NOMOS
GLASHÜTTE

TUDOR

LONGINES

TISSOT



Verið velkomin í nýja og glæsilega verslun okkar á Hafnartorgi

MICHELSEN
1909

Hafnartorg - 511 1900 - michelsen.is

Innlán heimila í tapi

Óbundin innlán heimilanna hafa aukist um meira en 80 milljarða frá áramótum. Neikvæð raun-ávöxtun töluverð miðað við verðbólguþá.

2

Stærsta sala á einum degi

Seðlabankinn hefur selt erlendan gjaldeyri fyrir að minnsta kosti 9,2 milljarða frá því að bankinn tilkynnti um regluleg inngríp.

2

Skuldir hækkað um 70 prósent

Þrátt fyrir mikinn uppgang í efnahagslífinu síðustu ár hafa skuldir Reykjavíkurborgar vaxið hraðar en rekstrartekjur.

4

Geta ekki fengið brúarlán

Ferðaskrifstofur og ferðaskipuleggjendur fá ekki viðbótarlán, sem er úrræði fyrir fyrirtæki í vanda vegna tekjufalls sem rekja má til COVID-19.

8

Uppgerðin verður ríkuleg

„Stórátak þarf í að efla umgjörð og hvata fyrir nýsköpun á öllum sviðum atvinnulífsins og byggja undir nýjar atvinnugreinar,“ segja sérfræðingar SI.

10

Vön að vera hvirfilbylur

Liv Bergþórsdóttir segir að ORF Líftækni, sem framleiðir Bioeffect, hafi sótt fram á netinu þegar tekjur drógust saman vegna COVID-19. Gert er ráð fyrir að tekjur fyrirtækisins dragist saman um fjórðung í ár.



Við lítum á það sem varnarsigur, því stór hluti af sölnunni fer fram í frihöfnum, flugvélum og þekktum verslunum í stórborgum eins og Harrods í London, sem alla jafna eru uppfullar af ferðamönnum.

MYND/ADSEND

Sjónmælingar eru okkar fag

Tímamantanir á opticalstudio.is
og í síma 511 5800

Optical Studio
SMÁRALIND • HAFNARTORG • KEFLAVÍK

Skóða ákvörðun stjórnar LIVE ef ástæða þykir til

Seðlabanki Íslands getur ekki gefið upp hvort fjármálaeftirlit bankans muni taka til skoðunar hvort ákvörðun stjórnarmanna í Lífeyrissjóði verzlunarmanna (LIVE) um þátttöku í hlutafjárútboði Icelandair Group hafi verið í samræmi við þau viðmið sem fjármálaeftirlitið setur sjóðnum.

„Fjármálaeftirlit Seðlabanka Íslands hefur fylgst vel með framvindu hlutafjárútboðs Icelandair. Við undirstrikum sem fyrr mikilvægi sjálfstæðis stjórna lífeyrissjóða,“ segir í skriflegu svari frá Ásgeiri Jónssyni seðlabankastjóra við fyrirspurn Markaðarins.

„Almennt gildir það að ef ástæða er talin til að skoða ákvarðanatöku stjórnar eftirlitsskylds aðila fer sú skoðun fram á vettvangi hins eftirlitsskylda aðila og samkvæmt þeim viðmiðum sem um eftirlitið gilda.“

Tillaga um að lífeyrissjóðurinn myndi skrá sig fyrir 2,5 milljarða króna hlut í hlutafjárútboði Icelandair Group féll á jöfnum atkvæðum þar sem fjórir stjórnarmenn greiddu atkvæði með og fjórir greiddu atkvæði gegn. Stjórnarmennirnir sem kusu gegn tillögunni voru allir tilnefndir í stjórn af VR.

Stjórn VR sendi frá sér yfirlýsingu 17. júlí síðastliðinn vegna málefna Icelandair. Þar var þeim tilmælum beint til stjórnarmanna sem VR skipar í stjórn lífeyrissjóðsins að sniðganga eða greiða atkvæði gegn þátttöku í væntanlegu hlutafjárútboði Icelandair. Var það gert vegna óánægju stjórnar VR með það hvernig Icelandair hefði staðið að kjaraviðræðum við Flugfreyjufélag Íslands.

Þá sagði Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR, í viðtali við Fréttablaðið sama dag að stjórnarmönnum VR í sjóðnum, sem ekki færu eftir tilmælunum, yrði skipt út. Til-



Ásgeir Jónsson seðlabankastjóri.
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Við undirstrikum sem fyrr mikilvægi sjálfstæðis stjórna lífeyrissjóða.

Ásgeir Jónsson seðlabankastjóri

mælin voru dregin til baka af stjórn VR eftir harða gagnrýni.

Seðlabankastjóri sagði í viðtali við Fréttablaðið í lok júlí að mikilvægt væri að lífeyrissjóðirnir, stærstu hluthafar Icelandair Group, tækju upplýsta og sjálfstæða ákvörðun án tillits til utanáðkomandi skoðana. Ljóst væri þó að tilmæli stjórnar VR hefðu sett þá stjórnarmenn LIVE sem voru tilnefndir af stéttarfélaginu í mjög erfða stöðu.

„Ef stjórnarmennirnir hafna því að taka þátt í útboðinu vakna strax grunsemdir um að þeir lúti skuggastjórn. Þessi tilmæli draga úr trúverðugleika stjórnarmanna LIVE og eru mjög óheppileg að því leyti,“ sagði Ásgeir. – þfh

MARKAÐURINN

ÚTGÁFUFLÉLAG Torg., Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík, sími 550 5000

Netfang ritstjorn@markadurinn.is | Sími **550 5051**

Ritstjóri **Hörður Egiðsson** hordur@frettabladid.is

Netfang auglýsingadeilda auglysingar@frettabladid.is Veffang frettabladid.is

RAFMÓTORAR



SCANVER EHF 588 80 40
www.scanver.is

GÍRAR - FÆRIBÖND - RAFMÓTORAR - LEGUR

Innlán með rauntapi hlaðast upp í kerfinu

Óbundin innlán heimilanna hafa aukist um meira en 80 milljarða króna frá áramótum. Neikvæð raunávöxtun þeirra er töluverð miðað við verðbólguþspá Seðlabankans. Getur leitað í annan farveg þegar óvissa í hagkerfinu minnkar.

Þorsteinn Friðrik Halldórsson
tfh@frettabladid.is



Heimilin í landinu hafa aldrei verið með meiri óbundinn sparnað í krónum talið en í lok júlí. Óbundinn sparnaður heimila hefur aukist um ríflega 80 milljarða króna á þessu ári á sama tíma og meginvextir Seðlabanka Íslands hafa lækkað um tvö prósentustig. Þessar fjárhæðir geta leitað í annan farveg þegar óvissa í efnahagsmálum minnkar.

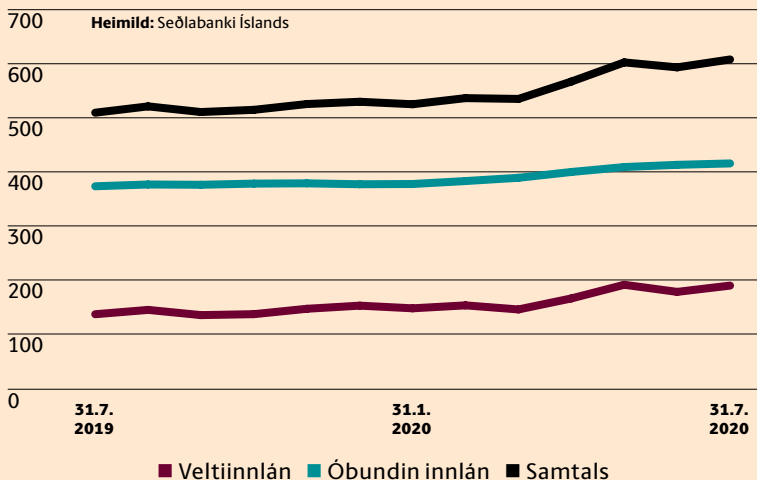
„Ef það þarf ekki að ganga á sparnaðinn til að halda uppi neyslu má sjá fyrir sér að hann muni á endanum leita í áhættusamari fjárfestingar þar sem raunávöxtunarmöguleikar innlánsreikninga eru afar takmarkaðir eins og er, og gefa neikvæða raunávöxtun eftir vaxtalækkunarferli Seðlabankans,“ segir Valdimar Ármann, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance, í samtali við Markaðinn.

Veltiinnlán íslenskra heimila, það er innistæður á veltireikningum, námu 192 milljörðum króna í lok júlí og höfðu þá aukist um 39 milljarða frá byrjun árs. Óbundin innlán námu 417 milljörðum króna og höfðu aukist um tæplega 42 milljarða yfir sama tímabil. Samtals námu því óbundnar innistæður íslenskra heimila 609 milljörðum króna í lok júlí og aukning frá áramótum nam 81 milljarði.

Neikvæð raunávöxtun óbundinna innlána er töluverð. Samkvæmt vaxtatöflum viðskiptabankanna voru nafnvextir á veltireikningum einungis 0,05 prósent og óbundnir bankareikningar, miðað við innlán sem eru innan við milljón krónur, báru einungis 0,15 prósentu vexti.

Verðbólga mældist 2,5 prósent á öðrum fjórðungi ársins en var komin í 3 prósent í júlí. Samkvæmt síðustu spá Seðlabanka Íslands er gert ráð fyrir að verðbólga verði í kringum 3 prósent það sem eftir lifir árs. Neikvæð raunávöxtun óbundinna innlána verður því á bilinu 2,85 til 2,95 prósent á árs-

Óbundin innlán heimila



Einhverjir munu kannski ekki átta sig almennilega á ávöxtuninni fyrir en þeir fá áramótayfirlitið.

Valdimar Ármann, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance

grundvelli ef vextir og verðbólga verða áfram á sömu slóðum.

Aukning í óbundnum innlánum á sama tíma og vextir hafa lækkað úr þremur prósentum niður í eitt prósent getur átt sér nokkrar skýringar að sögn Valdimars. Hann nefnir að peningamagn í umferð hafi verið aukid til þess að bregðast við samdrætti í hagkerfinu.

„Aukin óvissa verður til þess að heimili draga saman seglin og auka lausafjárstöðu til að mæta áfalli, til dæmis atvinnumissi. Þá hefur verið umtalsvert um úttektir úr sér eignarsparnaði sem má einmitt sjá fyrir sér að fari fyrst um sinn inn á innlánsreikninga,“ segir Valdimar. Þá hefur dregið umtalsvert úr

einkaneyslu miðað við tölur um kortaveltu og er líklegt að hún verði áfram veik að sögn Valdimars.

„Einnig er athyglisvert að sjá hvernig samsetning neyslunnar hefur breyst. Neysla innanlands er að jafna sig en á móti er mun minni neysla erlendis. Það er því ákveðinn tilflutningur á neyslu Íslendinga í ferðalögum erlendis inn í íslenska hagkerfið sem má sjá í aukinni neyslu innanlands og auknum sparnaði,“ segir Valdimar.

Lágvaxtaumhverfið er nýr veruleiki á Íslandi og krefst þess að samsetning eignasafna taki breytingum. Þannig er fyriséð að færsla eigi sér stað úr áhættuminni eignum yfir í áhættumeiri eignir með tíð og tíma. Það á einnig við um heimilin.

„Á meðan óvissan varir er ekki óeðlilegt að fólk vilji hafa beint aðgengi að sparnaði sínum en þegar við förum að sjá til lands þá geta þessir fjármunir leitað í fjárfestingar, til dæmis fasteignir eða hlutabréf, ef ekki þarf að nota þá til þess að halda uppi neyslu,“ segir Valdimar.

„Einhverjir munu kannski ekki átta sig almennilega á ávöxtuninni fyrir en þeir fá áramótayfirlitið. Það er fyrst núna sem tólf mánaða ávöxtun er að fara hratt niður og eftir tólf mánuði verður hún enn lakari. Þetta tekur tíma að siast inn.“

Stærsta salan á einum degi frá 2008

Seðlabanki Íslands hefur selt erlendan gjaldeyri á gjaldeyrismarkaði fyrir að minnsta kosti 9,2 milljarða króna frá því að bankinn tilkynnti um regluleg inngríp. Stór sala í síðustu viku var stærsta sala bankans á einum degi frá árinu 2008.

Seðlabankinn upplýsti eftir lokun markaða miðvikudaginn 9. september, að hann væri reiðubúinn til að selja allt að 240 milljónir evra, jafnvirði 40 milljarða króna, í reglulegum viðskiptum við viðskiptavaka stóru bankanna á gjaldeyrismarkaði, til ársloka 2020. Mun Seðlabankinn selja þeim þrjár milljónir evra hvern viðskiptadag. Reglubundin gjaldeyrissala Seðlabankans mun þó ekki hafa áhrif á yfirlýsta gjaldeyrisinngrípastefnu hans, sem snýst um að draga úr óhöflegum skammtímasveiflum.

Nýjustu tölur um gjaldeyrisviðskipti Seðlabankans, sem ná til föstudagsins 18. september, sýna

Seðlabankinn seldi gjaldeyri fyrir tæpa 4,4 milljarða króna síðasta föstudag

að bankinn hefur selt gjaldeyri fyrir minnst 9,2 milljarða króna. Hann seldi fyrir 2,9 milljarða króna föstudaginn 11. september og tæplega 4,4 milljarða síðasta föstudag. Það er mesta gjaldeyrissala Seðlabankans á markaði á einum degi frá árinu 2008. Aðra daga hefur bankinn selt fyrir um 480 milljónir króna.

Gjaldеyrismiðlun Landsbankans sendi tölvupóst á valda viðskiptavinum eftir inngrípin síðasta föstudag. Bent var á að „veikingar-

kippur“ hefði komið í krónuna og að skýr merki hefðu verið um skrufumyndun á markaðinum. Spurningar hefðu vaknað um hvort Seðlabankinn ætlaði að stiga inn í.

„Þeirri spurningu var svarað með látum og í lok dagsins þurfti enginn að efast um að SÍ gerir það sem þarf. Jafnvel hægt að vera hissa hvað hann gerði mikið,“ segir í tölvupóstinum. Þá segist gjaldeyrismiðlun bankans ekki vera bjartsýn á styrkingu krónunnar.

„Undirliggjandi flæði er neikvætt fyrir [krónuna] þannig að við erum ekkert bjartsýnir á styrkingu. En á hinn bóginn er enginn til í slag við einhvern sem á [sex milljarða evra] og líklega 1-2 [milljarða] til að „leika sér með“ á markaði,“ segir í tölvupósti sem var sendur til viðskiptavina í byrjun þessarar viku.

Gengi krónunnar stendur nær óhaggað frá því að Seðlabankinn tilkynnti um regluleg inngríp. Það stendur í 162 krónum. – þfh

GEFÐU STARFSFÓLKI UPPLIFUN Í ÖSKJU



SÉRHÖNNUM OG SÉRMERKJUM STARFSMANNAGJAFIR MEÐ UPPLIFUN AÐ ÞÍNU VALI

Hafðu samband og við útbúum persónulega starfsmannagjöf með kveðju frá fyrirtækinu, í þeim verðflokki sem þú óskar.

Fidelity með eignarhlut í Símanum

Sjóður í rekstri Fidelity Investments, eins stærsta sjóðastýringarfyrtækis heims, hefur nýlega bæst við hluthafahóp Símans með lítinn eignarhlut. Samkvæmt heimildum Markaðarins á það tæplega 20 milljónir hluta að nafnverði, sem er metinn á um 135 milljónir miðað við núverandi gengi bréfa félagsins. Það jafngildir um rúmlega 0,2 prósentu eignarhlut.

Verulega hefur dregið úr umsvifum erlendra fjárfestingarsjóða í hluthafahópi Símans á undanförunum misserum, en í byrjun árs í fyrra fóru þeir samanlagt með vel yfir 20 prósentu hlut í félaginu. Í dag er sjóður í stýringu Eaton Vance hins vegar eini erlendi sjóðurinn á lista yfir tuttugu stærstu hluthafa Símans, með tæplega 1,7 prósentu hlut.

Hlutaþrífaverð Símans hefur hækkað um tæplega 30 prósent frá áramótum og við lokun markaða í gær stóð gengi bréfa félagsins í 6,94 krónum á hlut. Orri Hauksson, forstjóri Símans, sagði í síðustu uppgjörstilkynningu að til skoðunar væri að fjármagna dótturfélagið Mílu sérstaklega, í stað þess að fjármagna samstæðuna sem eina einingu. Míla mun taka við fleiri verkefnum frá Símanum á næstu mánuðum, svo sem rekstri far-símadreifikerfis og IP-nets, og þannig verða stærra hlutfall samstæðunnar. – hae



Guðrún Hafsteinsdóttir.

LIVE hafi ekki tapað á Icelandair

Guðrún Hafsteinsdóttir, varaformaður stjórnar Lífeyrissjóðs verzlunarmanna (LIVE), segir að sjóðurinn hafi ekki tapað á fjárfestingunni í Icelandair Group. Þetta skrifar Guðrún á Facebook-síðu sína, en tilefnið eru ummæli Stefáns Sveinbjörnssonar, stjórnarformanns lífeyrissjóðsins, í fréttatíma Ríkisútvarpsins síðasta föstudag. Þar sagði hann að tap sjóðsins á fjárfestingu í Icelandair næmi 1,3 milljörðum króna.

„Parna er því miður ekki rétt farið með. Hér er kaupverðið tekið og dregið frá virði hlutarins við upphaf útboðsins. Ekki eru nefndar arðgreiðslur til sjóðsins upp á um 1,5 milljarða og þá er einnig eftir að nefna hagnað sjóðsins á fjárfestingu í Icelandair í gegnum Framtakssjóð Íslands,“ sagði Guðrún. Sjóðurinn hefði því ekki tapað á Icelandair.

Framtakssjóður Íslands (FSÍ) hagnaðist um 11,5 milljarða af fjárfestingum sínum í Icelandair. LIVE átti 20 prósentu hlut í framtakssjóðnum og fékk því 2,3 milljarða króna arðgreiðslu á tímabilinu frá nóvember 2011 til febrúar 2014.

Að teknu tilliti til fjárfestingar (FSÍ) hefur LIVE hagnast um 3,1 milljarð króna, sem samsvarar 85 prósentu arðsemi frá því að sjóðurinn kom að endurskipulagningu flugfélagsins árið 2010. Sé horft fram hjá fjárfestingu FSÍ er áætlaður hagnaður jafn markaðsvirði bréfa sjóðsins í Icelandair, eða um 800 milljónir króna. Það samsvarar 27 prósentu arðsemi. – þffh

Skuldir á hvern borgarbúa hafa hækkað um 70 prósent

Reykjavíkurborg hefur safnað skuldum jafnt og þétt síðastliðin tíu ár. Þrátt fyrir að mikill uppgangur hafi verið í efnahagslífinu á síðastliðnum árum hafa skuldir vaxið hraðar en rekstrartekjur. Veltufé frá rekstri Reykjavíkurborgar við hættumörk og langt undir viðmiðum fjármálaskrifstofu borgarinnar.

Þóroður Gunnarsson
thg@frettabladid.is



Heildarskuldbindingar A-hluta Reykjavíkurborgar námu ríflega 118 milljörðum króna um mitt ár 2020, að því er fram kemur í sex mánaða uppgjöri borgarinnar sem var nýlega birt. Það þýðir að skuldir fyrir hvern borgarbúa eru nú meira en 900 þúsund krónur, en á síðastliðnum tíu árum hafa skuldir á hvern borgarbúa meira en tvöfaldast, sé miðað við verðlag hvers árs. Sé notast við fast verðlag hafa skuldir á hvern borgarbúa hækkað um meira en 70 prósent. Þessar tölur taka þó ekki inn í reikninginn skuldbindingar borgarinnar utan efnahagsreiknings, sem nema nú um 122 milljörðum króna. Skuldir utan efnahagsreiknings eru meðal annars vegna verk-samninga, rekstrar- og eignaleigusamninga, ábyrgðarskuldbindinga gagnvart þriðja aðila vegna skulda-bréfalána og vegna skuldbindinga gagnvart fyrirtækjum sem tilheyra B-hluta borgarinnar.

Ljóst er að rekstur borgarinnar mun verða fyrir nokkrum skakka-föllum vegna áhrifa COVID-19 far-sóttarinnar. Í árshlutareikningi fyrir fyrri hluta yfirstandandi árs segir meðal annars: „Búast má við því að tekjur lækki áfram og velferðarútgjöld hækki, m.a. vegna aukins atvinnuleysis. Erfitt er að meta endanleg áhrif á rekstur og efnahag borgarinnar á meðan óvissa ríkir um hversu lengi ástandið varir. Sjóðsstaða Reykjavíkurborgar er sterk og hefur Reykjavíkurborg fjárhagslegan styrk til þess að taka á sig veruleg áföll vegna afleiðinga faraldursins.“

Handbært fé Reykjavíkurborgar var um 8,3 milljarðar um mitt ár. Athygli vekur að ekki hafi tekist að byggja upp sterkari sjóðstöðu eftir nýliðin uppgangsár, en meðalhagvöxtur árána 2015 til 2019 var um 4,3 prósent. Á föstu verðlagi jókst handbært fé borgarinnar um 1,3 milljarða frá árslokum 2015 og fram á mitt ár 2020. Á þessu tímabili jukust tekjur borgarinnar þó um ríflega 23 prósent. Á sama tíma var skuldaaukningin nærri því 28 prósent. Skuldaaukning borgarinnar hefur þannig verið töluvert hraðari en tekjaukning síðustu ára, en mikill hagvöxtur árána 2015 til 2019 skilaði sér í ríflegri tekjaukningu hjá Reykjavíkurborg líkt og öðrum sveitarfélögum.



