

## Líf mitt er ekki bara sorgin

Þórunn Erna Clausen gefur nú út sína fyrstu sólóplötu, kveðju til Sigurjóns Brink eiginmanns hennar, sem lést fyrir áratug. Þórunn er í dag ástfangin, nýbökuð móðir sem hefur lært að hjartað fyllist ekki, heldur stækkar. ➔22



FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



## Ætlaði að standa með henni

Tinna Garðarsdóttir lærði að meta litlu hlutina þegar vinkona hennar fékk krabbamein. ➔ 26



## Vildu nota allt sem var til staðar

Steve Christer og Margrét Harðardóttir hlutu í gær Hönnunarverðlaun Íslands árið 2020. ➔ 18



## Fimmtán prósent pissa undir

Viðar Örn er einn þeirra vísindamanna sem greint hafa þætti sem auka líkur á næturvætu. ➔ 28

## 30 DAGA SKILARÉTTUR

Það má skipta um skoðun\*

\*Sjá nánar á elko.is

ELKO



Steingrímur J. Sigfússon, forseti Alþingis. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

## Prófa að sleppa þingfundum á mánudögum

**KJARAMÁL** Forseti Alþingis og formenn þingflokka hafa sammælt um breytingar á skipun þingvinnunnar í tilraunaskyni fram að páskum. Er þetta liður í innleiðingu á styttingu vinnuvinnunnar sem unnið hefur verið að í samræmi við samninga á vinnumarkaði.

Samkvæmt samkomulaginu verða nefndafundir á mánudögum sem staðið geta til klukkan fimm. Engir þingfundir verða hins vegar á mánudögum en þeir hafa hafist klukkan þrjú og staðið til kvölds.

Á þriðjudögum, miðvikudögum og fimmtudögum verða þingfundir en hefjast fyrr en áður eða klukkan 13, „í þeirri von að slíkt stuðli að því að ljúka megi þingfundum fyrr,“ að því er fram kemur í tilkynningunni.

Þá verða hvorki þingfundir né nefndafundir á föstudögum á þessu síðasta vorþingi fyrir kosningar nema í þremur tilvikum sem gert er ráð fyrir í starfsáætlun þingsins.

„Þessar breytingar munu án efa koma sér vel bæði fyrir störfingmanna og starfsfólks og verða vonandi festar í sessi þegar fram í sækir,“ segir í tilkynningu um tilraunina á vef Alþingis. – aa

## AstraZeneca fær grænt ljós frá Lyfjastofnun

**COVID-19** Lyfjastofnun Íslands veitti í gærkvöld bóluefninu sem framleitt er af AstraZeneca markaðsleyfi hér á landi, sama dag og framkvæmdastjórn Evrópusambandsins veitti leyfi til notkunar á bóluefninu. Leyfisveitingin var veitt á grundvelli meðmæla Lyfjastofnunar Evrópu um að leyfa notkun bóluefnisins.

Bóluefni AstraZeneca er því þriðja bóluefnið sem fær markaðsleyfi hér á landi frá Lyfjastofnun á eftir bóluefnum frá BioNTech/Pfizer og Moderna. Ísland hefur tryggt sér 230 þúsund skammta af bóluefninu sem ætti að duga til að bólusetja tæplega þriðjung þjóðarinnar. – kpt

## Ó, skítuga Reykjavík



Röðin var löng á bílaþvottastöðvum viðs vegar um Reykjavíkurborg í gær, þar sem borgarþingur reyndu að skrúbba rykið af bifreiðum sínum. Snjóleysið í höfuðborginni undanfarnar vikur gerir það að verkum að ryk safnast á götur borgarinnar, þyrlast svo upp þegar bílar eiga leið hjá og sest á þá. Fyrir vikið er nóg að gera hjá bílaþvottastöðvunum og sérstaklega á föstudögum þegar öikumenn eiga leið fram hjá. FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARD

## Lögreglan með skotárás í garð Dags í forgangi

**LÖGREGLUMÁL** Hulda Elsa Björgevinsdóttir, sviðsstjóri ákærsviðs lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu, segir að rannsókn á skotárásinni fyrir utan heimili Dags B. Eggertssonar, borgarstjóra Reykjavíkur, sé í forgangi. Skotið var úr byssu í gegnum farþegahurðina á fjölskyldubíl Dags í vikunni.

„Rannsókn er í fullum gangi og málið í forgangi hjá okkur,“ segir Hulda sem vildi ekki tjá sig efnislega um rannsóknina, en sagði að verið væri að afla upplýsinga um málavexti. „Það er lögd rík áhersla á þetta mál og við ætlum að upplýsa það sem fyrst. Það er hagur allra að það sé gert,“ segir Hulda.

Margeir Sveinsson, aðstoðaryfir-lögregluþjónn hjá miðlægu deildinni, gat heldur ekki tjáð sig um rannsóknina en sagði að hún væri í fullum gangi. „Það er ekkert meira hægt að segja,“ sagði hann. – mhj

# Engin stefgjöld greidd af flutningi í útförum

Samningur milli Þjóðkirkjunnar og STEFs hefur verið undirritaður sem heimilur flutning á tónverkum í helgihaldi og safnaðarstarfi. Kirkjan greiðir 13 milljónir á ári og þurfa aðstandendur því ekki að greiða fyrir notkunina.

**ÞJÓÐKIRKJAN** Undirritaður hefur verið samningur milli Þjóðkirkjunnar og STEFs, sem heimilur opinberan flutning á tónverkum í helgihaldi og safnaðarstarfi. Samningurinn felur í sér að höfundarréttargjöld af allri hefðbundinni starfsemi sem undir Þjóðkirkjuna fellur verða greidd af Þjóðkirkjunni. Þar á meðal eru útfarir, þannig að útfararþjónustur hætta nú að innheimta slík gjöld af aðstandendum.

Jafnframt veitir samningurinn kirkjunni leyfi til að gera upptökur og standa fyrir netstreymi frá útförum, sem mjög hefur fæst í aukana á undanförunum misserum. Öll tónlistarstarfsemi Þjóðkirkjunnar er nú falin í einum samningi, sem vafalaust verður öllum til hægðarauka.

Greiðsla kirkjunnar til STEFs fyrir tónlistarnotkun er rúmlega þrettán milljónir króna á ári og er þá búið að greiða fyrir flutning tónlistar í messum, útförum og brúðkaupum, auk alls annars auglýsts safnaðarstarfs, alls um 8.000 athafnir á ári.

Á móti stofnar STEF með kirkjunni nýjan og öflugan tónlistarsjóð og lætur 20 prósent af greiðslum kirkjunnar renna í sjóðinn. Hlutverk sjóðsins verður að styðja vöxt og viðgang kirkjutónlistarinnar.

„Við erum afskaplega ánægð með þennan samning og við erum ekki síður ánægð með hvaða áhrif þetta hefur á aðstandendur. Kirkjan sér til þess að þetta verði í lagi og þetta hefur ekki í för með sér neinar viðbótargreiðslur af hálfu aðstandenda,“ segir Guðrún Björk Bjarnadóttir, framkvæmdastjóri STEFs.

Hún segir að upphæðin sem aðstandendur þurftu að greiða hafi ekki verið mjög há fyrir til dæmis lög spiluo í jarðarför en auðvitað



Löngu og farsælu samstarfi STEFs við helstu útfararþjónustur landsins er lokið. Mynd frá útför Guðrúnar Ögmundsdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGURARI

### Nýjar reglur

Forsaga þessa máls er sú að reglur mennta- og menningar-málaráðuneytisins frá 1974 um þóknun til höfunda vegna flutnings tónverka við guðsþjónustur og aðrar kirkjulegar athafnir voru felldar niður. Nýjar reglur voru settar og veitti þá ráðuneytið STEFi og Þjóðkirkjunni heimild til að ganga til samninga um sömu efnispætti.

Samningurinn var samþykktur á fundi kirkjuráðs fyrir nokkru og lýtur að því að greiða réttihöfum fyrir notkun tónlistar í öllu helgihaldi kirkjunnar. Tónlist nýtur höfundarréttar og greiðslu samkvæmt alþjóðlegum samningum í 70 ár eftir dauða höfundar.

Þetta hefur ekki í för með sér neinar aukagreiðslur af hálfu aðstandenda.

Guðrún Björk Bjarnadóttir, framkvæmdastjóri STEFs



skipti hver króna máli og það sé því ánægjulegt að þetta sé komið í höfn. „Aðstandendum munar auðvitað um allt.“

STEF vinnur nú að gerð sambærilegra samninga við önnur trú- og lífsskoðunarfélög. „Við erum búin að hafa samband og byrjuð að ræða við önnur stór trúfélög og viljum gera sambærilega samninga. Það er verk í vinnslu,“ segir Guðrún.

benediktboas@frettabladid.is

Masimo TIR-1



## SNERTILAUS HITAMÆLIR

- Handhægur og öruggur
- Nákvæm mæling á örfáum sekúndum
- Snerting við sjúkling óþörf
- Minni þörf á hlífðarbúnaði



Opið alla virka daga kl. 8-17

Rekstrarland | Vatnagörðum 10 | Sími 515 1100 | REKSTRARLAND



# HINIR 4WD FRÆKNU KOMDU OG REYNSLUAKTU

## NÝR TOYOTA HILUX

Enn meira afl og dráttargeta  
þjarkur búinn ríkulegum þægindum

### Kaupuki við aukahlutina þína\*

Þú kaupir aukahluti að eigin vali  
fyrir að lágmarki 300.000 kr. og  
færð aukalega 33" breytingu,  
heilsársdekk og felgur

Verðlistaverð kaupauka um  
**570.000 kr.**

## NÝR TOYOTA HIGHLANDER HYBRID

Spánnýr foringi sportjeppanna  
Toyota Hybrid hefur aldrei verið svona stór

## TOYOTA LAND CRUISER

Konungurinn er orðinn enn kraftmeiri  
Vertu áhyggjulaus við allar aðstæður

### 70<sup>th</sup> ANNIVERSARY

Veglegur kaupuki fylgir  
70 ára afmælisútgáfu\*\*

33" breyting, heilsársdekk og felgur  
Hliðarlistar  
Hlíf undir framstuðara  
Hlíf á afturstuðara  
Krómlisti á hlera  
Krómstútur á púst

Verðlistaverð kaupauka um  
**950.000 kr.**

## TOYOTA RAV4 PLUG-IN HYBRID

Eldsnöggur Plug-in Hybrid  
Sportjeppi sem gaman er að leika við



TOYOTA TRYGGINGAR  
váttryggt af TM



Toyota Kaupúni  
Kaupúni 6  
570 5070

Toyota Akureyri  
Baldurnesi 1  
460 4300

Toyota Reykjanesbæ  
Njarðarbraut 19  
420 6600

Toyota Selfossi  
Fossnesi 14  
480 8000



2018  
UMHVERFISVERDLAUN ATVINNULIFSINS  
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. \*Á ekki við um aðgerðir/aðkeypta hluti frá þriðja aðila. \*\*/\*\* Gildir ekki með öðrum tilboðum eða LX útfærslu Hilux/Land Cruiser 150 og á eingöngu við um nýja bíla. Birt með fyrirvara um villur.

TÖLUR VIKUNNAR 24.01.2021 TIL 30.01.2021

17.

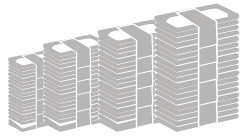
sæti er staða Íslands á lista Transparency International yfir spillingu og spillingarvitund í 180 ríkjum.



%

11,2

prósent launþega á Íslandi voru með tímakaup undir lágmarks-launum árið 2018.

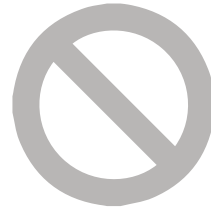


139

milljarða króna hljóða áætlaðar framkvæmdir hins opinbera á þessu ári upp á.

84

háttsettir Hvít-Rússar, þar á meðal Alexander Lúkasjenkó, mega ekki stíga fæti á íslenska grundu.



43

eru í einangrun á Íslandi vegna faraldursins.