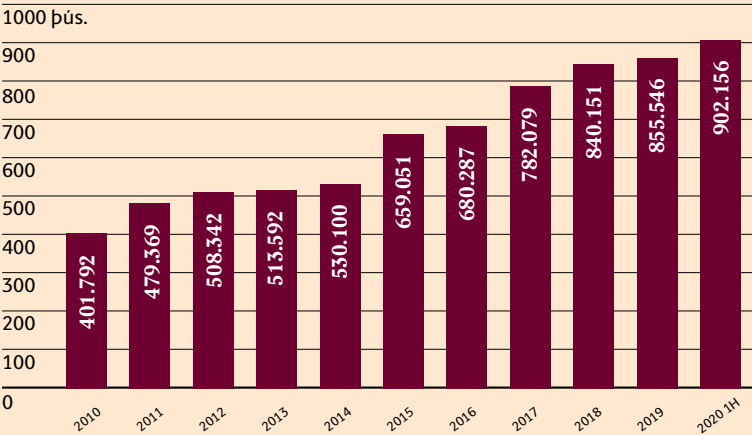
Rekstur borgarinnar gæti lent á hálum is innan tíðar miðað við hlutfall veltufjár af heildartekjum. FRÉTTABLAÐID/GVA

Lykiltölur úr rekstri Reykjavíkurborgar

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	1H2020
Eiginfjárhlutfall	63%	58%	58%	58%	58%	48%	48%	46%	47%	47%	44%
Veltufjárhlutfall	2.42	1.87	1.86	1.4	1.3	1.18	1.57	1.29	1.23	1.17	1.4
Veltufé frá rekstri hlutfall af tekjum	10%	10%	9.8%	8.6%	5.4%	5.7%	10.9%	8.0%	9.9%	10.1%	3.1%
Heildartekjur (milljarðar)	61	68.5	73	79.8	83.7	91	100.5	115.8	119.8	123.3	121.6*
Heildarskuldir A-hluta (milljarðar)	47.8	57	60.8	62.2	64.6	80.7	83.8	98.6	108.1	112.2	118.3

*heildartekjur 2020 uppreiknaðar miðað við tekjur á fyrrihluta ársins. **tölur á verðlagi hvers árs.

Skuldir á hvern íbúa í krónum.



En það er trauðla hægt að halda því fram að borgin hafi lagt sérstaklega mikið til hliðar fyrir mörgu árin.

Hröð skuldaaukning birtist síðan skýrt í þróun eiginfjárhlutfalls borgarinnar. Við árslok 2010 var eiginfjárhlutfall borgarinnar í sterkari kantinum og stóð í 63 prósentum. Ríflega tíu árum síðar hafði um þriðjungur af eigin fé

borgarinnar þurrkast út og stóð eiginfjárhlutfall í 44 prósentum.

Mikil aukning skulda og samfara því sífellt þyngri greiðslubyrði, birtist einnig skýrt í þróun veltufjárhlutfalls Reykjavíkur. Veltufjárhlutfall lýsir getu rekstrar til að standa skil á skammtímaskuldum. Samkvæmt viðmiðum Sambands íslenskra sveitarfélaga þarf það

hlutfall helst að vera yfir einum. Sé hlutfallið undir einum getur rekstur ekki staðið undir skuldbindingum næstu 12 mánaða án þess að ráðist verði í niðurskurð útgjalda eða frekari lántöku. Veltufjárhlutfall Reykjavíkur lækkaði úr 2,42 á árinu 2010 og niður í 1,18 árið 2015. Það hefur svo lækkað aftur og stóð í 1,17 við lok árs 2019. Hér ber þó að nefna að veltufjárhlutfall íslenskra sveitarfélaga er almennt rétt yfir einum.

Veltufé frá rekstri sem hlutfall af tekjum er hins vegar öllu meira áhyggjuefni, en það hlutfall féll niður í 3,1 prósent um mitt ár 2020 og hefur aldrei verið svo lágt á tímabilinu 2010 til 2020. Til samanburðar hefur fjármálaskrifstofa Reykjavíkurborgar áður sagt að hlutfall veltufjár frá rekstri sem hlutfall af heildartekjum, þurfi helst að vera yfir 10 prósentum til að standa undir fjármögnun A-hluta borgarinnar. Þar sem álagningarprósenta Reykjavíkurborgar er í lögbundnu hámarki um þessar mundir er ljóst að borgarinnar bíður það verkefni að bæta enn á skuldir borgarsjóðs eða ráðast í niðurskurð á þjónustu, svo að endar nái saman.

Gætu leyft bönkum að greiða út arð á næsta ári

Seðlabanki Evrópu gæti ákveðið að leyfa bönkum að greiða út arð frá og með næstu áramótum. Nokkrir nefndarmenn í umsjónarnefnd Seðlabanka Evrópu, sem höfðu stutt tilmæli til evrópskra banka um frestun arðgreiðslna, meta sem svo að framlenging á tilmælunum verði frekar til skaða en bóta. Þetta hefur fréttastofa Bloomberg eftir nefndarmönnum sem vildu ekki koma fram undir nafni.

Seðlabankinn hafði fyrr á árinu farið fram á það við banka að

fresta arðgreiðslum svo að farið yrði sparlega með fjármagn og til að viðhalda útlánagetu. Hlutaþríf evrópska banka liðu fyrir tilmælin, en Seðlabankinn gaf til kynna að frestun arðgreiðslna væri fórnarskipti fyrir fordæmalausar tilslakanir í regluverkinu sem ætlað var að koma bönkunum í gegnum samdráttarskeiðið.

Afstaða nefndarinnar gagnvart arðgreiðslum hefur mýkst, en nefndarmenn eru þó viðbúnir mótstöðu frá þeim sem vilja halda sem mestu fjármagni innan bankanna,

ef svo fer að ástandið versnar. Að mati stuðningsmanna þess að leyfa aftur arðgreiðslur, horfa andstaðingar tillögunnar fram hjá því að vel fjármagnaðir bankar þurfa að umbuna hluthöfum til þess að halda trausti markaðarins.

Fyrr á árinu beindi Seðlabanki Íslands þeim tilmælum til bankanna að þeir frestuðu arðgreiðslum og létu af endurkaupum.

„Við gerðum bönkunum grein fyrir því að lykillinn að því að fella niður sveiflujöfnunaraukann væri að þeir greiddu ekki út arð. Ég tel

eðlilegt að bankarnir biði áfram með arðgreiðslur þar til við sjáum fyrir endann á þessu ástandi og hversu mikið tap þeir þurfa að taka á sig. Mig grunar að það taki eitt eða tvö ár,“ sagði Ásgeir, spurður hversu lengi þessi tilmæli myndu gilda. Mögulega gætu bankarnir ekki byrjað að greiða út arð fyrr en árið 2022.

Ásgeir hefur sagt bankana þurfa borð fyrir báru til að mæta afskriftum á útlánasöfnum og svigrúm til að takast á við tímabundna lausafjárerfiðleika fyrirtækja. – þfh



Fyrir öll verkefni. Veldu Sprinter.

Fjölhæfur Sprinter hentar fyrirtækjum af öllum stærðum og gerðum.
Kynntu þér ólíkar útfærslur og eiginleika sem henta þínum rekstri.

Rekstrarleiga verð frá

152.000 kr. án vsk./mán.

Innifalið eru tryggingar, bifreiðagjöld, þjónustuskoðanir,
sumar- og vetrardekk ásamt geymslu á dekkjahótel.
Mv. 36 mán. samning og 30.000 km. akstur á ári.

Hafðu samband og við finnum rétta bílinn fyrir þig.



Helgi Vífill
Júlíusson
helgivifill@frettabladid.is



Fólk um allan heim keypti Bioeffect húðvörur fyrir um átta milljarða á árinu 2019. Liv Bergþórsdóttir, forstjóri ORF Líftækni sem stendur að baki vörumerkinu, segir að velta fyrir-tækisins hafi verið tveir milljarðar í fyrra, en með álagningu frá heild-sölum og smásölum sé útsöluverð-mætið eins og fyrr segir um átta milljarðar.

Hún segir að sölunni sé skipt jafnt á milli Evrópu, Bandaríkjanna og Asíu. „Mesti vöxturinn er í Banda-ríkjunum og Kína vegna stærðar markaðanna.“

Gert er ráð fyrir því að COVID-19 leiði til þess að tekjur ORF Líftækni muni dragast saman um 25 prósent í ár. Árið áður jukust þær um 22 pró-sent á milli ára. „Við lítum á það sem varnarsigur því stór hluti afsölunni fer fram í frihöfnum, flugvélum og þekktum verslunum í stórborgum eins og Harrods í London sem alla jafna eru uppfullar af ferðamönnum en ekki heimamönnum. Í stað þess að leggja árar í bát og biða eftir því að aðstæður batni hófum við stórsókn á netinu.“

Liv, sem stýrði Nova frá stofnun í tólf ár, tók í apríl við rekstri ORF Líftækni af Frosta Ólafssyni, fyrr-verandi framkvæmdastjóra Við-skiptaráðs.

Af hverju ákvaðstu að taka við starfi forstjóra ORF Líftækni? Hvað kitlaði?

„Ég var ákveðin í að ráða mig í fullt starf eftir að ég hætti hjá Nova. Ýmsir lögðu til við mig að ég myndi starfa eingöngu sem stjórnarmaður í fyrirtækjum en ég svaraði þeim einatt: Það er ekki ég.

Ég hef notið þess að sitja í öllum þeim stjórnnum sem ég hef tekið að mér. Stjórnarmenn miðla afreynslu sinni og þekkingu, en að sama skapi læra þeir fjölmargt um fyrirtækið sjálft og atvinnugreinina. Stjórnar-seta er eins konar ráðgjafahlutverk. Stjórnarmenn fara ekki eins djúpt inn í fyrirtækið, bretta ekki upp ermar og taka þátt í verkefnum. Ég vil tilheyra liðsheild. Af því hef ég gaman.

Ég ætlaði að taka mér smá hvíld áður en ég myndi ráða mig í nýtt starf. Það var ekki fastmótað hvert hugurinn stefndi. Svo bauðst mér að stýra ORF Líftækni. Það sem heill-aði mig við fyrirtækið er að það starfar á sviði hátækni. Nú tekst ég á við plöntulíftækni í stað fjarskipta-tækni áður. Hópur sérfræðinga er að skapa spennandi vörur sem túlka þarf yfir á markaðinn. Í mínum huga hakaði ORF Líftækni í öll réttu boxin: Verkefnið er að byggja upp öflugt vörumerki á alþjóða-vísu. Fram að því hafði ég einkum starfað á heimamarkaði. Um er að ræða annars konar áskorun, sem mér þykir spennandi.

Það eru mikil tækifæri til að byggja á góðum grunni ORF Líftækni og sækja fram með því að þróa vörulínuna og efla sýnileika á netinu og í netverslun.“

Liv segir að það eigi vel við sig að starfa hjá minni fyrirtækjum og að takast á við breytingastjórnun. „Þegar skipt er um starf er hollt að spyrja sig: Hvar á ég heima sem stjórnandi og hvar nýtist mín reynsla? Ég finn mig mjög vel í fyrirtækjamenningu sem er frum-kvöðladrífín og hlutirnir ekki sér-lega formfastir.“

Hvað geturðu sagt mér um starfsemi ORF Líftækni?

„ORF Líftækni var stofnað árið 2001 þegar hópur vísindamanna hóf að þróa og framleiða vaxtar-þætti, eða sérvirkt prótein, úr byggi. Níu árum síðar hófst sala á fyrstu húðvörunni en virka efnið í Bioeffect, EGF, stuðlar að endur-nýjun húðfruma. Nú er boðið upp á 13 mismunandi vörur. Bioeffect húðvörunnar skapa um 95 prósent af tekjum fyrirtækisins.“

Hvaðan kemur það sem eftir stendur?



Liv Bergþórsdóttir er hér í hátækni gróðurhúsi ORF Líftækni í Grindavík. Þar eru ræktaðar allt að 130 þúsund byggplöntur í einu á tvö þúsund fermetrum. Í plöntunum

Biðu ekki storminn af sér heldur sóttu fram

Mesti tekjuvöxtur Bioeffect er í Asíu og Bandaríkjunum. Tekjur munu dragast saman um fjórðung vegna COVID-19 í ár. Liv segir að það sé varnarsigur. Horft er til þess að allavega tvöfalda tekjurnar á næstu fimm árum.



Kosturinn við fyrirtæki er að þau þurfa ekki að eldast, ólíkt okkur. Þau eiga alltaf að vera eins og þeim hafi verið hleypt af stokkunum í gær.

borðað verði kjöt sem framleitt verður á rannsóknarstofum og dýravaxtarþættir eru mikilvægt hráefni í þá framleiðslu.“

Aðspurð segir hún að sex af 61 starfsmanni ORF Líftækni séu með doktorspróf. Tveir þeirra séu stofnendur fyrirtækisins, sem leiði viðskiptaþróun, Björn L. Örvar og Júlíus Birgir Kristinsson. Þriðji stofnandinn, Einar Mäntylä, starfaði hjá fyrirtækinu í 13 ár. Samkvæmt ársreikningi eiga stofnend-

Shoplifter hannaði tíu ára afmælisútgáfu

Í tilefni af tíu ára afmælis Bioeffect var efnt til samstarfs við listamanninn Hrafnhildi Arnardóttur, sem gengur undir listamannsnafninu Shoplifter, um afmælisútgáfu af EGF Serum. „Shoplifter skapaði einstakan skúlptúr og styrkleiki húðdropanna er meiri en vana-lega. Með þessu framtaki viljum við vekja athygli á vörumerkinu á alþjóðavísu,“ segir Liv.

Flaskan er þrisvar sinnum stærri en venjulega og kostar 450 evrur, jafnvirði 72 þúsund króna. „Þetta er einstakur listgripur. Skúlptúrin, sem er innblásinn af íslensku hrauni, er stór hluti af verðinu,“ segir hún.

Liv segir að 95 prósent af sölunni verði erlendis. Gert sé ráð fyrir að afmælisútgáfan verði seld í „mörg þúsund ein-tökum“.

Vefsíðurgerð

MIÐVIKUDAGUR 23. SEPTEMBER 2020

Kynningar: Jökulá, Netheimur



Björgvin Pétur Sigurjónsson, hönnunarstjóri og einn stofnenda Jökulár, segir að allar hönnunarákvarðanir hjá Jökulá miði að því að skapa góða upplifun fyrir notandann og það hafi sýnt sig að fjárfesting í notendaupplifun geti margbargað sig, enda hvetur það notendur til að hefja viðskipti og þeir verða tryggari viðskiptavinir ef upplifun þeirra er góð. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nota augnskanna til að hanna betri vefi og öpp

Hönnunarstofan Jökulá leggur áherslu á að bæta notendaupplifun og notar fullkominn augn- og líkamsskanna til að greina nákvæmlega upplifun notenda af ýmiss konar þjónustu á skjá, fyrst og fremst vefsíðum og öppum. Gögnin koma að miklu gagni við að bæta upplifun notenda. ➔2

Framhald af forsiðu ➔

Jökulá er hönnunarstofa sem leggur áherslu á notendaupplifun og hannar vefsíður, öpp og aðstæður í raunheimi þar sem notendur eru í fyrirrúmi. Stofan getur aðstoðað fyrirtæki við að bæta upplifun notenda og viðskiptavina sinna, með því að greina notkun og viðbrögð þeirra með fullkomnum augn- og líkamsskanna. Þannig greinir Jökulá hvernig er hægt að bæta upplifun notenda og aðstoðar svo við umbætur, hvort sem um er að ræða hönnun eða ráðgjöf.

„Notendaupplifun er það sem þú sem notandi upplifir þegar þú notar vöru og það skiptir ekki máli hvort um er að ræða vefsíðu, kaffibolla eða myndavél,“ segir Björgvin Pétur Sigurjónsson, hönnunarstjóri og einn stofnenda Jökulár. „Allar hönnunarákvarðanir hjá Jökulá miða að því að skapa góða upplifun fyrir notandann og það hefur sýnt sig að fjárfesting í notendaupplifun getur margborgað sig, enda hvetur það notendur til að hefja viðskipti og þeir verða tryggari viðskiptavinir ef upplifun þeirra er góð.

Jökulá er fimm ára í ár og hefur nú þegar hannað meira en hundrað vefi, öpp og afurðir,“ segir Björgvin. „Meðal viðskiptavina hjá Jökulá má nefna Vörð, Símann, Ísland.is, Senu og Reykjavíkurborg, auk fjölda annarra frábærra fyrirtækja, bæði innanlands og erlendis.

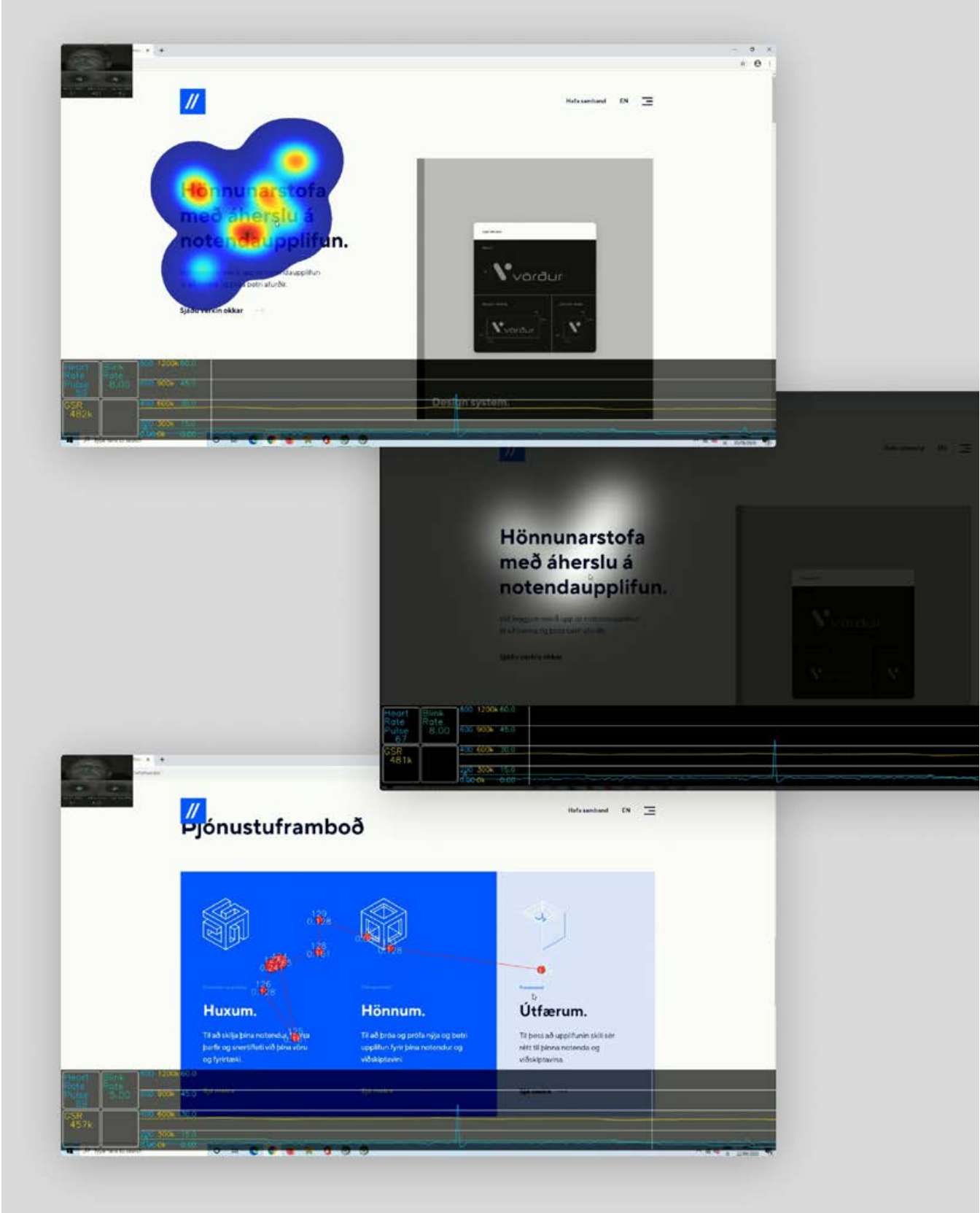
Meðal viðskiptavina hjá Jökulá má nefna Vörð, Símann, Ísland.is, Senu og Reykjavíkurborg, auk fjölda annarra frábærra fyrirtækja, bæði innanlands og erlendis.

Við forritum ekki sjálf, heldur trúum við á gott og náð samstarf við önnur fyrirtæki og við teljum að góð samskipti milli fyrirtækja sé einn af styrkleikum okkar. Við vinnum því mikið og náð með hugbúnaðarfyrirtækjum sem og videigandi deildum innan fyrirtækjanna sem við þjónustum,“ útskýrir Björgvin.

Greina notkun nákvæmlega
„Sérstaða Jökulár felst kannski ekki síst í því að við notum sérstakan búnað til að skapa og bæta notendaupplifanir, en það er augn- og líkamsskanni,“ segir Björgvin. „Skanninn fylgist með því hvert augað er að horfa og kortleggur það, ásamt því að mæla hjartslátt og það sem er kallaði GSR, eða galvanic skin response, en það snýst fyrst og fremst um að mæla svitamyndun á húðinni. Þessi skanni gerir okkur kleift að gera mjög ítarlegar og nákvæmar notendaprófanir á bæði vefjum og öppum. Við erum með ákveðna markhópa í huga þegar við framkvæmum prófin og við söfnum hárnákvæmum gögnum um upplifanir þeirra og reynslu.