## Þrjú í fréttum Hýrýrði, barneignir og húðvörur

### Þorbjörg Þorvaldsdóttir

formaður Samtakanna '78

segir svokölluð hýrýrði nauðsynleg til að lýsa raunveruleika hinsegin fólks. Þorbjörg, sem er með meistaraþróf í málvísindum, sat í dómnefnd Hýrýrða 2020. Þar voru meðal annars lögð til orðin kvár, stálp, mágkvár og svilkvár. Eina af ástæðunum að baki nýyrðunum segir Þorbjörg vera að fólk eigi það til að nota fornafrnið hán eins og nafnorð.



### Albertína Friðbjörg Eliasdóttir

þingmaður Samfylkingarinnar

ætlar að hætta á þingi og eignast barn.

Hún og eigendur hennar Dofri Ólafsson eiga nú von á sínu fyrsta barni en Albertína tilkynnti um fréttirnar á Facebook. Hún segist hafa mikla trú á málum sem Samfylkingin hefur talað fyrir á Alþingi og vonar að stuðningur verði við málstað flokksins í alþingiskosningum í haust.



### Unnar Þór Sæmundsson

eigandi Atomos.is

hefur bedið eftir CBD-húðvörum síðan í mars en þá voru þær haldlagðar á Keflavíkurflugvelli. Eigendurnir fengu þær upplýsingar að bedið væri eftir efnagreiningu en handahófræður hvaða CBD-vörur eru teknar í tollinum. Unnar segist viss um að síðasti söludagur varanna sé liðinn eða nálgist það fljótt.



# Burðardýr og verkafólk njóti verndar ákvæðis um mansal

Nýju frumvarpi dómsmálaráðherra um breytingar á mansalsákvæði er bæði ætlað að vernda þolendur og auðvelda ákærvaldinu saksókn. Helmingur mansalsmála, sem koma á borð lögreglu, varðar vinnu-mansal. Þriðjungur kynlífsþrælkun. Stærstur hluti verður að engu því að þolendur óttast afleiðingarnar.

**STJÓRN MÁL** Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir dómsmálaráðherra telur að frumvarp um breytingar á mansalsákvæði hegningarlaga muni auðvelda saksókn og bæta stöðu þolenda. „Ég tel að með þessu frumvarpi sé stigið stórt skref til að mæta þeim fjölbreytta og sístækkandi hóp sem getur verið þolendur mansals,“ segir hún.

Breytingin á að auka vernd verkafólks og ná yfir þvingaða brotastarfsemi, svo sem þjófnað, innbrot og smygl á fikniefnum. „Umræðan um mansal hefur að stórum hluta snúist um vændi, en mansal tengist ýmislegri skipulagðri brotastarfsemi og frumvarpið er þáttur í að bæta vernd þolenda allra þessara brota,“ segir Áslaug.

Aðeins þrjú mansalsmál hafa komið til kasta íslenskra dómstóla og aðeins einu sinni hefur verið sakfelld fyrir mansal. Árið 2010 voru fimm Litháar dæmdir til fimm og fjögurra ára fangelsisvistar fyrir hlutdeild í vændishagnýtingu 19 ára konu. Mun meiri fjöldi kemur á borð lögreglu, eða 74 mál árin 2015 til 2019.

Frumvarpið er samið í kjölfar ábendinga um nauðsyn á úrbótum, meðal annars frá frá eftirlitsnefnd Evrópuráðsins um mansalssamninginn frá 2005. Svala Ísfeld Ólafsdóttir, dósent við lagadeild HR, samdi frumvarpið.

„Brotapolarnir eru oft hræddir við gerendur sína og óttast hefndaraðgerðir gagnvart þeim sjálfum eða fjölskyldu. Þeir stíga sjaldnast fram sjálfir og eru oft ekki samvinnuþýðir. Þess vegna er mikilvægt að ríki myndi skjólvegg í löggjöf sinni um þolendur mansals.“ Málin



Fimm voru dæmdir fyrir hlutdeild í mansali árið 2010. Er það eina sakfellingin í Íslandssöggunni. FRÉTTABLAÐID/GVA

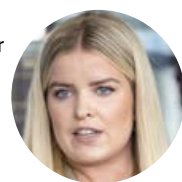
eru sérstaklega flókin þegar þau ná yfir landamæri eða tengjast skipulagðri brotastarfsemi. Þau komast oft ekki upp nema vegna ábendinga borgara eða verkalyðsfélaga. Eða þá eftir frumkvæðisvinnu innlendra eða erlendra lögregluþyrvalda.

„Þetta eru brot á helgustu mannréttindum hvarrar manneskju, umráðum yfir lífi hennar og líkama,“ segir Svala. Þetta fólk taki jafnvel á sig þunga fangelsisdóma. „Það má alveg spyrja sig hvort þolendur mansals sitji í fangelsum landsins.“

Þetta getur einnig átt við þó að fólk vitni um þvingun eins og í máli 19 ára spænskrar konu sem sakfelld var fyrir fikniefnasmygl árið 2013.

Ég tel að með þessu frumvarpi sé stigið stórt skref til að mæta þeim fjölbreytta og sístækkandi hóp sem getur verið þolendur mansals.

Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir dómsmálaráðherra



Dómari taldi vitnisburð hennar um hótanir og ofbeldi trúverðugan en hlaut hún engu að síður eins árs óskilorðsbundinn fangelsisdóm.

Um helmingur mansalsmála sem koma á borð lögreglunnar varðar vinnu-mansal og þriðjungur kynlífsþrælkun. Í árlegri skýrslu Ríkislög-reglustjóra frá 2019 er lýst áhyggjum af því að erlendir borgarar séu fluttir hingað og sæti mansali.

„Stóraukin umsvif, svo sem í byggingariðnaði, veitinga- og ferðaþjónustu, hefur í för með sér innflutning á verkafólki og lögreglan hefur metið það svo að mansal innan þessara greina hafi vaxið hratt á undanförunum árum,“ segir Áslaug. kristinnhaukur@frettabladid.is

## RAFMAGNAÐ ÆVINTÝRI MEÐ ALVÖRU 4X4

Einu rafknúnu Plug-In Hybrid jepparnir í sínum stærðarflokki með lágt drif. Ótrúlegt verð á bílum hlöðnum lúxusbúnaði.

GERIÐ VERÐSAMANBURÐ



4X4 JEEP RENEGADE PLUG-IN HYBRID VERÐ 5.499.000 KR.\*



4X4 JEEP COMPASS PLUG-IN HYBRID VERÐ 5.999.000 KR.\*

ISBAND

UMBODSADILI JEEP® OG RAM Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR  
S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16

Jeep



# Þú munt þakka þér fyrir sparnaðinn

Það er alltaf góð hugmynd að vera með reglulegan sparnað og koma fjármálunum í gott horf. Af hverju ekki að byrja í dag? Það er mun einfaldara en þú heldur.

Kynntu þér allt um sparnað á [islandsbanki.is](http://islandsbanki.is)





Ekki þurfti að fylla á tanka ónotaðra flugvéla. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Lítið flutt inn af eldsneyti vegna færri þotuferða

**VIÐSKIPTI** Innflutningsverðmæti eldsneytis féll um rúmlega 49 prósent á árinu 2020. Kemur þetta fram í nýjum tölum Hagstofu Íslands. Árið 2019 var flutt inn eldsneyti fyrir tæplega 94 milljarða króna en á árinu 2020 var sú tala aðeins tæplega 48 milljarðar.

» Innflutningsverðmæti eldsneytis féll um 49 prósent milli ára.

Finnbogi Gunnarsson sérfræðingur í utanríkisverslun hjá Hagstofunni segir þessa breytingu skýrast að langstærstum hluta af hrúni í innflutningi á þotueldsneyti. Heimsmarkaðsverð á olíu spilar þarna einnig rullu. „Olíuverð hækkaði aðeins í lok árs en það var lækun á eldsneytisverði milli ára,“ segir hann.

Eldsneytissala á bifreiðar lækkaði aðeins um 4 prósent, úr 362 þúsund rúmmetrum í 347 þúsund. Hrun í komu ferðamanna var að mestu leyti bætt upp með auknum ferðalögum Íslendinga innanlands. – kthg

## Selja hlutina í Íslandsbanka

**FJÁRMÁL** Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra hefur tilkynnt Bankasýslunni ákvörðun um að hefja sölumæðferð á hlutum ríkisins í Íslandsbanka.

Ráðuneytið hefur aflað umsagnar bæði fjárlaganefndar og efnahags- og viðskiptanefndar um söluna eins og skylt er. Í greinargerð ráðuneytisins komu fram upplýsingar um markmið sölunnar og hvaða söluáferð yrði beitt.

Bankasýslunni ber í samráði við ráðuneytið að tryggja að útfærslur verði í samræmi við ábendingar þingnefnda og hvort að það samræmist markmiðum ríkisins að greiddur verði út arður fyrir útboðið. Samkvæmt tilkynningu verður um að ræða sölu á 25 til 35 prósent eignarhlutarins að ræða. – kpt

# Telur sökina ósannaða og áfrýjar manndrápsdómi

**DÓMSMÁL** Arturas Leimontas var dæmdur í sextán ára fangelsi fyrir manndráp í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær með því að hafa kastað Egidijus Buzelis fram af svölum á þriðju hæð fjölbýlishúss við Skyggisbraut í desember 2019 með þeim afleiðingum að Buzelis lést.

Leimontas neitaði sök og hélt verjandi hans því fram að ákæru-



Arturas Leimontas var í haldi í einn og hálfan mánuð eftir atburðinn.

atriði væru ósönnuð. Buzelis hefði getað fallið fram af svölum með öðrum hætti en af mannavöldum.

Að mati dómsins var atburðarásin óskýr en að mati sérfræðinga var hins vegar talið líklegast að Buzelis hefði verið kastað eða hrint af afli fram af svölum.

Við meðferð málsins var atburðarás á vettvangi sviðsett og verk-

fræðingur meðal annars fenginn til að meta hvernig maðurinn hefði líklega fallið, með notkun brúðu í mannsliki af svipaðri hæð og þyngd og hinn látni. Var henni kastað úr sömu hæð og fram af jafn háu handriði og atburðurinn tekinn upp með nokkrum myndavélum.

Leimontas hefur ákveðið að áfrýja dómnum til Landsréttar. – aa

# Bálstofa og minningargarður á nýju skipulagi Garðabæjar

Nýr kirkjugarður og meðferðarheimili á vegum Barnaverndarstofu verða í Rjúpnadal, norðan við Vífilsstaðavatn í Garðabæ miðað við nýsamþykkt deiliskipulag sveitarfélagsins. Viðræður hafa átt sér stað um minningargarð og bálstofu á svæðinu. Beðið er eftir staðfestingu Skipulagsstofnunar á áformunum.

**GARÐABÆR** Bæjarstjórn Garðabæjar samþykkti síðastliðið haust nýtt deiliskipulag fyrir Rjúpnadal og breytingu á aðalskipulagi 2016 til 2030. Auk um fjögurra hektara hefðbundins kirkjugarðs á bærinn í viðræðum við Sigríði Bylgju Sigurjónsdóttur, mannvistfræðing sem stýrir verkefninu Tré lífsins, um að reisa bálstofu á sama svæði og eins hektara minningargarð sem tengist verkefninu. Beðið er samþykktar sýslumanns vegna þess.

Tré lífsins hyggst bjóða nýja valkosti við lífslök. Fólk getur eftir lát sitt fengið tré gróðursett þegar jarðneskar leifar þess eru jarðsettar í duftkeri.

Við hvert tré í minningargarðinum verður merkisskjöldur með nafni hins látna, dánardegi og fæðingarstað. Þá verður rafrænn kóði þar sem hægt verður að fara inn á sérstaka minningarsíðu um viðkomandi. „Tré lífsins er samfélagslegt verkefni þar sem hugað er að sjálfbærni og umhverfismálum út í ystu æsar,“ segir Sigríður Bylgja og að greftrunarathafnir verði óháðar trúarbrögðum. „Skipulagsyfirvöld í Garðabæ hafa verið mjög framsýn í þessu verkefni,“ sagði Sigríður Bylgja í viðtali í þættinum 21 á Hringbraut fyrir í vikunni.

Gunnar Einarsson, bæjarstjóri Garðabæjar, segir viðræður hafa hingað til verið óformlegar en stefnt sé á formlega umræðu um starfsemina og sjá verði hvernig fjármögnun tekst til hjá Tré lífsins.