Með því að greina hvernig augu notenda hreyfast, seltu á húð og hjartslátt fæst mjög nákvæm greining á upplifun notenda og líkamlegum og andlegum viðbrögðum þeirra þegar þau nota vefsíður og öpp,“ segir Björgvin. „Við notum þessi gögn til að prófa ólíka hönnun og lausnir og sköpum þannig áhrifaríkari vefi og öpp. Viðskiptavinum okkar býðst því sérstök þjónusta við að prófa vefsíður eða öpp sem gerir þeim kleift að greina bæði vanda- mál og tækifæri.“

Ekki bara fyrir vefsíður og öpp
„Þessi skanni býður upp á mjög mikla möguleika, ekki eingöngu



Við erum með ákveðna markhópa í huga þegar við framkvæmum prófin og við söfnum hárnákvæmum gögnum um upplifanir þeirra og reynslu.

fyrir nýja vefi, heldur er einnig hægt að nota hann til að mæla og prófa raunverulegan árangur á eldri vefjum og öppum hjá fyrirtækjum. Þannig er hægt að nota hann til að finna og lagfæra eða bæta hluti sem virka ekki nógu vel,“ segir Björgvin. „Hann hentar líka vel til að prófa auglýsingar og annað myndefni og safna raunverulegum gögnum um upplifun áhorfenda af því. Þannig að hann er ekki bara gagnlegur við þróun á vefsíðum og öppum.

Með því að nota hann snemma í ferlinu við gerð eða hönnun stafrænna afurða er líka hægt að koma í veg fyrir og leiðrétta mistök sem gætu orðið dýrkeypt seinna í ferlinu,“ bendir Björgvin á.

Nánari upplýsingar um hönnunarstofuna Jökulá er að finna á vefsíðu þeirra, www.jokula.is.



Skanninn gefur rauntíma- gögn og býr til upptökur af öllum mæl- ingum. Hann sýnir hitakort, fókuskort og leiðarkerfi aug- ans á skjánum. Jökulá notar þessar upp- lýsingar svo til að finna leiðir til að betrum- bæta upplifun notenda.

Skanninn fylgist með því hvert augað er að horfa og kortleggur það, ásamt því að mæla hjartslátt og svitamyndun á húðinni. Með honum er hægt að gera mjög ítarlegar og nákvæmar notendaprófanir á bæði vefjum og öppum.



Snjöll öpp

Stokkur hefur hannað og forritað flest af vinsælustu öppum Íslands í yfir 13 ár. Stokkur hefur sérhæft sig í að finna leiðir til að auðvelda notendum aðgengi að þjónustu fyrirtækja með snjölum lausnum í gegnum snjallsíma. Eftir áralanga reynslu og lausnamiðaða þjónustu er Stokkur svarið við þínum áskorunum.

Hafðu samband og við finnum tíma í spjall.

Brot af okkar verkefnum:

Afladagbókin · Alfreð · Aur · Domino's · Einkaklúbburinn · Getraunir Lottó · Löður · ON · Rakning C-19 · Strætó · Veður



STOKKUR

Þórunnartún 2 · stokkur@stokkur.is



Starfsfólk Netheims býr yfir mikilli reynslu og leysir málin hratt og vel. Hér er hluti þess, frá vinstri: Guðmundur Ingi, eigandi, Jóhann, Ísak (sitjandi), Hugrún, Sigríður (sitjandi) og Ellert. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Góð vefsíða er gulls ígildi

Það er mikið að gera í Netheimi þessa dagana, enda átta æ fleiri fyrirtæki sig á mikilvægi þess að vera með góða og gagnlega vefsíðu. Þar hefur safnast saman 50 ára reynsla í smíði veflausna.

Góð vefsíða er í dag eins og nafnspjöldin voru hér í den. Tímaleysi nútímafólks lýsir sér í því að flestir eru komnir upp í sófa um tíuleytið á kvöldin og muna þá fyrst eftir því að hafa samband við múrarann, að panta matinn fyrir veisluna, að það sé kominn snjór og kuldagallinn orðinn of litill eða að það vantar mat í ísskápinn. Það er þá sem vefsvæðið skiptir sköpum og leysir málin undir eins, segir Sigríður Sigmarsdóttir, sölu- og markaðs- stjóri Netheims.

Netheimur fagnar 22 ára afmæli í ár. Þar er að finna alhliða upplýsingatækniþjónustu fyrir fyrirtæki, allt frá tölvuuppsetningum og tengingum við prentara, til hýsingar, vefsíðugerðar og Business Central-bókhaldslausna.

„Það eru næg verkefni á teikni- borði vefdeildar Netheims í kjölfar COVID-19 heimsfaraldursins. Fyrirtæki hafa vaknað upp af dvala, en okkar skoðun er sú að vefverslun eða vefsíða hafi fram að þessu setið á hakanum hjá fyrirtækjum en nú er aðgengileg vefsíða og vefverslun einfaldlega ómissandi þarfapungur“, segir Sigríður.

Hún heldur áfram: „Í kjölfar kórónaveirunnar áttuðu fyrirtæki sig á að netverslun og vefheimurinn skipta gríðarlegu máli. Mun meiri eftirspurn er nú eftir starfskröftum okkar, því krafa neytenda um hraða og virkni er orðin meiri. Sendingartími þarf helst að vera samdægurs og þjónustan framúrskarandi, því þá hefur líf viðkomandi verið einfaldað og þörfinni svarað fljótt. Netverslun snýst nefnilega um ákvörðunina þá og þegar, eða „impulse buy“, og að varan komi fljótt.“



Netheimur sér um vefsíðu Bóksölu stúdenta sem nú er með nýrri leitarvél.

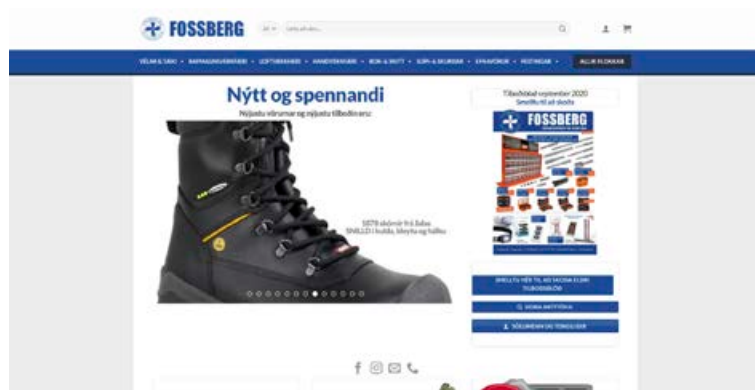


Tort lögmenn fengu Netheim til að hanna vefsíðu með góðum árangri.

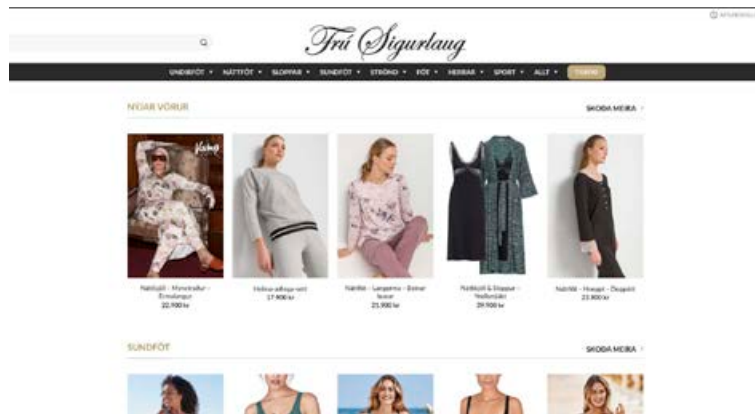
”Að okkar mati geta fyrirtæki ekki verið án vefsíðu. Krafan um hraða og virkni verður æ meiri, sendingartími þarf að vera samdægurs og þjónustan framúrskarandi.

Leysa verkefnin fljótt og vel Góð vefsíða segir mikið um starfsemi fyrirtækis, starfsfólk þess og hvort viðskiptavinir vilji leita þjónustu hjá viðkomandi.

„Í dag gera neytendur tilkall til umsagna, stjórnujafar og annars sem tengist þjónustuháttum fyrirtækja. Því fleiri umsagnir, þeim mun betra og því meiri möguleiki á að viðskiptavinir sem sitja heima í stofu og leita þar



Verslunin Fossberg er bæði aðgengileg og með þægilegt notendaviðmót.



Glæsileg vefverslun Frú Sigurlaugar er einföld og þægileg í notkun.

ákveðins aðila leiti til fyrirtækja sem virka traust og augljóslega með puttann á púlsinum,“ upp- lýsir Sigríður, sem við undirbúning verkefna rekur sig gjarnan á að fyrirtæki séu ekki nægilega undirbúin sjálf.

„Þá kemur reynsla okkar sem fagaðila inn, að hlusta og greina hverju viðskiptavinurinn leitar eftir. Við reynum að leysa öll verkefni fljótt og vel og á sem hag-

kvæmastan hátt fyrir viðskipta- vini okkar.“

Góður undirbúningur er lykil- atriði þegar vefsíða er búin til.

„Greina þarf hver þörfin er, hvar áherslurnar liggja og hvert markmið svæðisins er. Því er mikilvægt að fyrirtæki undirbúi sig vel áður en lagt er af stað og skilgreini þessa punkta vel. Við leiðum svo viðskiptavinina áfram í ferlinu og látum sýnina rætast.“



Hugrún Björnsdóttir verkefnastjóri, Jóhann Gunnar Bjargmundsson, sérlegur forritari og Ísak Grétarsson framendaforritari. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Það þarf að vera einfalt og þægilegt að fara á vefsíður. Of mikið af efni, myndum og upplýsingum skapar óreiðu fyrir viðskiptavininn og gerir að verkum að hann flýr síðuna.

Ekki bara afritað og límt
Netheimur er frábær kostur fyrir þá sem þurfa að nýja vefsíðu. „Við búum að margra ára þekkingu á mismunandi sviðum vefsíðugurðar. Vefsíða er ekki eitthvað sem er bara afritað og límt saman, því öll viljum við að sérkenni okkar skíni í gegn. Starfsfólk Netheims er með samanlagt yfir 50 ára reynslu við hönnun og smíði veflausna og við erum alltaf tilbúin að setjast niður með góðan kaffibolla, hlusta á langanir og óskir viðskiptavina og leysa þær í kjölfarið á hagkvæman hátt,“ segir Sigríður.

Erfitt sé að tímasetja verkefni nákvæmlega en það fari eftir efniskilum og öðru frá fyrirtækjum. „Við höfum skilað af okkur vefsíðum á svo litlu sem tveimur vikum en eigum einnig tilbúin vefsvæði sem enn eru ekki komin í loftið, því það vantar sitthvað frá fyrirtækjum. Við gefum þó alltaf upp tímasetningar og reynum að standast þær eftir fremsta megni, en því betri sem undirbúningurinn er, því fljótari erum við að vinna. Notendaprófanir koma þar sterk inn og að leysa áskoranir sem við lendum í þegar vefur fer í loftið. Fyrsta skrefið er að hafa samband við okkur og koma í heimsókn þar sem við förum yfir hlutina saman,“ segir Sigríður.

Starfsfólk Netheims vinnur allt í Wordpress og er sérhæft í því vefumsjónarkerfi. „Af hverju, spyrja margir, og svarið er einfalt,“ segir Sigríður. „Wordpress er stærsta vefumsjónarkerfi í heiminum og í flestum tilfellum er hægt að leysa allt án



Rafn Steingrímsson



Þórdís Aikman Andradóttir



Hildur Björg Gunnarsdóttir

Vefteymi Netheims býr yfir 50 ára reynslu við hönnun og smíði veflausna

Vefteymi Netheims samanstendur af öflugum hópi forritara, með einn besta kerfisstjóra landsins í fararbroddi. **Sverrir Már Sverrisson** hefur starfað hjá Netheimi í 20 ár og þykir einn sá besti í bransanum í kerfisstjórn.

Jóhann Gunnar Bjargmundsson hefur starfað hjá Netheimi í sjö ár. Hann er sérlegur forritari varðandi tengingar milli kerfa, til dæmis á milli WooCommerce-vefverslunar og bókhaldskerfa. Hann sér einnig um alla forritun varðandi Homepage sem er fasteignasölukerfi sem allar fremstu fasteignasölur nota. Hann sér um að setja upp vefsíður fyrir fasteignasölur og þróar það kerfi daglega. Jóhann sér um vef Bóksölu stúdenta, boksala.is, en í ágúst tengdum við eina bestu leitarvél sem um getur í netverslun við netverslun Bóksölnunnar. Í kjölfarið jukust

viðskipti á netinu þrefalt, hver viðskiptavinur keypti fleiri bækur og viðskiptavinir urðu sjálfbærari. Sjálfbærni mátti rekja til þess að færri hringdu inn og þurftu aðstoð við kaupin.

Rafn Steingrímsson hefur starfað hjá Netheimi í fimm ár. Rafn býr og starfar í Bandaríkjunum en smíðaði vef Safetravel og sérsníðaði lausnir þar, sem gefa ferðalöngum kost á að skrá ferðalagið sitt, fylgjast með færð og umferð í rauntíma og leigja neyðarsenda. Rafn sér einnig um Tengslatorg Háskóla Íslands. Hann er sérhæfður í að færa gögn milli kerfa og sparar viðskiptavinum þar af leiðandi vinnu í innsetningu gagna.

Hugrún Björnsdóttir er verkefnastjóri í hugbúnaðardeild og hefur starfað hjá Netheimi í þrjú ár. Hún skipuleggur verkefni og skrásetur ferla. Hún er hryggjar-

stykkið í að samræma vinnu allra aðila.

Þórdís Aikman Andradóttir er vefforritari og hönnuður og hefur smíðað hin ýmsu vefsvæði. Má þar nefna Tort og vef Félagsstofnunar stúdenta, fs.is,

Ísak Grétarsson er framendaforritari. Hann byrjaði hjá Netheimi í mars og hefur nú þegar smíðað vefi fyrir veislubjónustur, bílasölur, vefverslanir og er að leggja lokahönd á rafrænt samningakerfi fyrir Félagsstofnun stúdenta í samstarfi við Dokobit á Íslandi.

Hildur Björg Gunnarsdóttir sinnir vef- og notendaupplifunarhönnun auk notendaprófana hjá Netheimi. Hennar sérsvið felst í að greina upplifun notenda áður en vefur fer í loftið eða þegar endurnýja á gamla vefi. Þá er Hildur manneskjan því hún sparar fyrirtækjum tíma og peninga.

sérsmíði. Viðmót notenda er einnig mjög þægilegt og fólk verður fljótt sjálfbjarga í kerfinu. Það er það sem við viljum; að fyrirtækin okkar þurfi ekki að eyða fleiri þúsundum í smávægilegar breytingar.“

Nauðsynlegt þarfaping
Sigríður er spurð hvort fyrirtæki geti verið án vefsíðu í dag. „Að okkar mati: nei. Að sama skapi þurfa vefsvæði ekki að vera flókin. Þau geta líka verið einfaldar upplýsingasíður sem upplýsa um starfsemi, starfsfólk

og sögu. Það sem skiptir máli á einföldum síðum er að fá fólk til að hafa samband og því skiptir fljót og góð svörin miklu. Eins er sniðugt að hafa ummæli viðskiptavina á síðunni því slíkt er gulls ígildi. Vefsvæði kemur aldrei í stað góðrar þjónustu, en getur

sannarlega tilgreint að hjá fyrirtækinu starfi snillingar.“
Upplifun viðskiptavina eigi svo að vera notaleg og aðgengileg. „Það þarf að vera einfalt og þægilegt að fara á vefsíður. Of mikið af efni, myndum eða upplýsingum skapar óreiðu fyrir viðskiptavininn og gerir að verkum að hann flýr síðuna. Vefsíðan þarf að lesa hegðun hans og hjálpa honum í næstu skrefum,“ útskýrir Sigríður.

Möguleikarnir við vefsíðugurð séu óþrjótandi. „Við getum allt, það eru stöðugar hræringar í vefheiminum og ef við fylgjum þeim ekki eftir getum við allt eins pakkað saman og lokað. Nú eru rafrænar auðkenningar að koma sterkt inn, sem og rafrænar undirskriftir. Það er orðið svo einfalt að sinna öllu sínu á netinu og með Netheimi og Dokobit eru okkur allir vegir færir,“ segir Sigríður og heldur áfram:

„Það er allt hægt í vefheiminum effjármagn er til staðar. Flest tilbúin vefkerfi geta tengst við flest önnur kerfi. Mikilvægt er að skoða vandlega hvaða kerfi þurfa að tengjast saman og velja kerfin út frá því. Sérsmíði er hins vegar algeng þegar kemur að tengingum og hún getur verið tímafrek og dýr.“

Innan fyrirtækja sem kaupa vefsíður þurfi svo lágmarkstækniþekkingu til að viðhalda síðunni. „Tölvan gerir þó ekkert sjálfkrafa því við stýrum kerfunum. Eflitil tækniþekking er til staðar getum við veitt aukalega þjónustu sem snýr að því öllu. Það skiptir líka máli hvað síðan á að gera, því stundum eru þetta einfaldar upplýsingasíður um til dæmis lögmannsstofu og starfsemi hennar. Þá kennum við viðkomandi að setja inn nýjar fréttir, því það er það eina sem síðan á að gera. Svo erum við með flókin vefverslunarkerfi þar sem „verslunarstjóri“ þarf að stýra fjölda vöruflokka og sjá um að allar upplýsingar séu til staðar og réttar. Þetta getur vafist fyrir sumum, en er yfirleitt fljótt að lærast og við hjá Netheimi erum þekkt fyrir góðan stuðning og leggjum okkur fram við að gera notendur eins sjálfbjarga og hægt er,“ segir Sigríður.

Internetið er fyrir alla

Mikilvægt er að vefsíður nýtast öllum notendum. Ef fyrirtæki vill ekki missa af viðskiptum við stóran hóp fólks sem glímir við fötlun eða skerðingu er mikilvægt að hafa aðgengilega vefsíðu.

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is



Gott vefaðgengi er þegar vefsíður eru hannaðar á þann hátt að sem flestir geti notað þær. Aðgengi að internetinu er skilgreint sem grundvallarmannréttindi í samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. Þar segir að aðildarríki samningsins þurfi að tryggja fötluðu fólki aðgang að upplýsingum og samskiptum til jafns við aðra.

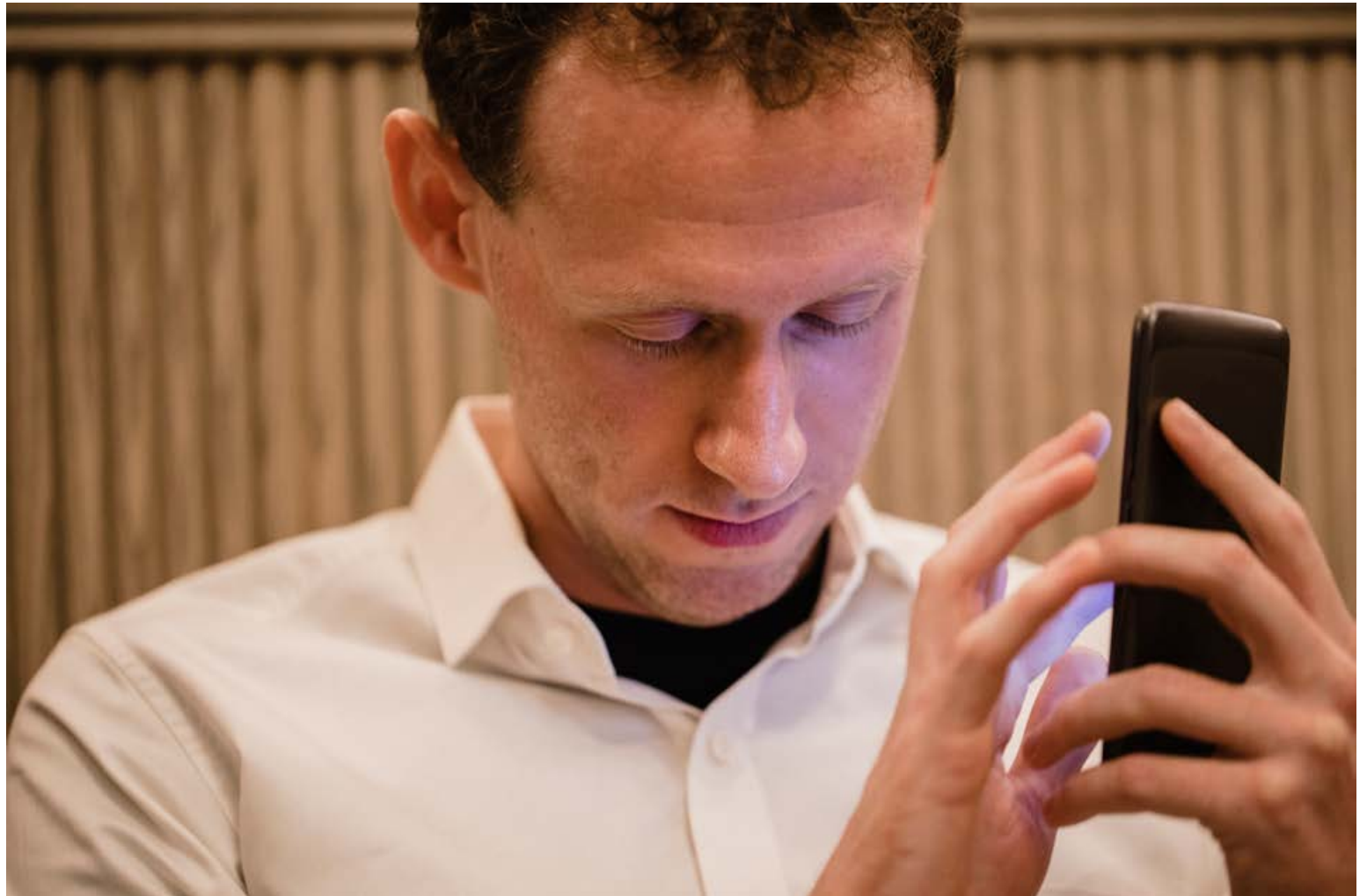
Mikilvægt er að aðgengi að vefsíðum sé hugsað út frá mismunandi þörfum fatlaðra notenda, hvort sem þeir eru blindir, hreyfihamlaðir, heyrnarlausir eða með skerta getu vegna aldurs. Gott aðgengi á vefsíðu gagnast líka þeim sem glíma við tímaþundar skerðingar, eins og til dæmis handleggsbrot eða bara ef fólk finnur ekki gleraugun sín.

Blindir og sjónskertir

Fyrir fólk með sjónskerðingu skiptir máli að letrið sé skýrt og stórt eða að sá möguleiki sé fyrir hendi að stækka letrið. Þá er einnig mikilvægt að huga að því að litinn á textanum skeri sig nægilega mikið frá bakgrunninum til að hann sjáist vel. Þegar vefsíður eru hannaðar þarf að hafa þetta í huga, en á netinu eru ýmsar vefsíður þar sem hægt er að prófa liti saman og fá upplýsingar um hvort litamunurinn sé nægjanlegur.

Blint fólk, eða mjög sjónskert fólk, notast oft við skjálesara til að vafra um á netinu. Til að skjálesarar gagnist þessum notendum þurfa vefsíðurnar að vera rétt forritaðar, svo skjálesarinn viti hvað á að lesa. Sé síðan rétt forrituð auðveldar það notendum skjálesara að vafra um á síðunni og finna það sem þeir leita að.

Allt sem sett er á síðuna í öðru formi en texta þarf að gera aðgengilegt á textaformi fyrir blinda og sjónskerta notendur. Myndefni þarf að hafa svokallaðan alt-texta sem segir til um hvað er á ljósmyndinni. Ef myndir eru notaðar sem hnappar eða tenglar, sem er þó yfirleitt ekki mælt með, þá er sérstaklega mikil-



Til að vefsíður gagnist sjónskertum þurfa þær að vera rétt forritaðar svo hægt sé að vafra um þær með skjálesara. MYNDIR/GETTY

vægt að hafa alt-texta. Myndbönd þurfa líka að hafa textalýsingu svo mikilvægar upplýsingar sem verið er að deila, fari ekki framhjá notandanum.

Hreyfihamlaðir

Til að vefurinn sé aðgengilegur fyrir hreyfihamlaða, eða fólk sem á erfitt með að stjórna mús af einhverjum ástæðum, er mikilvægt að hægt sé að nota lykklaborðið til að fara í gegnum vefinn. Það ætti að hanna vefinn þannig að hægt sé að ferðast milli hlekkja með tab-takkanum á lykklaborðinu. Þá er mikilvægt að síðan sé forrituð þannig að notandinn sjái skýrt hvar hann er staddur á síðunni með því að merkja hlekkina á einhvern hátt, til dæmis með skýrum

» Mikilvægt er að aðgengi að vefsíðum sé hugsað út frá mismunandi þörfum fatlaðra notenda.

litabreytingum eða línum. Fyrir notendur sem geta ekki notað lykklaborð eru til ýmis hjálpartæki. Má þar nefna skynjara sem settir eru í húfur notandans svo hann geti stjórnað músinni og svo er raddstýring sífellt að verða betri.

Heyrnarskertir

Mikið af upplýsingum á netinu er á myndböndum og fólk deilir mjög gjarnan myndböndum sín á milli þegar það á í samskiptum á netinu. Til að fólk með heyrnarskerðingu fari ekki á mis við þessar upplýsingar og samskipti, er mikilvægt að texta efni myndbandsins. Einnig er hægt að bjóða upp á textaskrá af myndskeiðinu sem gagnast líka sjónskertum notendum. Í textaskránni er lýsing á efni myndbandsins og því sem kemur fyrir sjónir er lýst og texti yfir allt sem sagt er fylgir.

Fleiri atriði sem hafa þarf í huga, eigi vefurinn að vera aðgengilegur öllum, er til dæmis að passa upp á að myndir hreyfist ekki of hratt yfir skjáinn og blikki, því það getur verið mjög truflandi fyrir flogaveika notendur. Auk þess er mikilvægt að hafa vefsíður á fleiri en einu tungumáli, eigi vefurinn að vera aðgengilegur fólki sem til dæmis talar ekki íslensku eða ensku. Það er betra að bjóða upp á fleiri tungumál frekar en að treysta á Google Translate, sem



Eldra fólk hefur oft tapað sjón eða hreyfigetu en vill geta notað internetið eins og aðrir. Taka verður tillit til þess við hönnun og forritun vefsíðna.



Gott aðgengi á vefnum gagnast öllum og er mörgun nauðsynlegt.

þrátt fyrir miklar framfarir skilur íslenskuna ekki alltaf rétt. Fyrir litblinda er mikilvægt að hafa í huga að villuskilaboð komi fram sem texti, en ekki bara með lit til áherslu þar sem villan er.

Vel hannaður vefur þar sem hugsað er um þarfir ólíkra not-

enda er notendavænni vefur. Notendavænni vefur laðar væntanlega að sér fleiri notendur sem nýta sér þá frekar þá þjónustu eða vörur sem þar eru í boði. Það er því til mikils að vinna að huga vel að aðgengismálum þegar vefsíður eru smíðaðar.

stefna
hugbúnaðarhús

www.stefna.is



Dagbjartur Pálsson, framkvæmdastjóri dk hugbúnaðar, og Hafsteinn Róbertsson, sérfræðingur afgreiðslukerfa. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Nýjungar í sjálfsafgreiðslulausnum dk

Íslenska bókhaldskerfið frá dk hugbúnaði er mjög sveigjanlegt og býður upp á hentugar sérlausnir fyrir ótal gerðir reksturs. Bókhaldskerfið er áreiðanlegt og fjölbreytt. Þúsundir fyrirtækja nýta sér fjölmarga kosti kerfisins og viðskiptavinum dk hugbúnaðar fjölgar hratt og örugglega.

Fyrtækið dk hugbúnaður framleiðir og selur langútbreiddasta bókhaldskerfið á Íslandi fyrir allar greinar atvinnulífsins og býður upp á alls kyns sérlausnir fyrir fyrirtæki.

Sjálfsafgreiðslulausnir dk

„Meðal nýjunga í sjálfsafgreiðslulausnum dk hugbúnaðar er sjálfsafgreiðsla fyrir sjúkra-, þjálfunar- og kírópraktorstofur. Sjálfsafgreiðsla fyrir kírópraktorstofur einfaldar til muna móttöku viðskiptavina og greiðsluferli tengt þeim. Kerfið keyrir á iPad spjaldtölvum með tengingu við þráðlausa kortaposa,“ segir Hafsteinn Róbertsson, sérfræðingur afgreiðslukerfa.

Meðal kírópraktorstofa sem hafa tekið upp lausnina er LÍF Kírópraktík. Vignir Þór Bollason, eigandi LÍF Kírópraktík, segir að það sé komin góð reynsla á kerfið og viðskiptavinir hafi tekið þessari nýjung mjög vel.

„dk mun á næstunni kynna þessa sjálfsafgreiðslulausn fyrir sjúkraþjálfunarstofum. Sjálfsafgreiðslan keyrir líka á iPad spjaldtölvum og er með tengingu við Gagna, sem er vefkerfi frá hugbúnaðarfyrirtækinu Prógramm. Gagni er hvort tveggja vefkerfi fyrir samskipti við Sjúkratryggingar Íslands og líka bókunar- og skráningarkerfi sem er sérhannað fyrir sjúkraþjálfunarstofur,“ segir Hafsteinn.

„Með sjálfsafgreiðslukerfi dk sparast mikill tími við skráningu og móttöku viðskiptavina. Allt greiðsluferlið er einfaldað til muna ásamt því að allar sögur flytjast beint yfir í fjárhagsbókhaldið. Þannig sparast mikill tími við söluuppgjör hvers dags.“



Ein þeirra kírópraktorstofa sem hafa tekið upp sjálfsafgreiðslulausnina frá dk hugbúnaði með góðum árangri er LÍF Kírópraktík í Kópavogi.



Að sögn Vignis Þórs, eiganda LÍF Kírópraktíkur, er komin góð reynsla á kerfið og viðskiptavinir hafa tekið þessari nýjung mjög vel.

Með sjálfsafgreiðslukerfinu styttest bið við skráningu og móttöku kúnna.

dk í áskrift

„Á vefsíðu fyrirtækisins dk.is er val um áskriftarleiðir og verð og þar er hægt að panta aðgang að hugbúnaðinum. Það tekur aðeins einn dag að afgreiða leyfi og nýtt



Sjálfsafgreiðsla fyrir kírópraktorstofur einfaldar til muna móttöku viðskiptavina og greiðsluferli tengt þeim. Kerfið keyrir á iPad og kortaposa.

bókhald með grunnkerfum dk sem duga fyrir flest fyrirtæki,“ segir Dagbjartur.

Pappírslaut og sjálfvirk bókald

„Kosturinn við að vera hjá dk hugbúnaði er að öll vinna við bókhaldið er mjög fljótleg, sjálfvirk og skemmtileg. Sjálfvirkni í móttöku og sendingu rafræna reikninga, hvort sem er á PDF- eða XML-formi, einfaldar líf bókarans, dregur úr villuhættu og tryggir rétta meðhöndlun gagna,“ segir Dagbjartur.

„Bankakerfið annast sjálfvirka afstemmingu bankareikninga og sýnir raunstöðu þeirra á einum stað. Öll vinnsla á sér stað í kerfinu og ekki þarf lengur að skrá sig inn í netbanka til að greiða og móttaka reikninga sem og sækja greiðslur. PDF-reikningar til viðskiptavina og frá birgjum eru sendir og mót-

teknir og tengdir við færslur þar sem við á. Við bjóðum líka upp á tengingar við allar helstu vefverslanir og sérsniðnar sjálfsafgreiðslulausnir fyrir verslun og þjónustu,“ segir Hafsteinn. „Allt er þetta liður í að gera dk viðskiptahugbúnaðinn sem mest pappírslausan og sjálfvirk.“

dk hugbúnaður er með skrifstofur í Kópavogi og á Akureyri. Nánari upplýsingar má finna á dk.is. Sími: 510-5800



Vefurinn er móðurstöðin

Arnar Gísli Hinriksson er formaður SVEF, sem stendur fyrir Samtök vefiðnaðarins. Um er að ræða fagsamtök þeirra sem starfa að vefmálum og ýmsum tengdum atvinnugreinum á Íslandi.

Jóhanna María
Einarsdóttir

johannamaria@frettabladid.is



SVEF var upphaflega stofnað árið 2005 þegar vefirnir voru að ryðja sér til rúms. Þá þurfti að búa til regnhlífarsamtök til að halda utan um vegferð vefja og fagsins sem snýr að því. „Með tímanum hefur félagið þróast og breyst. Í upphafi voru þetta eingöngu forritarar og hönnuðir en í dag er komin inn mun fjölbreyttari flóra fólks í félagið.

Við höldum um fimm til sex stærri og minni viðburði á ári hverju er tengjast vefmálum, aðgengismálum, vefhönnun, bak- og framendaforritunum og mörgu fleiru. Stærsti viðburðurinn, Iceweb-ráðstefnan, er haldin í upphafi hvers árs og höfum við fengið fjölda innlendra og erlendra fyrirlesara til þess að fjalla um málefni tengd vefmálum. SVEF sér einnig um framkvæmd Vefverðlaunanna sem eru einmitt veitt á þessum viðburði,“ segir Arnar.

Vegleg ráðstefna 2021

„Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu af völdum COVID-19 þurfti að blása af Iceweb-ráðstefnuna í ár og

Það hefur aldrei verið jafnmikilvægt og einmitt nú fyrir fyrirtæki og stofnanir að vera með góðan vef.

verðlaunin voru haldin rafrænt á netinu. Þetta var auðvitað skellur þar sem við vorum búin að tjalda öllu til en þurftum að hætta við allt. Þá höfðum við örfáa daga til þess að undirbúa verðlaunaafhendinguna á netinu.

Stefnan er sett á að halda ráðstefnuna og vefverðlaunin fyrir árið 2020 í lok febrúar á næsta ári. Okkur langar auðvitað að halda stóran og veglegan viðburð þar sem allir geta hist, en við höfum vonandi aðeins lengri aðdraganda til þess að skipuleggja okkur ef kemur svo í ljós að viðburðurinn verður haldinn rafrænt. Það er um að gera fyrir áhugasama að fylgjast vel með á Facebook-síðunni okkar og á svef.is.“

Ásamt því að gegna formannsstöðu hjá SVEF er Arnar einnig



Arnar Gísli, formaður SVEF og annar stofnenda Digido, finnur að gjáin á milli markaðsmála og vefmála fer sífellt minnkandi. MYND/ADSEND

annar stofnenda Digido, sem vinnur að því að auka árangur fyrirtækja í markaðssetningu með því að gera vefi sýnilegri, bjóða upp á greiningar á vefnotendum

og markaðssetja vörur og þjónustu til notenda.

„Sjálfur kem ég úr heimi markaðsmála og kem því úr töluvert annarri átt en flestir í vefbrans-

anum. En í dag er vefurinn orðin hálfgerð móðurstöð fyrirtækjanna og gegnir mikilvægu hlutverki sem snertiflötur allra deilda innan fyrirtækja. Gjáin á milli vef- og markaðsmála fer þannig sífellt minnkandi hjá fyrirtækjum og það er ljóst að vefmál eru orðin að markaðsmálum og markaðsmál eru orðin vefmál.“

Aldrei jafnmikilvægt

Að sögn Arnars hefur aldrei verið jafnmikilvægt og einmitt nú fyrir fyrirtæki og stofnanir að vera með góðan vef, hvort sem tilgangurinn er að selja þar þjónustu, veita upplýsingar eða í markaðslegum tilgangi. „Það er líka óhætt að segja að flest þeirra fyrirtækja sem starfa í hönnun, framleiðslu, endurgerð og viðhaldi vefja hafi fundið fyrir nokkurri aukningu í eftirspurn bæði frá innlendum og erlendum fyrirtækjum.

Þá má meðal annars nefna að stór fyrirtæki eins og N1, Krónan, Pósturinn og fleiri, sem áður höfðu kannski ekki lagt mikla áherslu á sýnileika á vefnum, eru farin að leggja mikla áherslu á það í dag, þá sérstaklega í kjölfar faraldursins. Markmiðið er að finna nýjar tæknilausnir til þess að halda áfram að þjónusta viðskiptavinum.“

Sker þitt fyrirtæki sig úr á vefnum?

Við hjálpum samstarfsaðilum okkar að hagræða, straumlínulaga ferla og auka sölu á hagkvæman og skilvirkan máta.



Overcast.

www.overcast.is



Um er meðal annars ræktað EGF, virka innihaldsefnið sem notað er í Bioeffect húðvörurnar. MYND/ÞSEND

urnir þrír samanlagt rúmlega átta prósentu hlut, en hluthafar ORF Líftækni eru samanlagt 103.

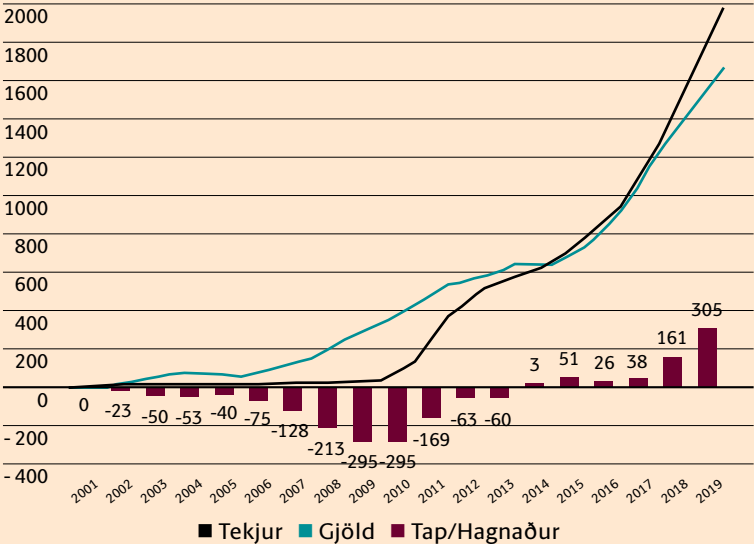
Hver er sérstaða Bioeffect?

„Í húðvörunum er húðvaxtarþátturinn EGF sem er framleiddur í byggplöntum á Íslandi. Rannsóknir sýna að hann hægir á öldrun húðarinnar. Auk þess eru einungis sjö innihaldsefni í húðdropunum, þar á meðal íslenskt vatn og engin gerviefni.

Neytendur eru mun upplýstari en áður fyrr og eru meðvitaðir um innihald þess sem þeir borða og húðvara sem þeir bera á sig. Aðrar snyrtivörur gætu jafnvel verið með 50 til 70 innihaldsefni. Þess vegna hittir Bioeffect-línan í mark á hratt vaxandi markaðssyllu, sem er heilnæmar og hreinar snyrtivörur.

Í markaðsmálum vinnum við mikið með hreinleika húðvaranna, að þær komi frá Íslandi og byggji á vísindastarfi. COVID-19 leiðir til þess að neytendur eru meðvitaðri um umhverfismál en Bioeffect er framleitt á Íslandi í sátt við náttúruna.“

Lykiltölur í rekstri ORF Líftækni í milljónum króna



Liv segir að tólf mánuðum eftir að fyrsta vara ORF Líftækni kom á markað fyrir tíu árum, hafi 30 prósent kvenna hér á landi notað

vöruna. „Góðar viðtökur fylltu starfsmenn fyrirtækisins sjálfs-trausti og því var ákveðið að selja vörurnar erlendis um tveimur árum

Liv er stjórnarformaður Iceland Seafood

Liv er stjórnarformaður Iceland Seafood. „Þegar ég réð mig til ORF Líftækni ákvað ég að helga mig því starfi og sagði mig því úr stjórn Aur appsins og KEA Hótelu. Ég var hins vegar búin að lofa mér í stjórn Iceland

Seafood og ákvað að gegna því starfi áfram. Ég hef haft mjög gaman að því að kynnst sjávarútveginum. Ég sækist í áskoranir þar sem breytingar eru fram undan. Það heillar mig,“ segir hún.

Ég hef aldrei áður tekið að mér að stýra fyrirtæki þar sem ég hef ekki verið með frá fyrsta degi.

Setur COVID-19 strik í reikninginn hvað það varðar?

„COVID-19 mun gera það að verkum að salan mun dragast saman um 25 prósent í ár, samkvæmt okkar áætlunum. Það er oft þannig í rekstri fyrirtækja, eftir að hafa barist lengi og boltinn fer loksins að rúlla – árin 2018 og 2019 voru þau bestu í sögu fyrirtækisins – getur komið bakslag. ORF Líftækni verður ekki rekið með hagnaði í ár.“

Verður tapið mikið í ár?

„Nei. Reksturinn gekk vel á árunum 2018 og 2019. Við höfum borð fyrir báru til að takast á við taprekstur í ár og við reiknum líka með því að næsta ár verði krefjandi. Þegar fólk fer að ferðast aftur á reksturinn að geta farið tiltölulega hratt aftur á skrið.“

Árið 2019 hagnaðist ORF Líftækni um 305 milljónir króna og 160 milljónir króna árið áður. Arðsemi eiginfjár var 21 prósent á árinu 2019. Eigið fé var 1,65 milljarðar króna við lok síðasta árs og eiginfjárhlutfallið var 51 prósent.

Var ráðist í miklar hagræðingar aðgerðir vegna COVID-19?

„Já, við réðumst í töluverða hagræðingu í vor, fljótlega eftir að ég tók við starfinu. Í ljósi breyttra aðstæðna gerðum við allar rekstrar-áætlanir upp á nýtt. Það var augljóst hvar við myndum missa sölu og hvar við gætum sótt auknar tekjur. Stöðugildum fækkaði um níu og eru nú 61.

Hagræðingaraðgerðirnar voru sömuleiðis liður í því að færa okkur í átt að aukinni sókn á netið, með minni áherslu á hefðbundnar verslanir. Til þess að sækja þar fram þarf annars konar samsetningu af starfsfólki og við gátum ekki bætt því fólki við okkur án þess að hagræða. Fyrir jól munum við ráða í nýjar stöður hjá fyrirtækinu.“

Er það kostnaðarsöm vegferð að auka sölu og sýnileikann á netinu?

„Margir vanmeta kostnaðinn og telja að það sé mun ódýrara að selja á netinu. Það má segja að það kosti jafnmikið að koma á fót góðri vefverslun og að innréttu verslun. Það þarf að skapa góðan vef, auglýsa ríkulega og vera sýnilegur á vefnum, ásamt því að tengjast neytendum með lifandi markaðsefni. Það kostar umtalsvert.“

Hvað kom þér á óvart við að taka við ORF Líftækni?

„Það er ný áskorun fyrir mig að koma inn í rekstur rótgróins fyrirtækis. Ég hef aldrei áður tekið að mér að stýra fyrirtæki þar sem ég hef ekki verið með frá fyrsta degi, ég hef því alltaf ráðið mitt fólk inn.

Ég er von að rjúka af stað í verkefni, vera hvirfilbylur. Ég þarf núna að gefa mér tíma til að kynnst samstarfsfólkinu og starfseminni, til dæmis víða að mér upplýsingum um það sem hefur verið reynt, hvað gekk vel og hvað ekki.“

Liv segir að nýsköpun sé leiðin út úr kreppunni sem COVID-19 heimsfaraldurinn gat af sér. „Það þarf að leita leiða til að fjölga sprotafyrirtækjum. Tækniþróunarsjóður og annars konar stuðningur er afar mikilvægur fyrir sprotafyrirtæki.“

Hún segir að öll ný fyrirtæki sem ráðast þurfi í miklar fjárfestingar muni tapa fé fyrstu árin. „Það er alveg sama hversu gott slíkt fyrirtæki er, það verður aldrei rekið með hagnaði frá upphafi. Fjárfestar þurfa að sýna þolinmæði, þetta er vegferð sem tekur fjölda ára. Allt í einu, einn daginn, fer reksturinn að ganga og þá þarf að gæta þess að snjóboltinn rúlli í rétta átt.“

Það þarf sem sagt að sýna taprekstri nýrra fyrirtækja þolinmæði? „Öðruvísi gerum við ekkert nýtt.“

Er annt um málefni landsbyggðarinnar

Svipmynd

Hannes Árdal

Nám:

BSc. í stærðfræði frá Háskóla Íslands, MSc. í fjármálaverkfræði frá Háskóla Íslands, próf í verðbréfaviðskiptum.