Fyrir bálstofuna verður nýr brennsluofn fluttur til landsins frá Þýskalandi, knúinn metani. Aðeins einn brennsluofn er til á landinu, í bálstofu Fossvogskirkjugarðs, en sá er kominn til ára sinna, var tekinn í



Horft til norðurs til Kópavogs og á svæðið þar sem til stendur að útbúa kirkjugarð og reisa bálstofu. MYND/ADSEND

Tré lífsins er samfélagslegt verkefni þar sem hugað er að sjálfbærni og umhverfismálum út í ystu æsar.

Sigríður Bylgja Sigurjónsdóttir mannvistfræðingur



notkun árið 1948. Nýi ofninn krefst þess ekki að hinn látni sé í kistu til að mynda bálköst en samkvæmt lögum verður slíkt þó að vera.

Enn fremur er gert ráð fyrir því að reist verði meðferðarheimili á vegum Barnaverndarstofu á svæðinu með svipaða starfsemi og Stuðlar. „Heimilið myndi standa inni í miðjum birkiskógi, þar sem starfsemin fengi að vera í friði með fallegu útsýni í jaðri byggðar sem hentar slíkri starfsemi vel,“ segir Arinbjörn Vilhjálmsson skipulagsstjóri Garðabæjar.

Ekki hefur verið ákveðið hvenær framkvæmdir hefjast að hans sögn en það verður líklega í tengslum

við uppbyggingu í Vetrarmýri og Hnoðraholti þar sem kirkjugarðssvæðið verður nýtt til efnislosunar.

Rjúpnadalur er dalverpi norðan og ofan við Vífilsstaðavatn á mótis við Kjóavelli á milli Smalaholts og Rjúpnahæðar. Jaðar kirkjugarðsins verður nærri brúnum Smalaholts og þaðan er mikið útsýni til Vífilsstaðavatns, byggðar á höfuðborgarsvæðinu og Snæfellsjökuls. Deiliskipulag gerir ráð fyrir staðsetningu kennileitis á brún Smalaholts sem verður sýnilegt úr Garðabæ og jafnvel víðar og gæti verið áhugavert útilistaverk eins og útsýnisturn eða ljósaskúlptúr, segir Arinbjörn. linda@frettabladid.is

# Okkar er ánægjan!

Raforkukaupendur ON eru hæstánægðir annað árið í röð.

on  
ORKA NATTÚRUNNAR

ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUVOGIN



ljáajáajáajáajó  
áajáajáajáajó  
ljáajáajáajáajó  
áajáajáajáajó  
ljánægja!

Jánægðustu viðskiptavinir  
í farsímapjónustu í 12 ár!



Já, við erum húrrandi stolt, hrærð, hrist og himinhrópandi jánægð — en fyrst og fremst endalaust þakklát ykkur, elsku bestu viðskiptavinum Nova, fyrir topp Einkunn í Íslensku ánægjuvöginni tólfta árið í röð. Þið hvetjið okkur til að gera betur á hverjum einasta degi. Tólf stig til ykkar!

Stærsti  
skemmtistaður  
í heimi!

NOVA



## Hljóðritasjóður

Umsóknarfrestur er til 15. mars kl. 15.00

Auglýst er eftir styrkumsóknum í Hljóðritasjóð. Veittir eru styrkir til að taka upp nýja, frumsamda íslenska tónlist.

**Umsóknarfrestur er til 15. mars kl. 15.00 – athugið breyttað umsóknartíma.**

Umsóknarfrestir eru tvisvar á ári í mars og september. Verkefnum skal lokið innan árs frá úthlutun.

Framhaldsstyrkir eru ekki veittir til verkefna sem áður hafa hlotið styrk. Útgáfa má ekki hafa átt sér stað áður en umsókn um styrk berst Hljóðritasjóði.

Umsóknargögn eru á rannis.is.  
Umsóknum og lokaskýrslum skal skilað rafrænt.

Stjórn Hljóðritasjóðs.  
Rannís, sími 515 5838,  
hljodritasjodur@rannis.is.

Hlutverk Hljóðritasjóðs er að efla íslenska hljóðritagerð í tónlist til útgáfu.



## SKRÁÐU ÞIG Á PÓSTLISTANN

Fáðu blað dagsins sent rafrænt



FRÉTTABLAÐIÐ



Fyrirhugað er að setja upp um þrjátíu vindmyllur á Mosfellsheiði. Staðsetningin skiptir máli. MYND/ADSEND

# Huga þurfi að fuglum í vindmylluáformum

Í það minnsta 500 fuglar hafa fundist dauðir við vindorkuver í Noregi, þar af yfir hundrað ernir. Dýravistfræðingur segir mikilvægt að huga að fuglalífi við uppsetningu vindmylla. Þrjátíu vindmyllur eru fyrirhugaðar á Mosfellsheiði.

**ORKUMÁL** Í það minnsta 500 fuglar hafa fundist dauðir við vindorkuverið á eyjunni Smöla í Noregi á síðustu fjórtán árum. Þar af eru yfir hundrað ernir. Á síðustu tveimur árum hafa fundist fimm dauðir ernir á svæðinu. Þetta kemur fram á vef NRK. Kristinn Haukur Skarphéðinsson, sviðsstjóri dýravistfræðingur hjá Náttúrufræðistofnun, segir að líklega sé um enn fleiri fugla að ræða og að mikilvægt sé að huga að fuglalífi á svæðum þar sem fyrirhugað er að setja upp vindmyllur.

„Þetta er vel þekkt vandamál alls staðar og ákveðnar tegundir eiga það sérstaklega á hættu að lenda í vindmyllum,“ segir Kristinn Haukur og tekur dæmi um ránfugla. „Það þarf að taka tillit til þess hvaða tegundir eru á svæðinu þegar vindmyllurnar eru settar niður,“ bætir hann við.

„Varðandi vindmyllur hér á landi þá hafa náttúrulega tugir staða verið nefndir sem mögulegir vindmyllustaðir og þeir eru allt frá því að vera á fuglaríkustu svæðum landsins og upp í há fjöll þar sem ekki er von á mörgum fuglum, en þetta er flest á byrjunarreit hjá okkur,“ segir Kristinn Haukur.

**Þegar farleiðir liggja í gegnum svæðið aukast líkur á því að fuglar fari í vindmyllurnar.**

Kristinn Haukur Skarphéðinsson, dýravistfræðingur hjá Náttúrufræðistofnun



Fyrirhugað er að setja niður um þrjátíu vindmyllur á Mosfellsheiði, en í lok síðasta árs greindi Fréttablaðið frá því að stjórn Svifflugfélags Íslands hefði áhyggjur af því að vindmyllurnar gætu verið hættulegar svifflugmönnum og myndu jafnvel eyðileggja möguleikann til flugs á svæðinu. Aðspurður hvort fyrirhugaðar vindmyllur á Mosfellsheiði myndu hafa áhrif á fuglalíf, segir Kristinn Haukur að þar skipti staðsetningin höfuðmáli.

„Það eru svæði þarna í jaðrinum sem eru mjög fuglarík en svo er minna á háheiddinni. En það þarf einnig að huga að bæði fuglum sem hreinlega eiga heima á svæðinu og svo fuglum sem eiga leið þar

um. Þegar farleiðir liggja í gegnum svæðið aukast líkur á því að fuglar fari í vindmyllurnar,“ segir Kristinn Haukur.

Hann segir vilja bæði hjá yfirvöldum hér á landi og hjá Náttúrufræðistofnun til að huga vel að fuglalífi við uppbyggingu vindorkuvera á Íslandi. Hægt sé að fara ýmsar leiðir en byggja þurfi þær á rannsóknum. „Nýlega var til að mynda birt niðurstaða tilraunar þar sem borin voru saman tvö svæði í Bandaríkjunum þar sem mikið er af svokölluðum gullörnum. Á öðru svæðinu var búnaður sem nam ferðir fuglanna og með honum var hægt að draga um einhver sextíu prósent úr árekstrum. Það er verið að skoða alls konar svona búnað og viðvaranir,“ segir Kristinn Haukur.

Aðspurður um hvers konar viðvaranir hægt sé að nota fyrir fugla segir hann ýmislegt í boði. „Bæði er hægt að vera með nema á spöðunum svo fuglarnir sjái þá í myrkri eða nema sem verða varir við ferðir fuglanna og hægja þá á spöðunum,“ útskýrir Kristinn Haukur. „Aðalmálið er þó að reyna að velja staði þar sem minnstar líkur eru á árekstrum,“ bætir hann við.

[birnadrofn@frettabladid.is](mailto:birnadrofn@frettabladid.is)

## Sakfelldur án sönnunar á frumbroti

**DÓMSMÁL** Landsréttur þyngdi í gær tólf mánaða fangelsisdóm sem Hafþór Logi Hlynsson hlaut fyrir peningþvætti í Héraðsdómi Reykjavíkur árið 2018 og dæmdi hann í 20 mánaða fangelsi. Dómur Héraðsdóms um upptöku 2,5 milljóna í reiðufé og Tesla Model 2, árgætur 2014 í eigu Hafþórs, var staðfestur. Málið varðar 8,1 milljón króna sem Hafþóri Loga var gefið að sök að hafa aflað sér með refsiverðum brotum, en þau brot eru ekki talin upp í dómnum.

Sakfelling Hafþórs í málinu byggðist ekki síst á því að hann hafði áður verið sakfelldur tvívegis á árunum 2017 og 2018 fyrir fikniefnabrot og var í þessu máli gefið að sök hafa aflað sér peninganna með refsiverðum hætti í aðdraganda þess að hann keypti Tesluna í apríl 2017 án þess að ákærvaldið skýrði umrædd brot að öðru leyti en að vísa til fyrrnefndra refsídóma. Verjandi Hafþórs gerði kröfu um að ákærvaldinu yrði gert að til-



Hafþór Logi Hlynsson við aðalmeðferð Bitcoin málsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

greina og sanna frumbrotið, en Landsréttur féllst ekki á þann málflutning. Í dóminum er hins vegar ekki vikið frekar að því með hvaða hætti þessar átta milljónir voru fengnar, en Hafþór engu að síður sakfelldur fyrir peningþvætti án

þess að upplýst hafi verið nánar um uppruna hins meinta ólöglega fjár eða tilgreint hver hann hafi verið. Í dóminum er meðal annars vísað til skattaskýrslna Hafþórs og eigin konu hans um að peningarnir hafi verið illa fengnar. – **HK**



# VELKOMIN Á HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGA Í NETTÓ

KYNNTU ÞÉR ÖLL FRÁBÆRU TILBOÐIN Í HEILSUBLAÐINU

Fylgstu með og nálgastu upplýsingar á netto.is og Facebook-síðu Nettó varðandi leiki og ofurtilboð dagsins á Heilsudögum.



25%  
AFSLÁTTUR  
AF HEILSU- OG  
LÍFSSTÍLSVÖRUM

## OFURTILBOÐ - GILDIR ÞENNAN EINA DAG!

Laugardagur 30. jan.  
Tilboð dagsins



Isola Mjöldumjólk  
Ósætt - 1L

379 KR/STK  
ÁÐUR: 549 KR/STK

31%  
AFSLÁTTUR

Now D Vítamín  
120 geltöflur

928 KR/PK  
ÁÐUR: 1.289 KR/PK



28%  
AFSLÁTTUR

50%  
AFSLÁTTUR

Sellerí (kg)



Sunnudagur 31. jan.  
Tilboð dagsins



50%  
AFSLÁTTUR

Astaxanthin  
4 mg - 60 töflur

1.570 KR/PK  
ÁÐUR: 3.139 KR/PK

50%  
AFSLÁTTUR

Avókadó (kg)



Mánudagur 1. feb.  
Tilboð dagsins



Munnsprey  
B-12 Boost

1.380 KR/STK  
ÁÐUR: 2.759 KR/STK

Munnsprey  
D-lúx 3000

940 KR/STK  
ÁÐUR: 1.879 KR/STK



50%  
AFSLÁTTUR

50%  
AFSLÁTTUR

Sítrónur (kg)



nettó

Lægra verð - léttari innkaup

NÝTTU ÞÉR VEFVERSLUNINA

ÖLL TILBOÐ Á HEILSUDÖGUM MÁ FINNA Á NETTO.IS



HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGAR NETTÓ STANDA YFIR DAGANA 25. JANÚAR - 7. FEBRÚAR 2021

Tilboðin gilda meðan birgðir endast • Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl • Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Búðakór • Grandi • Mjódd • Lágmúli • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Íðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss



## Félagsmenn Eflingar

### Minnum á páskaúthlutun

### orlofshúsa

Umsóknartímabil hefst 1. febrúar og lýkur 18. febrúar

Um er að ræða vikuleigu, 31. mars til 7. apríl 2021.