Störf:

Áhættustýring Kaupþings, verðbréfamiðlun Kaupþings og Arion banka, verðbréfamiðlun Straums fjárfestingabanka hf., verðbréfamiðlun Fossa markaða hf., framkvæmdastjóri og verðbréfamiðlari hjá Íslenskum fjárfestum hf.

Fjölskylduhagir:

Kvæntur Patríciu Önnu Þormar og saman eigum við tvö börn, Guttorm Geir, fjögurra ára, og Elvu Margréti, tveggja ára.

Hannes Árdal, framkvæmdastjóri Íslenskra fjárfesta, segir að hann hefði líklega orðið eðlisfræðikennari ef fjármálamarkaðir hefðu ekki kallað á hann. Hannesi er umhugað um umhverfismál, hlakkar til að taka þátt aftur í kórstarfi þegar tími gefst og á sér þann draum að baka og selja pítsur á Ítalíu þegar fram líða stundir.

Hver eru þín helstu áhugamál?

Ég er svo heppinn að nánast vinna við áhugamálið mitt, en þar fyrir utan fylgist ég með íþróttum og reyni eftir bestu getu að rækta sambandið við vini og fjölskyldu. Ég fylgist mikið með pólitíkinni, þjóðfélagsumræðu, íþróttum og málefnum landsbyggðarinnar enda uppallinn sveitapiltur. Síðustu ár hafa umhverfismálin fengið meiri og meiri athygli mína og þá aðallega fyrir tilstilli eiginkonu minnar sem er ötull talsmaður umhverfismála. Ég söng lengi í kór en ég hef því miður, sökum anna, þurft að leggja söngskóna á hilluna í bili, en hlakka mikið til að finna tímann til að sinnva því áhugamáli aftur.

Hvernig er morgunrúttin þín?

Ég vakna um það bil 6.30 þegar sú tveggja ára gargar glaðlega á mig: „Pabbi, kominn dagur!“ Ég er svo lánsamur að eiga morgunvaktina á heimilinu með börnunum, en þessar elskur eru bestar þá. Annars er þetta sirka sturta, kaffibolli fyrir mig og morgunmatur fyrir þau, fréttir dagsins, allir í föt og skó og við erum mætt á leikskólann um 8.30.

Næðu að halda jafnvægi milli vinnu og fjölskyldulífs?

Jafnvægið þarna á milli er eins



Hannes Árdal hefur kennt stærðfræði og eðlisfræði í framhalds- og háskólum árum saman.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI



Ég er svo lánsamur að eiga morgunvaktina á heimilinu með börnunum, en þessar elskur eru bestar þá.

Hannes Árdal, framkvæmdastjóri Íslenskra fjárfesta

og taktmælir í tónmenntatíma, sveiflast á milli póla með tilheyrandi átökum á öllum vígstöðvum. En með nútímatækni, smá skipulagi og slettum af tillitssemi hefur þetta blessunarlega gengið vel hingað til.

Hver hafa verið mest krefjandi

verkefnin á undanförnum misserum?

Ég kom að rekstri Íslenskra fjárfesta hf. um mitt ár 2017 og tók við sem framkvæmdastjóri ári síðar. Það hefur verið krefjandi verkefni að leiða þá breytingu sem orðið hefur á félaginu síðustu misseri en á sama tíma mjög gefandi og skemmtilegt. Það er að mörgu að hyggja í svona verkefni og stundum höfum við þurft að setjast niður, biða eða taka jafnvel skref aftur á bak, þó svo að leiðin fram á við hafi verið vel vörðuð.

Hver eru helstu verkefnin fram undan?

Eitt það skemmtilegasta við starfið mitt er að maður veit yfirleitt ekki fyrir fram hvaða verkefni verða

stór, flókin eða erfið og svo gera þau sjaldnast boð á undan sér.

Ef þú þyrftir að velja annan starfsframa, hvað yrði fyrir valinu?

Ég hef kennt stærðfræði og eðlisfræði í framhaldsskólum og háskólum síðan ég var sjálfur í menntaskóla og alltaf haft óskaplega gaman af því þannig að það er nú líklega það sem ég myndi taka mér fyrir hendur ef ég þyrfti að velja mér annan starfsframa. Ef þú hins vegar spyrð ævintyramanninn í mér þá myndi ég helst vilja baka pítsur suður á Ítalíu í framtíðinni.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár?

Nú, bakandi pítsur á Ítalíu.

Hvers hlakkar þú mest til þessa dagana?

Að það vori í samfélaginu með

minnkandi áhrifum af COVID, svo er nú líka alltaf að styttest í jólin, maður huggar sig við það.

Hvers konar stjórnunarstíl hefurðu tileinkað þér og hvers vegna?

Ég hef verið virkilega heppinn með samstarfsfélaga og samsetningu hópsins sem ég leiði hjá Íslenskum fjárfestum og hef því getað tileinkað mér mjög afslappaðan stjórnunarstíl hingað til. Ég treysti starfsmönnum til að leysa verkefni og hef hingað til ekki orðið fyrir vonbrigðum með útkomuna, nema síður sé.

Ég lærði það í kennslunni að samtál á ekki að vera eintal og legg mig fram um að hlusta á og læra af vinnufélögunum mínum, og vona á móti að það skili sér eitthvað til þeirra líka.

Ferðaskrifstofum óheimilt að nýta úrræði á vegum ríkisins

Ferðaskrifstofur og ferðaskipuleggjendur fá ekki viðbótarlán, sem er eitt af úrræðum ríkisins til að aðstoða fyrirtæki í vanda vegna tekjufalls sem rekja má til COVID-19. Reglurnar kveða á um að launakostnaður verði að vera að lágmarki 25 prósent af heildarrekstrarkostnaði árið 2019. Í ljósi þess að umrædd fyrirtæki miðla ferðum, bílaleigubílum og hótulgistingu, er lítið á milligöngu-una sem tekjur ferðaskrifstofa og því verður hlutfallslegur launakostnaður of lágur til að geta nýtt úrræðið. Þetta staðfestir Hlynur Sigurðsson, endurskoðandi hjá KPMG.

Viðbótarlán til einstaks fyrirtækis geta að hámarki numið tvöföldum árslaunakostnaði árið 2019. Lán sem nýtur ábyrgðar getur hæst numið 1,2 milljörðum króna.



Skýra þarf regluverkið, segir endurskoðandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Eigandi ferðaskrifstofu, sem vildi ekki láta nafns síns getið í fjölmiðlum, sagði að banki væri fús til að lána fyrirtækinu umrætt viðbótarlán en lánveitingin strandaði á því að bankinn fengi hvorki skýr svör frá Seðlabankanum né fjármálaráðuneytinu um hvort lánveitingin standist reglur. Ríkissjóður ábyrgist allt að 70 prósent lánsins.

Eigandi ferðaskrifstofunnar segir að fyrirtækið fái um 20 prósent af sölnunni í sinn vasa en ekki alla fjárhæðina, eins og ætla mætti af afstöðu hins opinbera. Miðað við skilgreiningu ríkisins hafi launakostnaður verið tæplega tíu prósent í fyrra, en ef lítið sé til raunverulegra tekna fyrirtækisins hafi hlutfallið verið rúmlega 50 prósent.

Hlynur segir að það virðist vera að tiltekinn atvinnurekstur geti ekki nýtt sér úrræðið vegna þess

hvernig viðskiptamódeli hans er hattað. „Það væri æskilegt að reglverk og skilyrði gagnvart þessum aðilum til að nýta úrræðið væri skýrara en nú er,“ segir hann.

Í ársreikningi ferðaskrifstofu sem sótt hafi um viðbótarlán komi, að sögn Hlyns, skýrt fram hverjar tekjur voru af ferðum og hver kostnaður vegna þeirra var. Úr þeim lið væru reiknaðar nettó tekjur fyrirtækisins af ferðunum og því næst var kostnaður fyrirtækisins útlistaður. Það sé því auðvelt að rýna í tekjur og gjöld fyrirtækisins.

Hlynur telur að býsna mörg fyrirtæki í ferðaþjónustu lendi í vanda við að nýta úrræðið, því mikið sé um verktöku í tengslum við ferðir. „Um leið og tekjur þurrkast upp hjá ferðaskrifstofum og ferðaskipuleggjendum hverfur sá kostnaður líka,“ segir hann. – hvj

BETRI HLJÓMUR · FRÁBÆR HÖNNUN

CLUB



NÝ HÁGÆÐA HEYRNARTÓL – JBL CLUB

GLEYMDU ÞÉR Í TÓNLISTINNI MEÐ HEYRNARTÓLUM ÚR NÝJUSTU JBL PRO LÍNUNNI. MÖGNUM HLJÓMGÆÐI EINS OG FAGAÐILAR VILJA HAFA ÞAU OG ÞÆGILEG HÖNNUN SVO ÞÚ GETUR HLUSTAÐ ENDALAUST.

CLUB 700BT 19.995 KR. CLUB 950NC 29.995 KR. CLUB ONE 39.995 KR.

BETRA BORGAR SIG

Opið virka daga 10 – 18 | Laugardaga 11 – 16



RAFLAND

Síðumúla 2-4 | 520 7900 | rafland.is

Skotsilfur



Innherjinn

Margir eru hugsi yfir stöðunni í Lífeyrissjóði verzlunarmanna, eftir að sjóðurinn ákvað að taka ekki þátt í hluta-fjárútboði Icelandair. **Ragnar Þór Ingólfsson**, formaður VR, sagði við fjölmiðla fyrir útboð að „gríðarleg vinna“ hefði verið lögð í að greina þá áhættu sem er fólgin í fjárfestingum í Icelandair og að þetta væri „án efa stærsta greining sem hefur verið unnin í aðdraganda svona fjárfestingar hjá sjóðnum“. Ummælin vekja óhjákvæmilega upp spurningar um hvernig formaður VR getur vitað svona mikið um þá vinnu sem fer fram á bak við tjöldin hjá lífeyrissjóðnum. Ekki minnka grunsemdir um afskipti VR við þetta.



Of mikið eftirlit

Ásgeir Brynjar Torfason, doktor í viðskiptafræði og fulltrúi í fjármálaráði, sagði í fréttum að auka yrði eftirlit til að Ísland geti komist af gráum lista FATF, alþjóðlegs starfshóps um aðgerðir gegn peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka. Ummælin féllu í tengslum við frétt um peningaþvætti erlendis, sem íslenskir bankar komu ekki nálægt. Það er djarft teflt að auka umsvif Fjármálaeftirlitsins enn frekar. Við lok síðasta árs var einn eftirlitsmaður fyrir hverja 30 starfsmenn fjármálageirans. Hlutfallið var einn á móti 113 við lok árs 2007.



Gréta til Indó

Gréta María Grétarsdóttir, sem lét af störfum sem framkvæmdastjóri Krónunnar síðastliðið vor, hefur gengið til liðs við fjártæknifyrirtækið Indó. Þar stýrir hún stefnu-mótun viðskiptavina, en Indó býður íslenskum neytendum upp á innlán veltureikninga. Ólíkt hefðbundnum bönkum eru innstæður Indó aðeins lánaðar út til ríkisins. Eftir að Gréta lét af störfum hjá Krónunni hefur hún meðal annars tekið við sem stjórnarformaður nýstofnaðs Matvælasjóðs og þá settist hún í stjórn ferðapjónustufyrirtækisins Arctic Adventures í sumar.



Zambía stefnir í vanskil vegna COVID-19



Zambía gæti orðið fyrsta Afrikuríkið sem ekki getur staðið í skilum með lán sín frá því COVID-19 breiddist út um heimsbyggðina. Landið hefur óskað eftir leyfi til að seinka vaxtagreiðslum um ár, við eigendur skuldabréfa sem gefin voru út í Bandaríkjadöllum. Fyrir heimsfaraldurinn átti landið, sem er næststærsti koparframleiðandi álfunnar, í erfiðleikum með að standa í skilum á lánum sem nema samtals 11 milljörðum Bandaríkjadala. MYND/EPA

Uppskeran verður ríkuleg



Ingólfur Bender aðalhaf fræðingur SI



Sigríður Mogensen sviðsstjóri hugverkasviðs SI

boði. Ný störf verða ekki til nema með sköpun nýrra verðmæta.

Fjölgun starfa á síðustu áratugum hefur að stórum hluta verið knúin áfram af aukinni auðlindanýtingu en nú þarf að skipta um kúrs. Ólíklegt er að við munum á næstu áratugum sækja hagvöxt með aukinni auðlindanýtingu. Framtíðin veltur á því hversu vel okkur tekst að skapa grundvöll fyrir fjölgun starfa en það þarf að gera með því að virkja hugvitið í ríkara mæli til verðmætasköpunar. Nýsköpun er þannig eina leiðin fram á við því með nýsköpun verða til aukin verðmæti úr takmörkuðum auðlindum og nýjar atvinnugreinar lita dagsins ljós.

Það þarf þó ekki einungis að fjölga störfum, heldur skiptir einnig máli að hér á landi verði til verðmæt störf. Til lengri tíma byggir aukinn kaupmáttur á aukinni framleiðni. Í nýsköpun liggja ótal tækifæri til aukinnar framleiðni. Sagan kennir okkur að þær þjóðir sem eru framarlega á sviði nýsköpunar uppskera aukna verðmætasköpun og meiri lífsgæði. Nýsköpun er því leiðin til að skapa ný og jafnframt verðmæt störf.

Sýn Samtaka iðnaðarins er skýr. Stórátak þarf í að efla umgjörð og hvata fyrir nýsköpun á öllum sviðum atvinnulífsins og byggja undir nýjar atvinnugreinar. Ísland getur



Stórátak þarf í að efla umgjörð og hvata fyrir nýsköpun á öllum sviðum atvinnulífsins.

sannarlega orðið nýsköpunarland, þar sem hagvöxtur er drifinn áfram af nýsköpun, stöðir útflutningsstyrkjast og gjaldeyristekjur aukast til framtíðar.

Vegferðin er þegar hafin. Stór skref voru stigin á Alþingi í vor með breytingum á lögum um stuðning við nýsköpunarfyrirtæki, með hækkun á endurgreiðslu vegna rannsóknar og þróunar, ásamt fleiri aðgerðum. Þessar breytingar voru tímabærar og það þarf að festa þær í sessi. Einnig þarf að huga að öðrum þáttum nýsköpunarumhverfisins og starfsumhverfi fyrirtækja heilt yfir. Liðka ætti enn frekar fyrir komu erlendra sérfræðinga og frumkvöðla hingað til lands og markaðssetja Ísland á breiðari grunni en verið hefur. Með því að láða hingað til lands mannauð með verðmæta sérfræðipækkingu stuðlum við að enn frekari fjölgun starfa ásamt því að skapa dýrmæt tengsl við fjárfesta og alþjóðleg fyrirtæki sem geta skipt sköpum varðandi aðgengi að fjár-

magni og markaðssókn íslenskra fyrirtækja.

Fjármögnunarumhverfi nýsköpunar hefur tekið jákvæðum breytingum og mun nýr fjárfestingarsjóður hins opinbera, Kría, stuðla að enn frekari fjárfestingum á þessu sviði. Lífeyrissjóðir verða að fylgja þessari sýn eftir enda verða umfangsmiklar breytingar á íslensku atvinnulífi ekki að veruleika án aðkomu þeirra. Setja þarf mun meira fjármagn í Tækniþróunarsjóð og auka úthlutunarhlutfall sjóðsins. Þannig sáum við fleiri fræjum og ný störf verða til.

Nýsköpun er ein meginforsenda aukinnar framleiðni, verðmætasköpunar, samkeppnishæfni og gjaldeyrisöflunar fyrirtækja og þjóða. Ísland hefur raunverulegt tækifæri til að verða nýsköpunarland en það mun ekki gerast afsjálfu sér. Nú þurfum við að nýta þetta tækifæri. Vinna þarf hratt að uppbyggingu og bættum skilyrðum fyrir nýsköpun. Hugarfarið skiptir einnig sköpum og þarf það að endurspeglast í forgangsriðun í ríkisfjármálum og sýn og stefnu stjórnvalda. Við gerum þetta ekki í einu skrefi eða á einni nóttu. Að byggja upp nýsköpunardrifið hagkerfi mun krefjast þolinmæði, þrautseigju og stöðugra umbóta. Ef vel tekst til verður uppskeran ríkuleg.

Hvað gera sparifjáreigendur nú?



Björn Berg Gunnarsson deildarstjóri Greiningar og fræðslu hjá Íslandsbanka

Ég gróf á dögunum upp fyrirlestur sem ég hélt um stöðu íslensks verðbréfamarkaðar skömmu eftir hrun. Þetta var eins

og að rekast á ljósmynd af sjálfum mér frá svipuðum tíma og ég hugsaði „mikið svakalega hefur nú mikið breyst frá því 2009“.

Hlutabréfamarkaðurinn lá þá í dvala og í viðjum gjaldeyrishafta höfðum við ekkert aðgengi að endurreisn alþjóðlegra markaða. Á skuldabréfamarkaði buðust fjárfestum kjör sem starfsfólk lífeyrissjóða lætur sér nægja að dreyma um í dag. Stýrivextir voru 13% og eigendur skuldabréfa sem væntu þess að þeir yrðu á einhverjum tíma lækkaðir töldu sig í ofanálag



Það blasir nýr veruleiki við sparifjáreigendum og þeir eru ekki í öfundsverðri stöðu.

eiga inni ljómandi góða ávöxtun, til viðbótar við ríkisábyrgð og jafnvel verðtryggingu.

Þrátt fyrir allt sem á gekk á þeim tíma og alltumlykjandi óvissuna var nefnilega eitt í boði sem nú virðist, í það minnsta um sinn, horfið á

braut. Örugg raunávöxtun. Ávöxtunarkrafa verðtryggðra skuldabréfa með ríkisábyrgð slagaði hátt í 5% en í dag þykir gott að þurfa ekki borga nema lítilla fyrir vaxtalausar verðtryggingu með ábyrgð ríkisins.

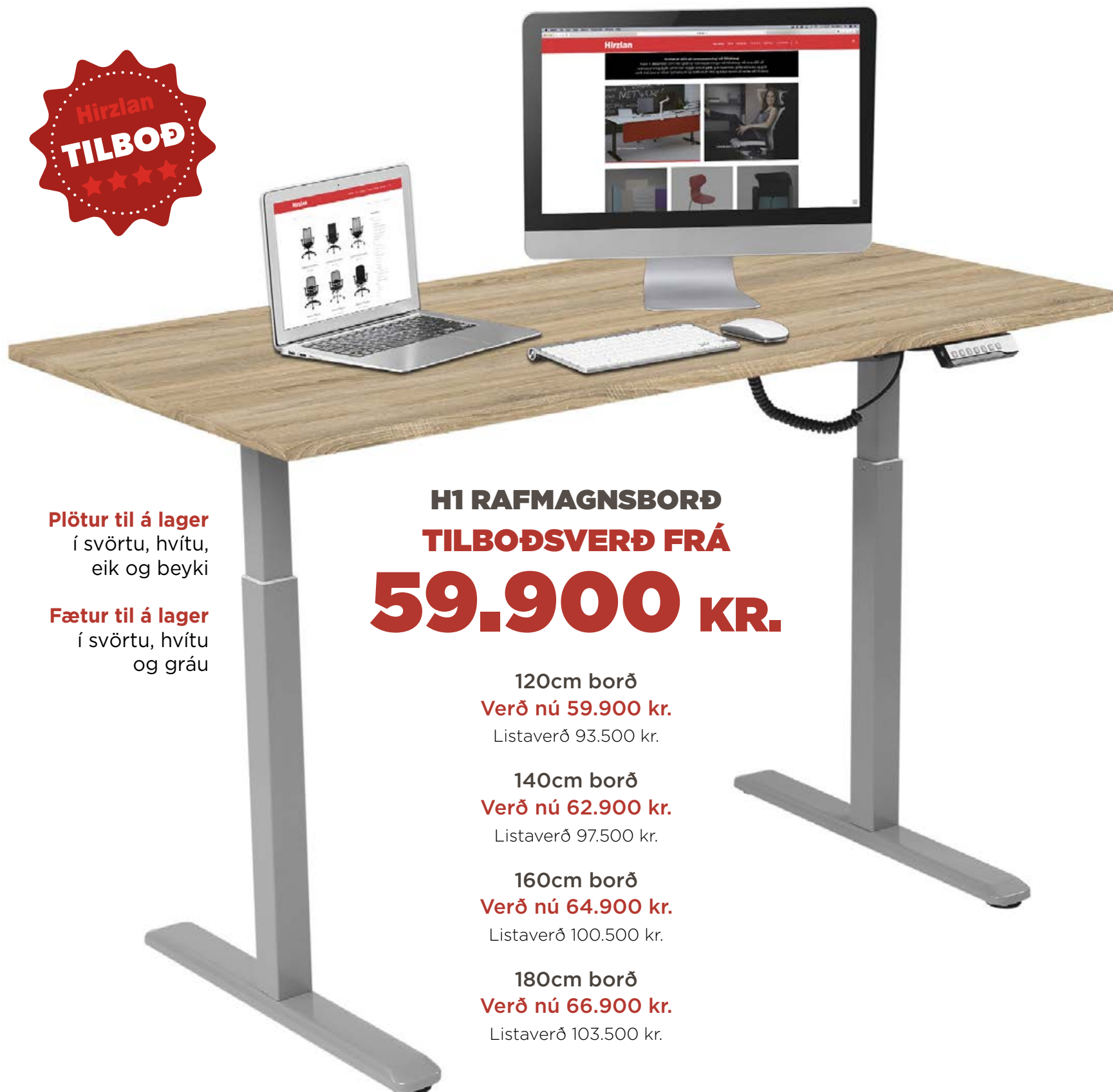
Þessi mikla lækkun vaxta, sem keyrt hefur flest það sem telst til tilförlulega öruggrar ávöxtunar langleiðina niður í núll, hlýtur að koma til með að færa fé yfir í áhættumeiri fjárfestingarkosti í leit að ávöxtun. Þetta hefur þegar gerst í fjölda landa í kringum okkur og átt þátt í að blása duglega í bólur, svo sem á

fasteigna- og hlutabréfamörkuðum. Til allrar hamingju bjóðast þó fleiri kostir í dag en fyrir áratug og bæði er innlendur hlutabréfa- og skuldabréfamarkaður mun fjölbreyttari og engin gjaldeyrishöft til að binda okkur alfarið hér heima. Það verður því athyglinnar virði að fylgjast með hvar Íslendingar munu kjósa að koma fé sínu fyrir næsta kastíð.

Það blasir nýr veruleiki við sparifjáreigendum og þeir eru ekki í öfundsverðri stöðu. En hver veit nema eignastýring og eignadreifing komist aftur í tísku?

-35%

AF H1 RAFMAGNSBORDUM



Plötur til á lager
í svörtu, hvítu,
eik og beyki

Fætur til á lager
í svörtu, hvítu
og gráu

**H1 RAFMAGNSBORD
TILBOÐSVERÐ FRÁ**

59.900 KR.

120cm borð
Verð nú 59.900 kr.
Listaverð 93.500 kr.

140cm borð
Verð nú 62.900 kr.
Listaverð 97.500 kr.

160cm borð
Verð nú 64.900 kr.
Listaverð 100.500 kr.

180cm borð
Verð nú 66.900 kr.
Listaverð 103.500 kr.

RAMMASAMNINGUR VIÐ
RÍKISKAUP

Hirzlan

SKRIFSTOFUHÚSGÖGN

Síðumúla 37. Sími: 564-5040. hirzlan@hirzlan.is.

www.hirzlan.is

Verslun opin mán-fim 09:00-18:00, föstudaga 09:00-17:00, laugardaga 12:00-16:00. **Lager opinn** mán-fim 13:00-17:00 og föstudaga 13:00-16:00.

SKOÐUN

Þórður Gunnarsson



Blóðtaka

Blóðtökur voru vinsæl lækningaraðferð víða um heim frá því á fyrstu öld og allt fram á þá nítjándu, þegar þær lögðust að mestu af. Mikið af heimildum er til um blóðtökur til lækninga, en þær sóttu einkum í sig veðrið á Íslandi í kjölfar siðaskiptanna, en var svo nánast alveg hætt seint á 19. öld. Meðal þess sem gengið var út frá við blóðtökur var að því greiðar og hraðar sem blóðið flæddi úr sjúklingnum, því brynna hafi verið að tappa því af. Ef svo fór að sjúklingi leið betur eftir blóðtöku, var aðgerðinni að sjálf-sögðu þakkað fyrir. Ef sjúklingi leið verr, var það gjarnan túlkað á þá vegu að annað-hvort hefði ekki verið tekið nóg blóð, eða að viðkomandi hefði hreinlega verið það veikur að blóðtakan gæti ekki gert gagn. Vart þarf að útskýra að blóðtaka er í nánast öllum tilfellum ógagnleg eða beinlínis skaðleg í baráttu við sjúkdóma, með hugsanlega örfáum undantekningum, þó að um það séu deildar meiningar.

Síðastliðna mánuði hafa atvinnulífi á Íslandi verið settar miklar skorður í því markmiði að hemja útbreiðslu COVID-19. Ferðapjónustu hefur svo gott sem verið lokað og má eflaust bera það saman við að opna slagæð á þjóðarlíkamanum. Síðan eru fáir sem spyrja þeirra spurningar hvort það sé hreinlega ekki tóm vitleysa að loka landinu þar sem aukin tíðni sýkinga síðustu daga sýnir greinilega að gildandi takmarkanir á landamærum virka augljóslega ekki.

En það verða alltaf einhverjir sem vilja meiri takmarkanir á atvinnu- og athafnafrelsi fólks til að hemja útbreiðslu COVID-19, eða með öðrum orðum: Við þurfum að taka meira blóð.

Sjálfur er ég nógu gamall til að muna þá tíma þar sem hinar samfélagslegu hömlur voru til þess gerðar að létta álagi af heilbrigðiskerfinu (það var í apríl), en í dag ræður fjöldi tilfella ferðinni. Óháð alvarleika þeirra. Núna liggja tveir á spítala og tala látinna vegna COVID-19 er ennþá óbreytt – 10 manns. Heildardauðsföll á Íslandi af öllum orsökum á fyrstu sex mánuðum ársins eru raunar á pari við síðustu ár þar á undan eða jafnvel ívið færri. Með aukinni sýnatöku lækkar dánartíðnin sífellt og stendur nú í 0,4 prósentum, sem er örlítið herra en hin árlega influensa (sem tekur einmitt líf 600 til 700 þúsund manns á hverju ári um allan heim). Hvenær ætlum við að stöðva blóðtökuna?

ÞJÓNUSTA

Guðjón Ó

VISTVÆNA PRENTSMÍÐJAN

Sími 511 1234 • www.gudjono.is

Novator ehf. tapaði 709 milljónum

Novator ehf. tapaði 709 milljónum árið 2019. Til samanburðar hagnaðist fjárfestingafélagið um 573 milljónir króna árið áður. Rekja má tapið á árinu til þess að kröfur voru færðar niður um 810 milljónir króna, samkvæmt ársreikningi. Samkeppniseftirlitið upplýsti að félagið hefði fjármagnað taprekstur Frjálsrar fjölmiðlunar, sem átti DV og fleiri miðla.

Novator ehf. er eitt af dótturfélögum alþjóðlega fjárfestingafélagsins Novator,



Björgólfur Thor Björgólfsson

sem einkum er í eigu Björgólfs Thors Björgólfssonar. Eigandi Novator ehf. er Reliquum S.á r.l.

Eigið fé Novator ehf. var 3,1 milljarður króna við lok árs 2019 en skuldir einungis 8,6 milljónir króna. Í fyrra greiddi félagið 3,4 milljarða króna í arð. Skuldabréfaeign félagsins jókst úr 1,3 milljörðum króna árið 2018 í 1,8 milljarða króna árið 2019. Í árslok hafði félagið veitt tíu aðilum lán. Novator heldur utan um hlut í gagnaverinu Verne Global sem bókfærður er á 1,1 milljarð króna. – hvj

18.09.2020

Það kom mér á óvart að það hafi verið fulltrúar atvinnurekenda í LIVE sem töluðu fyrir mikilvægi þess að verja störf félagsmanna en ekki fulltrúar launþega-hreyfingarinnar.

Guðrún Hafsteinsdóttir, varaformaður stjórnar LIVE



SKOÐAÐU
ÚRVALIÐ Á
BODLEID.IS

YEALINK FJARFUNDABÚNAÐUR
HAFÐU FUNDINN
Í FULLUM GÆÐUM

Yealink er traustur og öflugur fjarfundabúnaður fyrir Microsoft og Zoom umhverfi með miklum hljóðgæðum og mynd með frábærri skerpu svo allir fundarmenn fá að njóta sín – hvar í heiminum sem þeir eru.

Certified for
Microsoft Teams

Certified for
Skype for Business

PANTAÐU FUND OG SJÁÐU
HYAÐ ÞÚ GETUR SPARAÐ



AKRALIND 8 201 KÓPAVOGI BODLEID.IS SÍMI 535 5200

BODLEID

LEIÐTOGAR Í EIGIN LÍFI

Örnámskeið fyrir 14-17 ára í samstarfi við Dale Carnegie



FYRIR UNGMENNI SEM Hafa GREINST MEÐ KRABBAMEIN OG ÞAU SEM ERU AÐSTANDENDUR

Í samstarfi við Dale Carnegie bjóðum við 14-17 ára ungmenni sem greinst hafa með krabbamein, eða eru aðstandendur, velkomin á tveggja skipta námskeið í Ljósinu.

Á námskeiðinu setjum við raunhæf markmið fyrir veturinn og mótum framtíðina á okkar eigin forsendum. Við skoðum styrkleikana okkar og finnum eldmóðinn sem þarf til að ná sem mestum árangri. Við þjálfumst í að líta á áskoranir sem tækifæri til þess að efla okkur og ná lengra.

Námskeiðið er þátttakendum að kostnaðarlausu og fer fram í húsnæði Ljóssins að Langholtsvegi 43, 1. og 8. október milli 19:30-21:30.

Skráning fer fram í móttöku Ljóssins í síma 561-3770



Meiri orka og minni streita

Adapt Energy Boost er sérstaklega hannað til að auka orku, bæta einbeitingu, draga úr þreytu og auka þol gegn streitu. Varan hefur hlotið frábærar undirtektir og er þegar mörgum ómissandi.

Ragnheiður Brynjólfssdóttir er þjónustufulltrúi hjá Hveragerðisbæ og hefur mikinn áhuga á mótorkross, líkamsrækt og útivist. Ragnheiður kynntist Adapt Energy Boost fyrir nokkrum mánuðum og segir ávinninginn hafa verið gríðarlegan.

„Ég heyrði af vörunni í gegnum samstarfskonu og langaði að prófa. Ég hef núna tekið Adapt Energy Boost í fjóra mánuði og finnst það ómissandi. Ég hef jafnari orku yfir daginn og liður almennt betur og á auðveldara með að vakna á morgnana. Ég kem meiru í verk og er full orku í vinnunni og til að stunda áhugamálin af krafti.“

Reynsla Ragnhildar hefur verið svo árangursrik og heilsuþættandi að hún er búin að smita út frá sér og er Adapt Energy Boost nú orðið órjúfanlegur hluti af heimilislífi hennar. „Við fjölskyldan tókum þetta öll. Sonur minn sem er þrettán ára tekur eina töflu í kringum Mótorkross-keppnir og þegar það er mikið æfingaálag.“

Heldur mér á floti

Margrét Jóna Bjarnadóttir starfar sem launafulltrúi hjá Hveragerðisbæ og kann best við sig á hreyfingu utan-dyra. „Ég hef mikinn áhuga á öllu sem við kemur golfi, göngum, skíðum og allri úti-veru.“

Kynni hennar af Adapt Energy Boost



Ragnheiður Brynjólfssdóttir er hæstánægð og hefur meiri orku með Adapt Energy Boost. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



Margrét Jóna Bjarnadóttir segir Adapt Energy Boost einfaldlega virka 100%. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

voru fyrir hálfgerða tilviljun. „Ég rakst á þetta í apótekinu, ákvað að prófa og heillaðist strax.“

Margrét segir Adapt Energy Boost hafa haft veruleg áhrif á orku og einbeitingu sem hefur reynst henni vel í vinnu sem og utan vinnu. „Ég tek Adapt Energy Boost til að hafa orku í vinnudaginn og eftir hann allt það skemmtilega sem mig langar að gera. Ég fann mikinn mun á mér

eftir fyrstu skiptin þar sem mér fannst einbeiting aukast til muna og úthald vera svo mikið meira.“

Þegar Margrét byrjaði að taka inn Adapt Energy Boost

» **Ég kem meiru í verk og er full orku í vinnunni og til að stunda áhugamálin af krafti.**

var hún búin að vera að upplifa orkuleysi. Munurinn hefur verið hreint út sagt ótrúlegur. „Ég fór að taka þetta á þeim tímamarki sem ég hafði ekki næga orku í vinnudaginn og hvað þá eitthvert sport eftir vinnudaginn. Ég fann strax mikinn mun og þá sérstaklega á andlegu hliðinni, fannst einbeitingin mikið betri, fókussinn mikið skýrari og eins svaf ég mikið betur.“

Þá hefur Adapt Energy Boost gert Margréti kleift að takast enn

betur á við streitu og álag. „Einnig finn ég mikinn mun á streitu, þetta slær á óþarfa streitufaktora.“

Eftir að hafa tekið pásu frá Adapt Energy Boost áttiði Margrét sig svo enn frekar á því hversu öflug varan er. „Um leið og ég tók fri frá þessu þá fann ég mjög fljótlega hvað einbeitingin fór út um gluggann. Ég tek þetta jafn reglulega þessa dagana og önnur vítamín.“

Margrét hvetur aðra til að prófa. „Ég get ekki hætt að mæla með þessum töflum í daglegu amstri, þær halda mér algjörlega á floti. Venjulega hef ég ekki verið ginnkeypt fyrir svona töflum en þessar virka 100%.“

Sjá nánar á raritet.is

Sérhæfð blanda byggð á áratuga rannsóknum

Adapt Energy Boost er sérhönnuð vara fyrir þá sem þurfa að auka orku að halda í dagsins önn og hjálpar til við að draga úr streitu, auka framtakssemi og koma jafnvægi á hugann. Hún inniheldur adaptogen jurtirnar burnirót, schisandra, siberiugins-eng og að auki B-vítamín.

Adaptogen hafa ýmsa eiginleika, eins og að auka líkamlega og andlega orku og þrek, vinna gegn áhrifum svefnleysis, vernda heila og taugakerfi (sem meðal annars bætir minni og skynjun) og draga úr kvíða og streitu. Á meðan orkudrykkir og kaffi gefa tímabundna orku eru áhrifin af adaptogenum jafnari og þau auka árangur og vara lengur.

Adapt Energy Boost hjálpar til við að halda jafnvægi á kortisóli og stuðlar að betri svefni og minni þreytu. Langtíma ójafnvægi eða of hátt magn af kortisóli í blóði er óæskilegt og getur t.d. valdið þreytu, streitu og svefnleysi.

Útsölustaðir

Apótekarinn,
Apótek Suðurnesja,
Apótek Vesturlands,
Hafnarfjarðar apótek,
Heilsuver, Lyf og heilsa,
Lyfjaver, Lyfjaval, Lyfsalinn
og Reykjanesapótek.

Klínískar rannsóknir benda sterklega til þess að Adapt Energy Boost geti hjálpað líkamnum með því að auka orku, bæta árangur og auka afköst í starfi, leik og íþróttum.



Mál og mannasiðir

Það hefur sjaldan verið jafn áriðandi að gæta hreinlætis eins og núna og þá sérstaklega í sameiginlegum rýmum.

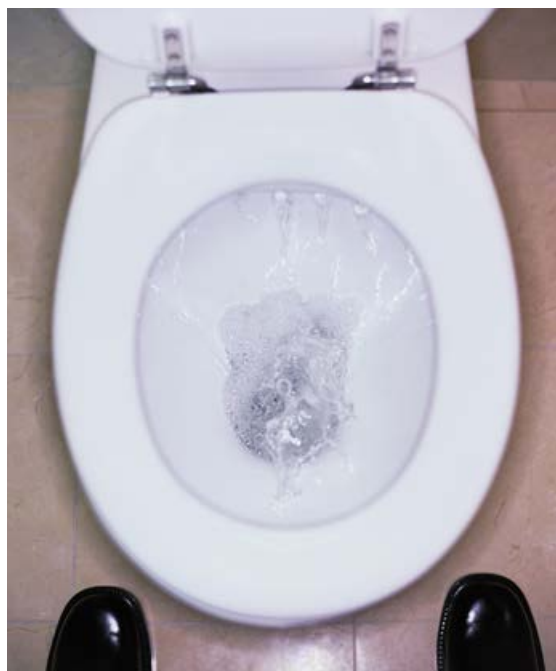
Margir kannast við að hafa lesið um að klósettsetan sé almennt hreinni en hinn dæmigerði snjallsími. Þá eru hendur og munnar sögð óhreinustu svæði líkamans. Það breytir því þó ekki að það er fátt ef nokkuð jafn ógeðfellt og óhrein og illa lyktandi salerni auk þess sem hendur koma vissulega töluvert við sögu á salernum. Og það í bland við líkamsvessa. Sumsé banvæn blanda.

Snertifletir og snyrtingar

Þetta þarf ekki að vera flókið. Ef að fólk hyggst ganga örna sinna en treystir sér ekki til að ganga úr skugga um að skilja ekki eftir saurleifar í skálinni þá er til dæmis hægt að leggja eitt eða svo pappírshréf í skálina þannig að úrgangurinn sitji ekki eftir og biði næsta manns.

Þá er einnig mjög snjallt, ef að athöfnin er að taka lengri tíma en æskilegt er í sameiginlegu rými, að sturta niður reglulega svo að daunninn nái síður að festa sig í andrúmsloftinu sem tekur á móti næstu manneskju. Það er líka hyggilegt og hugulsamt að taka með sér einhverskonar ilmsprey til að geta gripið í þegar þörfin kallar, fyrir sjálfa/n þig og aðra.

EKKI er síður áriðandi að skilja ekki eftir þvagslettur en ákjósanlegast væri auðvitað ef hver og einn myndi auk þess spritta setuna eftir hverja notkun. Núna þarf líka að



Óháð heimsfaraldri er mikilvægt að ganga vel um sameiginleg rými, ekki einungis út frá hreinlætisheldur einnig tillitssemi.

MYND/GETTY

OPTIBAC FYRIR KONUR

- Jafnar pH gildi í leggöngum
- Inniheldur gerla sem sannað hefur verið að komast að kynfærasvæðinu
- Hentar konum á öllum aldri
- Má taka á meðgöngu og með brjóstagjöf

OptiBac probiotics

DAG HVERN **LESA**

93.000

ÍSLENDINGAR

FRÉTTABLAÐIÐ

AÐ MEÐALTALI

Bílar & Farartæki

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupi bíla 25-350þús

Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Þjónusta

Málarar

REGNBOGALITIR EHF.
Alhliða málningarþjónusta.
Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Vönduð vinnubrögð og vanir menn. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Búslóðaðflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðaðfl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael's. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

k2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FIÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki.straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu



MAXI - COSI BÍLSTÓLL - POKI - SPEGILL
Maxi-Cosi CabrioFix innan við árgamall. Einstaklega léttur ungbarnastóll vegur aðeins um 3,5 kg. Fyrir 0-13 kg. Asamt bílstólápoka, Britax spegil og dóti. Verðh.25þús eða tilboð óskast S. 663 3313



Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði
Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERKI!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skiphólt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Tilkynningar

Tilkynningar

WWW.YAAKOVSWELL.NET
Here you will find a series of studies of the Blessed Torah. All the material is completely free. you may download it, copy it and give it away.

Húsnæði

Húsnæði í boði

ÚTSÝNISÍBÚÐ Í 101. RVK TIL LEIGU
50 FM m. 2. stofum, aðstöðu + gangi. Ásett: 160þ.kr/mán + rekstur + trygging. S.651-6527 og 651 0118

Atvinnuhúsnæði

FRÍSTUNDABIL.
TIL LEIGU EÐA SÖLU 50 m2 bil. Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús. Sími: 661-6800

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

Fasteignir

Asparhvarf 16
203 Kópavogur

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Þórunni í síma **773 6000**

Einstaklega glæsilegt 240 fm parhús með útsýni yfir Elliðavatn

- Vegleg stofa með tvöfaldri lofthæð og háum glugga
- Hjónasvita, tvö góð svefnherbergi og sjónvarpsherbergi/svefnherbergi
- Tvö baðherbergi og snyrting
- Gólfhiti, innfelld lýsing
- Vandaðar og stílhreinar innréttingar
- 1072 fm lóð með fallegum garði
- 25,6 fm fílsalagður bílskúr með geymslu inn af

Verð: **115 millj.**

MIKLABORG **569 7000 • Lágmulá 4 • miklaborg.is**
Oskar R. Hardarson og Jason Guðmundsson, löggitir fasteignasalar

Til sölu

araven
HAPPIER SHOPPERS

Nýjung, nýjung

Handföng ANTI-BAC

Innkaupavagnar með bakteríudrepandi handföngum

Araven eru fyrstu innkaupavagnarnir sem framleiddir eru með bakteríudrepandi handföngum.

Varð umhverfið allt 2021 árið

VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is

geiri
www.geirihf.is

STÓRELDHÚS
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS

Sýningarsalur Draghálsi 4 - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is

TAKTÍK 5546 #

Skipulagssvið Akureyrarbæjar



Nýtt stígaskipulag Akureyrarbæjar

Bæjarstjórn Akureyrarbæjar samþykkti 1. september 2020 að auglýsa breytingu á Aðalskipulagi 2018-2030.

Breytingin felur í sér nýtt heildarskipulag fyrir stígakerfið innanbæjar. Tillagan er unnin í samræmi við markmið bæjarins um að byggja upp skilvirkt, öruggt og aðlaðandi stígakerfi sem gerir íbúum kleift að sinna vinnu, daglegum erindum og frístundum allt árið um kring.

Í tillögunni er stígakerfið flokkað í stofnstíga, tengistíga, útivistarstíga, reiðstíga og almenna stíga.

Íbúar og aðrir áhugasamir eru hvattir til að kynna sér tillöguna. Hún er aðgengileg á heimasíðu bæjarins akureyri.is undir auglýstar skipulagstillögur.

Hægt er að koma á framfæri athugasemdum í gegnum skipulagssvið@akureyri.is þar sem nafn, kennitala og heimilisfang sendanda kemur fram, en einnig er tekið á móti skriflegum athugasemdum í Ráðhúsi, Geislagötu 9.

Frestur til að gera athugasemdir rennur út miðvikudaginn 6. nóvember 2020.