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



Lögreglan réð illa við suma af fylgismönnum Trumps. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Rörasprengjum komið fyrir degi fyrir óeirðirnar

**BANDARÍKIN** Bandaríska alríkislögreglan, FBI, greindi frá því í gærkvöld að rörasprengjur sem fundust fyrir utan höfuðstöðvar flokka Repúblikana og Demókrata þann 6. janúar síðastliðinn hefðu verið þar yfir nótt.

Ekki hefur tekist að finna aðilann sem kom sprengjunum fyrir en áætlað er að þeim hafi verið komið fyrir um átta að kvöldi til, degi fyrir mótmælin við þinghúsið þar sem fimm manns létust.

Búið er að gefa út fleiri upplýsingar um einstaklinginn sem kom sprengjunum fyrir og hækka verðlaunafé fyrir ábendingar sem gætu leitt til handtöku. Sprengjurnar sem voru tengdar við klukkuna, fundust með mínútu millibili á sama tíma og stuðningsmenn Donalds Trump brutu sér leið inn í þinghúsið. Ekki hefur tekist að ráða úr því af hverju þær sprungu ekki, en vélmenn voru notuð til að farga sprengjunum síðar. – kpt

## Banna samkomur til að koma í veg fyrir mótmæli

**AUSTURRÍKI** Yfirvöld í Vínarborg í Austurríki sendu frá sér tilkynningu í gær um að ákveðið hefði verið að setja bann á fimmtán samkomur sem áttu að fara fram um helgina, vegna mótmæla í garð samkomutakmarkana stjórnvalda. Var það gert til að reyna að koma í veg fyrir hópamyndun og útskýrt að almannahagsmunir væru teknir fram yfir hag einstaklinganna. Von er á tilkynningu um næstu aðgerðir stjórnvalda í Austurríki eftir helgi og eru stjórnvaldamenn ekki á eitt sáttir um næstu aðgerðir. Samkvæmt viðskiptaráði Salzburg tapar efnahagslífið í landinu einum milljarði evra á viku miðað við núverandi fyrirkomulag.

Undanfarnar vikur hafa sífellt

fleiri mótmæli átt sér stað víðs vegar um Evrópu þar sem einstaklingar mótmæla aðgerðum stjórnvalda til að hindra útbreiðslu kórónaveirunnar. Að sögn lögreglunnar í Vínarborg var búið að boða til sautján mótmælafunda, ellefu þeirra á laugardegnum og sex á sunnudeginum. Slík mótmæli voru leyfð um síðustu helgi en ákveðið var að slíkt leyfi yrði ekki gefið út aftur, eftir að lögreglumenn sáu að flestir mótmælendur sinntu hvorki fjarlægðartakmörkum né grímuskyldu.

Lögreglan mun hafa mannafla til staðar til að sjá til þess að mótmælin fari ekki fram, en einstaklingar sem brjóta reglurnar eiga yfir höfði sér fjársektir. – kpt

## Vill að Írar fari íslensku leiðina á landamærum

**ÍRLAND** Leo Vardakar, aðstoðarforsetisráðherra Írlands, tilkynnti á fimmtudag um hertari sóttvarnaaðgerðir á komandi vikum. Sagði hann að lítið yrði til Íslands sem fyrirmyndar hins nýja fyrirkomulags, sem liggur þó ekki nákvæmlega fyrir hvernig útfært verður.

„Við tökum ákvörðun mjög fljótlega. Þetta er módelið sem Íslendingar nota, tvær prófanir með fimm daga millibili og sóttkví þess á milli. Þetta gæti vel orðið leiðin sem við förum,“ sagði Vardakar í þinginu, en hann er sjálfur læknir og var áður forsetisráðherra.

Þegar hefur ríkisstjórnin tilkynnt um að skyldusóttkví verði tekin upp á næstunni fyrir þá sem koma að utan, annað hvort á heimili eða hóteli. Þeir sem koma frá Suður-Afríku eða Brasilíu, þar sem ný afbrigði hafa komið fram, munu þurfa að fara í tveggja vikna sóttkví á hóteli. Einnig þeir sem ekki hafa farið í próf. Vardakar sagði að kerfið væri ekki enn tilbúið undir breytingarnar en unnið væri að því að finna nægt hótélrými.

Hægri stjórnin í Írlandi hefur legið undir ámæli frá bæði Sinn Fein og Verkamannaflokknum fyrir laka vöktun á landamærum. Þingmenn

Þetta gæti vel orðið leiðin sem við förum.

Leo Vardakar, aðstoðarforsetisráðherra



Sinn Fein hafa kallað eftir tvöfaldri skimun á Írlandi, en hafa þó ekki beitt henni á Norður-Írlandi, þar sem flokkurinn er í meirihlutastarfi.

Það er kannski ekki að ástæðulausu sem Írar hyggjast fylgja hinni íslensku leið. Ísland er nú grænmerkt á sóttvarnakorti Evrópsku sóttvarnastofnunarinnar, eina svæðið í allri álfunni. En Írland er, eins og flest önnur svæði, rauðmerkt, sem er efsta stig og þar af leiðandi mesta hættan á COVID-19 smiti.

Þá er Ísland í sjöunda sæti þeirra landa sem best hafa tekist á við faraldurinn á lista hugveitunnar Lowy Institute, og næstefsta Evrópulandið á eftir Kýpur. Írland er í 43. sæti. – khg



## Auknar kröfur í malbiksframkvæmdum

### Morgunfundur 2. febrúar nk. kl. 09:00

Morgunfundur þar sem kynntar verða auknar kröfur og hertar reglur Vegagerðarinnar í útboðum malbiks- og klæðingframkvæmda verður haldinn í streymi þriðjudaginn 2. febrúar nk. kl. 09:00 – 10:15.

Á fundinum kynni Vegagerðin stóráuknar kröfur til verktaka og eftirlitsaðila með framkvæmdum þar sem lagt er út malbik og klæðing. Gerðar verða ýmsar nýjar kröfur og aðrar auknar til að tryggja að ekki skapist aðstæður að lokinni framkvæmd sem geta reynst hættulegar vegfarendum.