23. september 2020
Sviðsstjóri skipulagssviðs



Akureyrarbær
Skipulagssvið

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



Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi

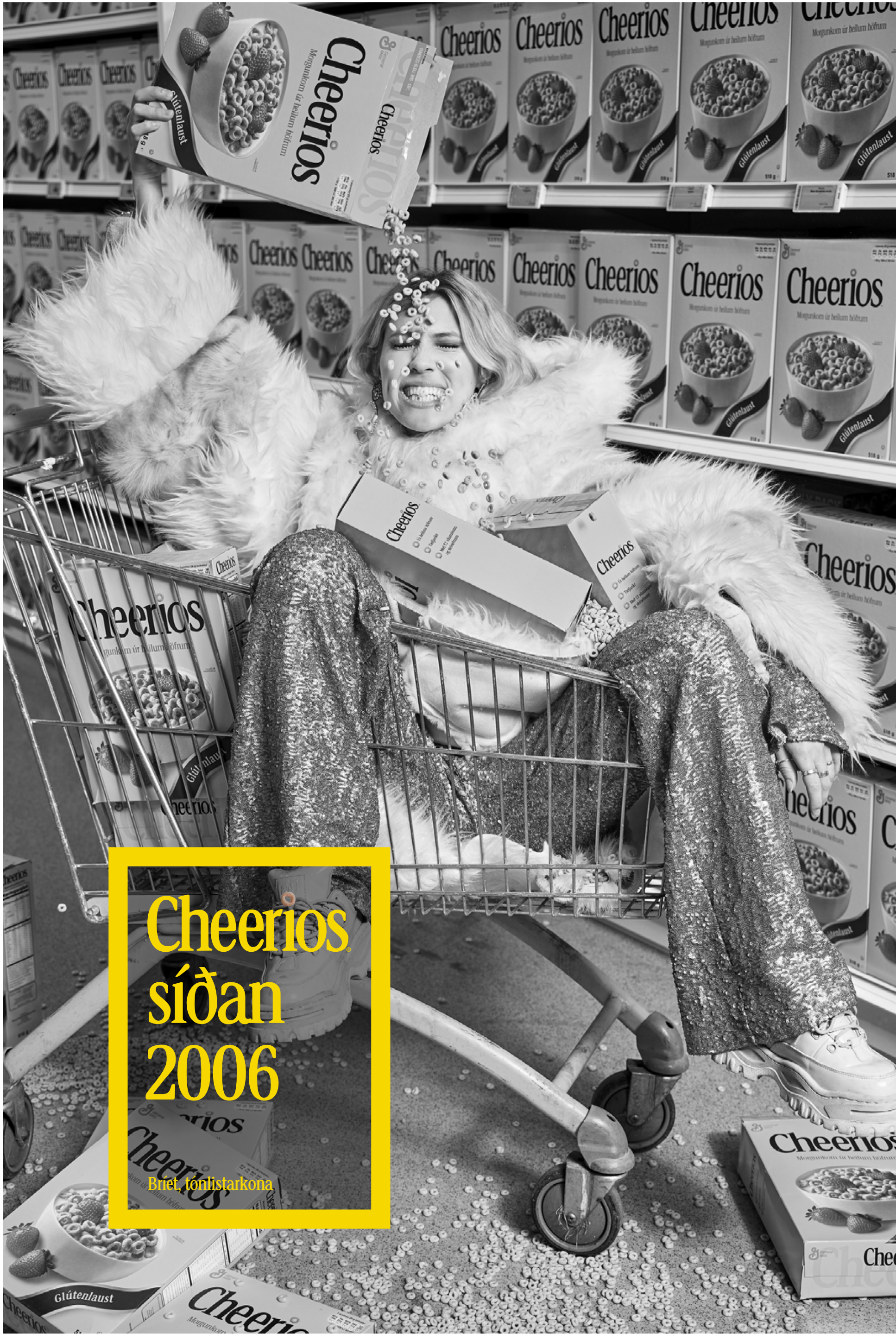
hagvangur.is

 **HAGVANGUR**

job
Finnum draumastarfið saman



Er um við að leita **að þér?**



Cheerios
síðan
2006

Bríet, tónlistarkona

TÍMAMÓT

Merkisatburðir

1930 Ferðafélag Íslands tekur fyrsta sæluhús sitt í notkun, í Hvítárnesi við Langjökul.

1957 Árbæjarsafn er opnað.

1964 Fiðlarinn á þakinu er frumsýndur á Broadway.

1973 Menntaskólinn í Kópavogi er settur í fyrsta skipti.

1992 Fyrstu Ólympíuleikum fatlaðra lýkur í Madrid. Sigrún Huld Hrafnisdóttir sundkona fær flest verðlaun allra á leikunum.



Ástkær móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Ásta Diana Stefánsdóttir

Lést mánudaginn 14. september á hjúkrunarheimilinu Grund. Útför fer fram frá Kópavogskirkju föstudaginn 25. september kl. 15.00, en í ljósi aðstæðna verður einnig streymt frá athöfninni, [astadianastefansdottir.is](#)

Þeim sem vilja minnst hennar er bent á Alzheimersamtökin. Ástvinir þakka starfsfólki Grundar fyrir frábæra umönnun og alúð.

Guðlaug Birna Guðjónsdóttir

Stefán Karl Guðjónsson

Ásta Jóna Guðjónsdóttir

Sigurjón Þór Guðjónsson

Sigurður Þ. Guðjónsson

Karólína Rósa Guðjónsdóttir

Július Þór Sigurþórsson

Jóhanna Hjálmarsdóttir

Ragnhildur Þórarinsdóttir

Helgi Bjarni Birgisson

barnabörn og barnabarnabörn.



Faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Axel Pétur Juel Einarsson

Lést á Landspítalanum 5. september. Útförin fer fram frá Háteigskirkju fimmtudaginn 24. september kl. 15 að viðstöddum nánustu vinum og aðstandendum.

Streymt verður frá athöfninni og hlekk má nálgast á Facebooksíðu aðstandenda og Axels.

Elisabet Axelsdóttir

Rakel Maria Axelsdóttir

Heiðar Steinn Pálsson

Arngrímur Thorlacius

Brynjar Már Karlsson

barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginkona mín, tengdamóðir, amma og langamma,

Sigríður Vilborg Vilbergsdóttir

Lést mánudaginn 14. september á Heilbrigðisstofnun Suðurlands, Selfossi. Útförin fer fram laugardaginn 26. september klukkan 14 í Eyrarbakka kirkju.

Magnús Grétar Ellertsson

Ellert Ágúst Magnússon

Ragnheiður Þórunn Magnúsdóttir

Heimir Magnússon

Sólveig Magnúsdóttir

Indriði Ingvarsson

Brit Helen Leikvoll

Ari Jóhannes Hauksson

barnabörn og barnabarnabörn.



Okkar elskaði

Birgir Sigurðsson

Krummahólum 47, Reykjavík, fyrrverandi stjórnarformaður Hreyfils,

sem lést miðvikudaginn 9. september 2020, verður jarðsungiinn frá Lindakirkju föstudaginn 25. september klukkan 13.00.

Elin Pétursdóttir

Erla Kristin Birgisdóttir

Ólafur Birgir Birgisson

Sigríður Esther Birgisdóttir

Kristinn Pétur Birgisson

Theodór Francis Birgisson

Elin Birgitta Birgisdóttir

Erling Magnússon

Anette Trier Birgisson

Guðjón Guðjónsson

Ásdís Sigrún Ingadóttir

Katrín Þorsteinsdóttir

Ketill Már Júlíusson

barnabörn og barnabarnabörn.



„Þetta er eiginlega héraðssaga Suðurlands,“ segir Guðjón um nýja ritið, *Samvinna á Suðurlandi*. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Gerðu vegi vegna smjörs

Guðjón Friðriksson sagnfræðingur situr ekki auðum höndum. Nýjasta afrek hans fjallar um samvinnufélög á Suðurlandi í máli og myndum, sem Sæmundur gefur út í 4 bindum.

Fyrir utan kaupfélögin voru mörg önnur samvinnufélög stofnuð á Suðurlandi á síðustu öld, þar með talin Sláturfélag Suðurlands, Mjólkurbú Flóamanna og rjómabúin,“ segir Guðjón Friðriksson sagnfræðingur, sem hefur sent frá sér fjögurra binda verk sem nefnist Samvinna á Suðurlandi. Þar er lýst atvinnu og samgöngum í Árnes-, Rangárvalla- og Vestur-Skaftafellssýslu, auk Vestmannaeyja.

Guðjón segir rjómabúin hafa verið fjölmörg á Suðurlandi. „Um aldamótin 1900 komu skilvindur svo hægt var að skilja rjóma frá undanrennu, þá

voru þessi bú stofnuð. Þar var rjóminn strokkaður og smjörð selt til Bretlands sem danskt. Þetta var mikill útvegur, fleiri tonn sem framleidd voru í hverju búi, en það var handtak að koma þeim til skips. Bretar gerðu kröfur um að smjörð kæmi í kvartélum, þau voru þung og ólöguleg til flutnings á hestum, sem leiddi til þess að byrjað var að ryðja vegi svo hægt væri að flytja þau í vögn-um.“ Hann segir samgöngur hafa verið erfiðar á svæðinu, óbrúaðar ár, mýrar og hafnaleysi.

„Í Vestmannaeyjum voru mörg kaupfélög,“ heldur Guðjón áfram. „Smáútgerðarmenn mynduðu slík félög til að kaupa inn veiðarfæri og versla með

matvöru. Svo var hver flokkur með sitt kaupfélag nema Framsókn, það var kommakaupfélag, kratakaupfélag og sjálfstæðiskaupfélag.“

Guðjón kveðst sækja heimildir í skjöl, fundargerðir, tímarit og bækur og myndir, víða að. „Það er óhemjumikið af myndum í þessum bókum, ég hugsa að þær nálgist þúsund, margar hafa ekki sést áður. Það var mikill iðnaður líka í kringum þessi kaupfélög, trésmiðjur, bifreiðasmíðjur og vélsmiðjur, allt mögulegt. Kaupfélögin voru allt í öllu. Þetta er eiginlega héraðssaga Suðurlands á síðustu öld og fram á þessa og hún er fallega útgefin hjá Sæmundi.“

[gun@frettabladid.is](#)



Elsku mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

Birna Haukdal Garðarsdóttir

Lést þann 11. september. Jarðarförin fer fram í Áskirkju föstudaginn 25. september kl. 15.00.

Garðar Haukdal Magnússon

Katrín Haukdal Magnúsdóttir

Friðdóra Haukdal Magnúsdóttir

Helle Magnússon

Rafn Magnús Jónsson

barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og systir,

Svala Vatnsdal Hauksdóttir

Vestmannabraut 11, Vestmannaeyjum,

Lést á Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja, föstudaginn 11. september sl. Útförin fer fram frá Landakirkju, föstudaginn 25. september nk. kl. 13.00. Fyrir þá sem sjá sér ekki fært að mæta í jarðarförina verður henni streymt á: [landakirkja.is](#). Þeim sem vilja minnst Svölu er bent á félagið Villiketti í Vestmannaeyjum: Reikningsnúmer: 0582-14-601666, kt. 161160-2109.

Haukur Jónsson

Bjarki Jónsson

Jóhanna Inga Jónsdóttir

Björg Jóhannsdóttir

Ósk Gunnarsdóttir

Hólmgeir Austfjörð

ömmubörn og langömmubörn.

Sigurður Högni Hauksson



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Helgi S. Kristinsson

fyrrverandi verkstjóri í Fiskanesi, áður til heimilis að Ránargötu 4, Grindavík,

Lést á Hjúkrunarheimilinu

Viðihlið föstudaginn 18. september. Útförin fer fram í Grindavíkurkirkju föstudaginn 25. september kl. 14.00. Í ljósi aðstæðna munu einungis nánustu aðstandendur verða viðstaddir athöfnina. Þökkum auðsýnda samúð og hlýju.

Kristín Vilborg Helgadóttir

Elin Margrét Helgadóttir

Þorvaldur Þorvaldsson

Hallgrímur P. Sigurjónsson

Hafsteinn Þórir Haraldsson

Divina Thorvaldsson

barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginmaður minn, faðir og afi,

Haukur Gústi Jóhann Guðmundsson

Lést í Brákarhlíð þann 16. september. Útför fer fram frá Lindakirkju fimmtudaginn 24. september kl. 15.

Anna Magnea Jónsdóttir

Gunnar Örn Hauksson

Haukur Ársæll

Jóhann Örn

Sigrún Jóna

Kristbjörn



HITTU OKKUR Á FACEBOOK  / REKKJAN

KING KOIL

KING
KOIL
LUXURY
CAPRICE



KOMDU OG UPPLIFÐU NÝJA TILFINNINGU
Í AMERÍSKUM HEILSURÚMUM.



SJÓN ER SÖGU RÍKARI



„Svefngæðin jukust hjá mér og ég vakna úthvöldari
eftir að ég fór að sofa á King Koil.
Ég mæli persónulega og faglega með King Koil.“

Magni Bernhardsson B.Sc. D.C.
Kírópraktor/ Framkvæmdastjóri
Kírópraktorstofa Íslands

rekkjan
HEILSURÚM

Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 | 108 Reykjavík | 588-1955 | rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Miðvikudagur

Reykjavík

4 | 7

°C | ↓

Ísafjörður

-1 | 11

°C | ↓

Akureyri

2 | 3

°C | ↓

Egilsstaðir

3 | 5

°C | ↓

Kirkjubæjarkl

4 | 3

°C | ↓

Hveravellir

-2 | 7

°C | ↓

Norðlæg átt 8-15 í dag, en hægari um landið norðaustanvert. Dálítil væta suðaustantil, og el fyrir norðan, en léttir til suðvestanlands. Hiti 0 til 5 stig.

Fimmtudagur

Reykjavík

5 | 8

°C | ↓

Ísafjörður

-1 | 7

°C | ↓

Akureyri

2 | 9

°C | ↓

Egilsstaðir

3 | 11

°C | ↓

Kirkjubæjarkl

7 | 7

°C | ↓

Hveravellir

-3 | 12

°C | ↓

Föstudagur

Reykjavík

4 | 5

°C | ↓

Ísafjörður

-4 | 2

°C | ↓

Akureyri

-7 | 1

°C | ↓

Egilsstaðir

0 | 2

°C | ↓

Kirkjubæjarkl

4 | 3

°C | ↓

Hveravellir

-2 | 3

°C | ↓

LÉTT

	5		3				1
		3	6	1		2	9
7			8				
4		7			6		
3				4		1	
	1		2	3	4		5
5	7					2	8
	8	2	1	7	5		
		4					

MIDLUNGS

2			8	4			
3				5			9
	7	8	9				5
		9	2		6	1	
		3				2	7
	1			7	9	4	
		7	1		3	8	
			3	9		6	
				8	1		

PUNG

		5			6	7	
1	2	9		7			8
							9
	3					4	
		6			9	5	
8	7		1		3		
	4		2	9		6	
9		1	5				4
							8

Krossgáta

LÁRÉTT

1 pretta

5 aftra

6 íþróttafélag

8 eldast

10 ódagot

11 þrá

12 rétt

13 litlaus

15 tappa

17 embætti

LÓÐRÉTT

1 óhlífð

2 gastegund

3 þakskegg

4 gagn

7 meðhöndla

9 kveina

12 ánægð

14 stígandi

16 óró

1	2	3		4	
5				6	7
8			9		
10				11	
		12			
13	14				
15				16	
	17				

Skák

Gunnar Björnsson

Ketonen átti leik gegn Schenkel í Finnlandi árið 1989.

1. He7! Rh5 (1...Rd7 2. Hxd7! Bxd7 3. Re4). 2. Hxc7 Bd3 3. g4 Rf6 4. He7 1-0.

Alexander Oliver Mai og Lenka Ptácníková eru efst með 3 vinninga í b-flokki Haustmóts TR eftir fjórar umferðir. Þorvarður F. Ólafsson og Pétur Pálmi Harðarson koma næstir með 2½ vinning. Fimmta umferð fer fram í kvöld.

www.skak.is: Haustmót TR.

Hvítur á leik

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17

7	6	9	4	3	1	5	8	2								
3	8	5	9	2	6	1	4	7								
1	4	2	5	7	8	6	9	3								
4	1	6	2	5	7	8	3	9								
8	5	7	1	9	3	2	6	4								
9	2	3	6	8	4	7	5	1								
2	3	8	7	4	5	9	1	6								
5	7	1	3	6	9	4	2	8								
6	9	4	8	1	2	3	7	5								
7	6	3	8	1	4	9	2	5								
8	9	5	7	2	6	4	1	3								
4	1	2	9	3	5	6	7	8								
3	4	9	6	7	2	5	8	1								
1	5	7	3	4	8	2	6	9								
2	8	6	5	9	1	3	4	7								
5	2	8	1	6	3	7	9	4								
6	7	1	4	5	9	8	3	2								
9	3	4	2	8	7	1	5	6								
8	2	4	9	3	5	1	6	7								
3	9	7	2	6	1	8	4	5								
1	5	6	7	8	4	3	2	9								
6	1	5	8	9	7	4	3	2								
7	3	8	1	4	2	9	5	6								
2	4	9	6	5	3	7	8	1								
9	7	3	5	2	8	6	1	4								
4	6	2	3	1	9	5	7	8								
5	8	1	4	7	6	2	9	3								

Prautin 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.

NÝ SENDING

Tískan

persona

by MARINA RINALDI

Skipholti 21 | Sími 551 0770

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



Það má segja að ég hugsi í myndum og tilfinningum en Andri í sögum og hugmyndum, segir Anní. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Saga um fjarlægar tilviljanir

Þriðji póllinn, sem er heimildarmynd Andra Snæs Magnasonar og Anníar Ólafsdóttur, verður frumsýnd á morgun, fimmtudag.

Kolbrún
Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

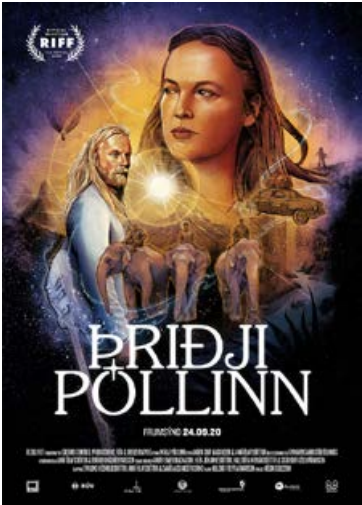


Þriðji póllinn er heimildarmynd í leikstjórn Andra Snæs Magnasonar og Anníar Ólafsdóttur sem frumsýnd verður 24. september. Myndin segir sögu Högna Egils-sonar tónlistarmanns og Önnu Töru Edwards, íslenskrar konu sem ólst upp í frumskógum Nepal.

„Þegar Högni steig fram með sögu sína af geðhvörfum hafði Anna Tara samband við hann. Hún vildi efna til tónleika í Nepal til vitundarvakningar um geðsjúkdóma og fékk hann til að spila þar. Högni hringdi síðan í okkur Anní og spurði hvort við værum tilbúin að koma til Nepal og gera verkefninu skil,“ segir Andri Snær. „Þegar við komum til Nepal blasti við hálfgerð Karen Blixen saga. Anna Tara, hálfíslensk og hálfbresk, ólst upp í frumskógum Nepal. Mamma hennar, gullfalleg kona, fór þangað um tvítugt og ól upp börn sín innan um tigrisdýr og nashyrninga. Hún fékk síðan geðhvörf og sjálf fékk Anna Tara geðhvörf upp úr tvítugu.“

Ferða- og vináttusaga

„Þetta er ferðasaga Önnu Töru og Högna. Þetta er líka saga um fjarlægar tilviljanir. Högni fer í viðtal á Íslandi og vakning verður til í Nepal. Þetta er ferðasaga og vináttusaga þar sem þau deila reynslu sinni af því að vera með geðhvörf. Við erum þó engan veginn að skilgreina þau út frá læknisfræðilegum hugtökum,“ segir Anní. Við birtum þau fyrst og fremst sem manneskjur



**VANDINN ER ÞÖGG-
UNIN OG EINA LEIÐIN
TIL AÐ KVEÐA HANA NIÐUR ER
AÐ SEGJA NAFNIÐ Á ÞESSARI
SKÖMM SVO HÁTT AÐ ALLIR Í
KONUNGRÍKINU HEYRI.**

Andri Snær

og við töldum það mikilvægt, að manneskjuvæða geðsjúkdóma. Eftir nána samvinnu í fjögur ár, þá myndi maður aldrei skilgreina þau sem „veik“. Þeir sem eru með geðhvörf þurfa að passa sig og það geta komið mjög erfið tímabil,“ segir Andri. „Lífsreynslan gefur þeim innsæi og skilning. Það mætti frekar segja að þau séu sterk andlega, þótt þau geti stundum orðið veik.“

Andri Snær og Anní fóru tvær ferðir til Nepal. „Þetta var mikið ævintýri. Við fórum inn í annan heim og sagan skapaðist jafnóðum.

Anna Tara og Högni eru flottar manneskjur og það var gaman að vera í félagsskap þeirra,“ segir Anní.

Klassískt ævintýraminni

„Saga sjálf fylgir hinu klassíska ævintýraminni,“ segir Andri Snær. „Söguhetja í vanda kallar til sin hetjuna úr norðri. Vandinn er þögg-unin og eina leiðin til að kveða hana niður er að segja nafnið á þessari skömm svo hátt að allir í konungsríkinu heyri. Saman ganga Högni og Anna Tara í gegnum ákveðnar þrautir áður en þau eru tilbúin til að stíga á svið og kveða niður skömm-ina.

Myndin er að hluta til ævintýri, við ferðumst um framandi landslag og Högni segir okkur myndnar manúsögur. Síðan fær Högni símtal að heiman þar sem honum er sagt að kunningi hans hafi svipt sig lífi. Þá opinberast að þessi sjúkdómur er ekki bara hæðin og flippið heldur borga menn fyrir hæðina með lægðinni og það er ástand sem getur orðið lífshættulegt.“

Spurður hvernig hann kunni við sig í hlutverki leikstjóra segir Andri Snær: „Sem rithöfundur vinn ég mikið í einrúmi en samvinnan í leikhúsi og kvikmyndum er nærandi. Ég lærði margt af Þorfinni heitnum Guðnasyni þegar við gerðum saman Draumalandið. Það er ákveðin áskorun að segja sögur gegnum aðra miðla.“

Þau segja samvinnuna hafa verið mjög ánægjulega. „Þetta flæddi bara mjög eðlilega. Það mætti segja að ég hugsi í myndum og tilfinningum en Andri Snær í sögum og hugmyndum. Við náum að skarast í miðjunni í einum kjarna og bætum hvort annað upp. Sýn okkar beggja er í verkinu,“ segir Anní.

píanóleikari sem jafnframt kynnir efnisskrána.

„Með þessu viljum við beina sjón-um að því sem hefur verið þurrkað út úr tónlistarsögunni í gegnum árin. Það hefur nefnilega viljað brenna við í umfjöllun um tónlist að mikið er gert úr einkalífi gagnkynhneigðra tónskálda á meðan allt sem tengist lífi hinsegin tónskálda er þaggjað niður,“ segir Árni Heimir Ingólfsson, píanóleikari og tónlistarfræðingur, sem eins og áður segir verður kynnir. – kb



Árni Heimir
Ingólfsson

etta og áberandi í tónlistarlífi Englands á fyrstu áratugum 20. aldar.

Flytjendur eru Sigrún Eðvaldsdóttir fiðluleikari, Eyjólfur Eyjólfsson tenór, Hallveig Rúnarsdóttir sópran og Árni Heimir Ingólfsson

Lesið á loftinu

Lesið á loftinu er endurvakinn viðburður í Hannesarholti. Anna Sigríður Helgadóttir söngkona les fyrir börnin sunnudaginn 27. september klukkan 13. Enginn aðgangseyrir.

Hún les bókina Norn eftir Kim Fupz Aakeson og Rasmus Bregnhøi í þýðingu Guðna Kolbeinssonar.

Pabbi hefur eignast kærustu. Hún er með sitt hár, sitt, grænt og úfið. Og skemmdar tennur. Vörtur. Uppmjóan hatt. Það er brennisteinslykt af henni. Hún er hvorki meira né minna en Norn.



Anna Sigríður Helgadóttir söngkona. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

LOKAVIKAN
LÝKUR UM HELGINA

**DANSKIR
DAGAR**

20%

AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM DÖNSKUM VÖRUM*

DC 3600

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

2ja sæta, stærð: 143 x 80 x 80 cm 191.992 kr. 239.990 kr.	3ja sæta, stærð: 202 x 80 x 80 cm 239.992 kr. 299.990 kr.
--	--

Á hinsegin nótum í Hörpu

Fjörir íslenskir tónlistarmenn koma fram á tónleikum í Norðurljósum Hörpu klukkan 16.00, laugardaginn 26. september, þar sem flutt verða verk sem eiga það sameiginlegt að höfundar þeirra voru hinsegin. Meðal þeirra tónskálda sem eiga hlut að máli eru Pjotr Tsjajkovskij, Francis Poulenc, Benjamin Britten, Samuel Barber og Stephen Sondheim. Einnig verða flutt verk eftir franska barokktónskáldið Jean-Baptiste Lully og hina ensku Ethel Smyth, sem var súffrag-



Árni Heimir
Ingólfsson

etta og áberandi í tónlistarlífi Englands á fyrstu áratugum 20. aldar.

Flytjendur eru Sigrún Eðvaldsdóttir fiðluleikari, Eyjólfur Eyjólfsson tenór, Hallveig Rúnarsdóttir sópran og Árni Heimir Ingólfsson



Þú finnur bæklinginn
husgagnahollin.is

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

**HÚSGAGNA
HÖLLIN**

www.husgagnahollin.is

Sími: 558 1100

Miðvikudagur

HRINGBRAUT

20.00 Nýsköpun á Íslandi Ágengum spurningum um atvinnulífið svarað á lönþingi 2020.

20.30 Viðskipti með Jóni G. Í viðskiptaþættinum með Jóni G. Haukssyni er rýnt í verslun og viðskipti landsmanna með aðstoð sérfræðinga og stjórnenda atvinnulífsins.

21.00 21 - Fréttapáttur á miðvikudegi er upplýsandi umræðu- og fréttaskýringaþáttur undir stjórn þeirra Lindu Blöndal og Sigmundar Ernir, með áherslu á innlendar og erlendar fréttir, þjóðmál, menningu og lífsreynslu.

21.30 Klíníkin Í þáttunum fylgir Helga María Guðmundsdóttir konum í gegnum ferlið á fegrunaraðgerðum hjá Kára Knúts – atriði í þættinum geta valdið óhug viðkvæmra áhorfenda.

RÚV SJÓNVARP

13.00 Spaugstofan 2005 - 2006

13.25 Á tali hjá Hemma Gunn 1993-1994

14.45 Gettu betur 2014

15.45 Kastljós

16.00 Menningin

16.10 Ljósmyndari ársins

16.40 Persónur og leikendur-

Bryndis Pétursdóttir Bryndis Pétursdóttir var uppgötvuð, þar sem hún starfaði á unglingsaldri sem sætavísa í Tjarnarbiði. Hún fékk tækifæri til að leika í nokkrum af kvikmyndum Lofts Guðmundssonar á 5. áratugnum og vakti töluverða athygli. Bryndis veiktist af þessum völdum af leiklistarbakteriunni og hefur ekki almennilega læknað síðan.

17.20 Poppkorn 1987

17.50 Táknmálsfréttir

18.00 KrakkaRÚV

18.01 Hróturinn Hreinn

18.08 Kúlugúbbarnir

18.30 Hæ, Sámur

18.37 Rán og Sævar

18.48 Minnsti maður í heimi

18.50 Krakkafréttir

18.54 Vikiinglotto

19.00 Fréttir

19.25 Íþróttir

19.30 Veður

19.35 Kastljós Ítarleg umfjöllun um það sem er efst á baugi í fréttum og mannlífi. Farið er ofan í kjólinn á stærstu fréttamálum dagsins með viðmælendum um land allt.

19.50 Menningin

20.00 Örlagasinfónía Beethovens Heimsending frá Sinfóníuhljóm-sveit Íslands

21.00 Versalir. Versailles

22.00 Tiufréttir

22.15 Veður

22.20 Hulin fortíð afa míns. STAY BEHIND - mín farfars hemmelige krig Ida Grön kvikmyndagerðarkona rannsakar fortíð afa síns. Hana grunar að 94 ára ástkær afi hennar hafi unnið fyrir CIA á tímum kalda stríðsins í Danmörku, en hann lætur ekkert uppi.

23.50 Undirrót haturs. Why We Hate

00.30 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

09.00 **LPGA Tour 2020**

12.00 **LPGA Tour 2020**

15.00 **LPGA Tour 2020**

18.00 **Champions Tour Highlights**

18.55 **PGA Special. One Shot Away**

19.25 **LPGA Tour 2020**

22.25 **PGA Highlights 2020**

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió

FM 89,5 Retro

FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan

FM 93,5 Rás 1

FM 95,7 FM957

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 **Síminn + Spotify**

12.30 **Dr. Phil**

13.15 **The Late Late Show**

14.00 **The Unicorn**

14.25 **The Block**

15.25 **90210**

16.30 **Family Guy**

16.50 **The King of Queens**

17.10 **Everybody Loves Raymond**

17.35 **Dr. Phil**

18.20 **The Late Late Show**

19.05 **The Good Place**

19.30 **American Housewife**

20.00 **The Block**

21.00 **Transplant**

21.50 **68 Whiskey**

22.35 **Love Island**

23.30 **The Late Late Show**

00.15 **Hawaii Five-0**

01.00 **Blue Bloods**

01.45 **Tommy**

02.30 **How to Get Away with**

Murder Bandarísk sakamálapátta-röð sem vakið hefur verðskuldaða athygli. Annalise Keating er lögfræðingur og kennari sem leysir flóknar morðgátur með nemendum sínum en enginn er með hreina samvisku.

03.15 **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 **Á reki með KK**

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 **Bleikmáninn ris - Líf og list**

Nicks Drake. Leiðin í blámann

15.00 **Fréttir**

15.03 **Svona er þetta**

16.00 **Siðdegisfréttir**

16.05 **Viðsjá**

17.00 **Fréttir**

17.03 **Lestin**

18.00 **Speigillinn**

18.30 **Hlustaðu nú!**

18.50 **Veðurfregnir**

18.53 **Dánarfregnir**

19.00 **Mannlegi þátturinn**

20.00 **Sinfóniútónleikar**

21.10 **Kirkjan og þjóðin** Hvernig er hægt að skilja að ríki og kirkju?

22.00 **Fréttir**

22.05 **Veðurfregnir**

22.10 **Samfélagið**

23.05 **Lestin**

00.00 **Fréttir**

00.05 **Næturútvarp Rásar 1**

STÖÐ 2 BÍÓ

11.35 **Dan in Real Life**

13.10 **United Skates**

14.35 **Jumanji**

16.15 **Dan in Real Life**

17.50 **United Skates**

19.15 **Jumanji**

21.00 **God's Own Country**

22.40 **Sniper. Ultimate Kill**

00.10 **Nasty Baby**

01.50 **God's Own Country**

STÖÐ 2

08.00 **Heimsókn**

08.20 **The Good Doctor**

09.05 **Bold and the Beautiful**

09.25 **Gilmore Girls**

10.05 **Feðgar á ferð**

10.30 **Masterchef USA**

11.10 **Brother vs. Brother**

11.50 **Fósturbörn**

12.35 **Nágrannar**

12.55 **Falleg íslensk heimili**

13.30 **Á uppleið**

13.55 **Grand Designs**

14.40 **Gulli byggir**

15.05 **Lóa Pind. Bara geðveik**

15.35 **Sporðaköst 6**

16.00 **Kórar Íslands**

17.35 **Bold and the Beautiful**

18.00 **Nágrannar**

18.26 **Veður**

18.30 **Fréttir Stöðvar 2**

18.50 **Sportpakkin**

18.50 **Ísland í dag**

19.05 **Vikinglottó**

19.10 **Matarbill Evu**

19.40 **10 Years Younger in 10 Days**

20.25 **The Commons**

21.10 **Quiz**

22.10 **Absentia**

23.05 **Sex and the City**

23.35 **LA's Finest**

00.25 **NCIS. New Orleans**

01.05 **Animal Kingdom**

01.50 **Animal Kingdom**

02.35 **Counterpart**

03.30 **Counterpart**

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 **Barnaefni**

19.55 **Friends**

20.20 **Friends**

20.45 **Modern Family**

21.10 **Warrior**

21.55 **His Dark Materials**

22.55 **High Maintenance**

23.20 **Næturvaktin**

23.45 **Friends**

00.10 **Friends**

00.30 **Modern Family**

STÖÐ 2 SPORT

08.50 **Ísland - Svíþjóð**

10.30 **Dominos Kórfuboltakvöld kvenna**

11.15 **Seinni bylgjan - kvenna**

Markaður Olís deildar kvenna.

11.55 **ÍA - Gróttá**

13.40 **Stjarnan - Valur**

15.20 **17. umferð** Guðmundur Benediktsson fer yfir síðustu umferð Pepsi Max deildar karla.

16.30 **Ísland - Svíþjóð**

18.15 **Dominos Kórfuboltakvöld kvenna**

19.05 **Haukar - Skallagrímur** Bein útsending frá leik í Dominos deild kvenna.

21.10 **Ítölsku mörkin**

22.00 **Seinni bylgjan - karla** Markaður Olís deildar karla.

STÖÐ 2 SPORT 2

07.30 **Iberostar Tenerife - Casademont Zaragoza** Frá leik í spænsku meistarakeppninni í kórfubolta.

09.15 **TD Systems Baskonia - Valencia Basket**

10.55 **Nottingh. Forest - Cardiff City**

12.35 **Coventry - QPR**

14.20 **Football League Show**

14.45 **UEFA - Forkeppni Meistara-deildarinnar**

16.30 **The Fifth Quarter**

16.50 **Valencia Basket - Morbank Andorra** Bein útsending frá leik í ACB spænska kórfuboltanum.

18.55 **UEFA - Forkeppni Meistara-deildarinnar**

Dagskráin á Hringbraut

21



Fréttir og fagmennska

Linda Blöndal og Sigmundur Ernir stjórna **fréttapættinum 21**

á **Hringbraut** á **hverju kvöldi**

frá **mánudegi** til **fimmtudags**

og spegla þar **þjóðfélagið** í sinni

margbreytilegustu mynd á

upplýsandi og **áhugaverðan** hátt

h

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

Fylgstu með!

9

dagar
til jóla!



SVO ÞÚ FÁIR HÚSGÖGNIN ÖRUGGLEGA HEIM FYRIR JÓLIN
- ALLT AÐ **20% AFSLÁTTUR** AF PÖNTUNUM

WENDELBO

Minotti

ROLF
BENZ

KFF

kristensen:kristensen

FLORIS
FLORENTINO MADE IN ITALY

Secto
DESIGN

PBJ

MÓDERN

- heimur fágaðra möguleika

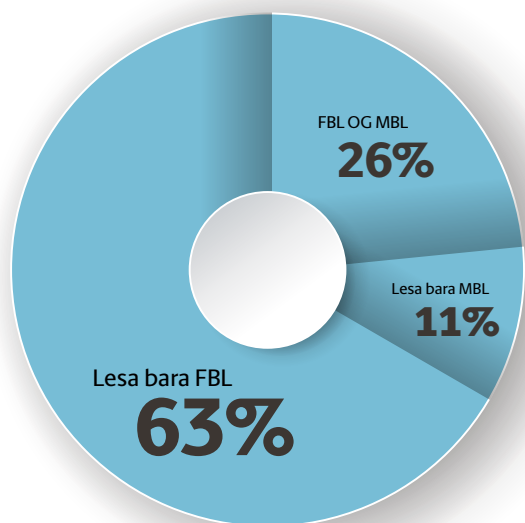
WWW.MODERN.IS · FAXAFEN 10 · 108 REYKJAVÍK · 534 7777

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

89%

Með því að auglýsa í Atvinnublaðinu nær þitt fyrirtæki til **89%** lesenda dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu.



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is



Heiður Magný segist sjálf hafa orðið mun meðvitaðri um umhverfismál með árunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Við höfum áhrif sem neytendur

Plastlaus september fór fram með breyttu sniði vegna heimsfaraldursins. Áherslan var því sett á að deila áhugaverðu fræðsluefni þar sem neytendur eru hvattir til að gæta að plastnotkun sinni.

Árverkniátakið Plastlaus september hefur nú farið fram í ár með örlítið breyttu sniði vegna heimsfaraldursins. Tilgangur verkefnisins er að vekja fólk til umhugsunar um plastnotkun. Í Plastlausum september eru neytendur hvattir til að nota minna af einnota plasti og velja frekar vörur úr öðru hráefni þegar það er hægt. Heiður Magný Herbertsdóttir er formaður samtakanna um Plastlausan september.

„Plastlaus september byrjaði árið 2017 og voru samtökin stofnuð af fjórum nágrannakonum. Fyrir tveimur árum auglýsa þær svo eftir fólki til að bætast í hópinn. Vinkona mín sér auglýsinguna og drífur mig með. Við tvær höfum því verið viðloðandi starfseminna síðan þá,“ segir Heiður Magný, en átakið hefur vaxið gríðarlega mikið með árunum og æ fleiri taka þátt.

Heiður segir áhuga sinn á umhverfisvernd og skynsemi í neyslumynstri hafa aukist með árunum, þetta hafi ekki endilega alltaf verið málefni sem hafi brunnit á henni.

„Það hefur verið ótrúlega mikil umhverfissvakning á síðustu árum. Það verður alltaf ljósara að við stöndum frammi fyrir stóru vandamáli. Loftslagsmál, bráðnun jökla og allt sorpið sem við á Vesturlöndum skiljum eftir okkur. Maður verður einhvern veginn meðvitaðri um þetta þegar maður eldist.“

Hún segir aðkomu sína að samtökunum hafa haft mikil áhrif á eigin neysluvenjur.

„Algjörlega. Það sem við leggjum

ÞAÐ HEFUR VERIÐ ÓTRÚLEGA MIKIL UMHVERFISVAKNING Á SÍÐUSTU ÁRUM. ÞAÐ VERÐUR ALLTAF LJÓSARA AÐ VIÐ STÖNDUM FRAMMI FÜRIR STÓRU VANDAMÁLI.

VIÐ VILJUM MEINA AÐ ÞAÐ SÉ BEST AÐ BYRJA Á EINNI LÍTILLI BREYTINGU, ÞÚ BORDAR EKKI ALLAN FÍLINN Í EINU.

lika upp með í Plastlausum september er að fólk nýti sér mánuðinn til að tileinka sér einhverja breytingu og bæta siði. Einstaklingarnir byrji þá á því í september en svo vonandi helst það við.

Viðburðurinn var með nokkuð breyttu sniði í ár.

„Við byrjuðum mánuðinn á því að fá nokkrar umhverfissvænar verslanir með okkur í lið og vorum með svokallaðan rafrænan „pop-up“-markað. Þar gátu viðskiptavinir keypt plastlausar og umhverfissvænar vörur á tilboði. Vegna aðstæðna höfum við líka nýtt okkur það að vera mjög virk á samfélagsmiðlum og vorum með fræðslu um plastlausar lausnir á Facebook og Instagram. Við létum gera mikið af nýju og góðu kynningarefni sem hjálpar vonandi fólki að komast af stað,“ segir hún.

Heiður segir mikla vinnu hafa verið lagða í heimasíðuna.

„Við erum búin að þýða hana

yfir á ensku, það gerðist í byrjun september. Svo erum við núna að klára að þýða hana á pólsku, hún verður líklega tilbúin í næstu viku. Á síðunni ættu flestir að geta aflað sé allra helstu upplýsinga hvernig er hægt að byrja, eða í það minnsta fengið hugmyndir um hvernig hægt er að byrja að minnka plastnotkun sína,“ segir Heiður Magný.

Hún segir fólk ólíkt og því henti ekki öllum endilega það sama.

„Við viljum meina að það sé best að byrja á einni litilli breytingu, þú bordar ekki allan fílinn í einu,“ segir Heiður og hlær. „Það er sniðugt að byrja á litilli breytingu og þegar hún er orðin að vana, þá getur maður tekið fyrir aðra breytingu.“

Hún bætir við að það sé algengara að fólk gefist upp reyni það að fara of geyst í breytingarnar.

„Það er nánast ógerningur að vera alveg plastlaus í nútíma samfélagi. Það er mjög erfitt, allavega eins og staðan er í dag. En það hafa átt sér stað miklar breytingar bara frá því ég byrjaði í samtökunum árið 2018. Núna fær maður til dæmis bambustannbursta og eyrnapiðna bara úti í næstu matvöruverslun. Áður var bara hægt að fá slíkt í sérverslunum eða á netinu.“

Hún segist líka finna fyrir því að matvælaframleiðendur séu orðnir mun meðvitaðri.

„Margir þeirra eru farnir að leita leiða til að minnka plastnotkun, til dæmis eins og kjötframleiðendur. Þetta er allt að þróast í rétta átt. Þó að allt gerist ekki á einni nóttu, þá er þetta að breytast smám saman. Sem neytendur, þá höfum við áhrif,“ segir Heiður Magný.

steingerdur@frettabladid.is

Ennþá meira úrval af listavörum

WorkPlus
Strigar frá kr. 195



Kolibri penslar
Handgerðir þýskir penslar
í hæsta gæðaflokki
á afar hagstæðu verði



kolibri®

Kolibri trönur
í miklu úrvali, gæða-
vara á góðu verði



Íblöndunarefni fyrir akrýl og olíulíti.

4 FYRIR 3 TILBOÐ
AF AMSTERDAM
ACRYLIC 120ML



AMSTERDAM
dream + create

van Gogh
The Quality Brand

REMBRANDT
The Professional Choice



Verkfæralagerinn

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

Listverslun.is

BAKÞANKAR

Davíðs Þorlákssonar



Eitt ár

Í byrjun mánaðarins var ár liðið frá því að þriðji orkupakkinn var samþykktur. Sum töluðu fyrir rúmu ári síðan eins og hér væru á ferðinni ein mestu afglöp síðari tíma, ef ekki fyrri tíma líka. Það er því ekki úr vegi á þessum tímamótum að skoða hvað hefur breyst.

Það er skemmst frá því að segja að nákvæmlega eins og ríkið, meginþorri sérfræðinga og hagsmunasamtök í atvinnulífinu héldu fram þá hefur lítið sem ekkert breyst. Raforkuverð hefur ekki rokið upp og Evrópu-sambandið er ekki byrjað að undirbúa lagningu sæstrengs hingað til lands þvert gegn vilja heimamanna.

Í raun er óbreytt ástand stærstu fréttirnar. Með því að innleiða pakkann uppfylltum við þjóðréttarlegar skuldbindingar okkar og stöðum vörð um stöðu okkar á Evrópska efnahagssvæðinu. EES er mikilvægasta samstarf sem við eigum aðild að. Með aðgangi að innri markaði Evrópu bætum við lífskjör allra landsmanna. Það hefur fært okkur margvíslegt viðskiptafrelsi á ýmsum sviðum.

Það er líka mikilvægt að orkumál verði áfram hluti af EES-samstarfinu. Í því sambandi má til dæmis benda á hve nátengd orkumál eru loftslagsmálum. Það blasir við að engin ein þjóð mun leysa þau. Fyrir Íslendinga er nærtækast að vinna sem mest að lausn loftslagsvandans á vettvangi EES.

Það er ágætt að hafa þetta í huga næst þegar fólk reynir að beita brögðum eins og þjóðrembu og hrakspám til að sporna gegn frjálsum viðskiptum og alþjóðlegu samstarfi. Sem betur fer rætast þær aldrei. Við erum alltaf betur sett með frjálsum viðskiptum og alþjóðlegu samstarfi.

Fyrir svanga ferðalanga

Kvikk
ON THE GO



SLOW COW
MIND COOLER
330 ML

299
KR/STK
906 KR/L



Kvikk
ON THE GO





Helgi Björns í beinni á laugardag

Hinn eini sanni Helgi Björns heldur áfram að skemmta þjóðinni í beinni útsendingu ásamt Reiðmönnum vindanna og frábærum gestum. Við ábyrgjumst stuð heima í stofu næstu laugardagskvöld.

Það er komin Helgi verður í opinni dagskrá í **Sjónvarpi Símans** kl. 20 og verður einnig streymt á **mbl.is** og í útvarpinu á **K100**.

Svona á sjónvarp að vera

ÞAÐ ER
KOMIN
HELGI



siminn.is









HÚSASMÍÐJAN



FM 100.5