Streymt verður á eftirfarandi slóð:  
<https://livestream.com/accounts/15827392/events/9502061>

#### Dagskrá:

**Ávarp**  
Bergþóra Þorkelsdóttir,  
forstjóri Vegagerðarinnar

**Malbik og klæðing**  
Pétur Pétursson hjá PP ráðgjöf

**Nýjar og strangari kröfur vegna lagningar bundins slítlags**  
Birkir Hrafn Jóakimsson,  
verkefnastjóri hjá Vegagerðarinni

#### Umræður

**Fundarstjóri:** G. Pétur Matthíasson,  
upplýsingafulltrúi Vegagerðarinnar.

## Kamiq Verð frá 3.990.000 kr.

Þar sem hrífandi hönnun innra og ytra byrðis rennur saman í eina heild.



ŠKODA

## Karoq Verð frá 5.590.000 kr.

Farðu leiðar þinnar um borgarfrumskóginn með bros á vör. Léttur



## Superb iV Verð frá 5.490.000 kr.

Kraftmikill í akstri og umhverfsvænn, með allt að 60 km. drægni á rafmagni.



## Kodiaq Verð frá 7.290.000 kr.

Fjórhjóladrifinn, fæst sjö manna og sker sig úr hvert sem hann fer með kraftmiklu yfirbragði.



# Škoda kynnir 2021

Veldu uppáhaldsbílinn og taktu hann frá á [www.hekla.is/skodasalur](http://www.hekla.is/skodasalur)

## Enyaq iV 100% rafmagn

Nánar á [www.hekla.is/enyaq](http://www.hekla.is/enyaq)



Væntanlegur  
2021

## Ný Octavia

Rúmbetri, hagnýtari og öruggari en nokkru sinni fyrr!



Væntanlegur  
2021

Fylgdu okkur!



@skoda

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



HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · [hekla.is](http://hekla.is)  
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · Bílajarninn Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

# Bóluefnablús



Jón Þórisson  
jon@frettabladid.is

Fimbulvetur stendur enn þó daginn sé tekið að lengja. Viða ógna snjóalög byggð og samgöngum og íbúar byggðarlaga eru innilokaðir dögum saman. Síðasti vetur var þungur og erfiður og þessi ætlar ekki að gefa honum mikið eftir. Eitt sker hann þó frá hinum fyrri. Baráttan við faraldurinn.

Allir vita að það eina sem frelsar okkur úr þrisundinni er bóluefni, sem bedið er nú í ofvæni um allan heim. Á óvart kom hversu stuttan tíma tók að þróa bóluefni. Það vísindaafrek lofuðu allir fyrir örfáum vikum en síðan hafa fréttir af dreifingu þess verið eintóm vonbrigði. Öll áform um viðtækar og skjótar bólusetningar virðast vera í uppnámi. Afhendingaráætlanir framleiðendanna hafa allar gengið úr lagi og horfur eru á að aðeins verði mögulegt að bólusetja hluta þjóðarinnar á þessu ári. Miðað við það sem fyrir liggur um afhendingaráætlanir, sem reynslan sýnir að treysta þarf varlega, mun nást að bólusetja innan við 100 þúsund manns á árinu, eða innan við þriðjung. Það dugar ekki til hjarðónæmis. Þrátt fyrir þetta segir heilbrigðisráðherra að búið verði að bólusetja meirihluta þjóðarinnar um mitt ár. Eitthvað er óútskýrt svo hægt sé að láta það reikningsdæmi ganga upp.

Því verður ekki með góðu móti haldið fram að bóluefnasamningsgerð Íslendinga sé samfelld sigurganga. Í stað þess að treysta á kunnáttu og reynslu þeirra sem fást við lyfjaframleiðendur alla daga, var samningsumboðið fært til embættismanna, þar sem þekking á viðfangsefninu er mun fábrotari. Auðvitað skipti máli að hafa samflot með öðrum þjóðum í Evrópu um öflun bóluefnis en enginn reki gerður að því að afla þess samhliða á eigin spýtur í upphafi.

Upp skaut svo kollinun sú hugmynd að lyfjaframleiðendur kynnu að hafa áhuga á að hér færi fram svenefnd fjórða fasa prófun, þannig að með einu bóluefni yrði meginþorri þjóðar bólusetur.

Forystu um þessar viðræður við lyfjaframleiðandann Pfizer hafa Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir og Kári Stefánsson, forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar. Þær hafa staðið í nokkrar vikur en ekki verið leiddar til lykta, eftir því sem best er vitað.

Það er ekki sérstaklega góð saga út af fyrir sig að auðug þjóð í norðurhöfum ryðjist fram fyrir í röð þjóða sem biða eftir bóluefni. Við höfum skyldur í samfélagi þjóða til að stuðla að jöfnum aðgangi að vörn gegn vágsteinum, óháð efnahagsástandi.

En fjórða fasa prófun bóluefnis styður einmitt að við rækjum þessar skyldur. Tæplega 380 þúsund manna þjóð á eyju sem fremur auðvelt er að einangra. Af niðurstöðu þeirrar prófunar myndu allir hafa gagn, jafnt Íslendingar, bóluefnaframleiðandinn, aðrir bóluefnaframleiðendur og aðrar þjóðir. Ekki er víst að annað og betra tækifæri gefist til þess.

En þó hjarðónæmi yrði náð hér á undan öðrum þjóðum er björninn ekki unninn. Atvinnugreinin sem þurrkaðist nær út réttir ekki úr kútnum við það. Til þess þarf að ná sambærilegri stöðu í okkar helstu viðskiptalöndum.

Miðað við blúsinn í afhendingu bóluefna almennt í heiminum þarf að biða þess lengur en við leyfðum okkur að vona.

Gunnar



Það er ekki sérstaklega góð saga út af fyrir sig að auðug þjóð í norðurhöfum ryðjist fram fyrir í röð þjóða sem biða eftir bóluefni.

## Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



### „Þetta er klikkað“

Sagan hefst á falletum haustdegi árið 1995. Deborah Lipstadt virðir fyrir sér gróðurinn sem skiptir óðar litum á lóð Emoryháskóla í Georgíufylki í Bandaríkjunum. Hún fetar sig í átt að skrifstofu sinni. Deborah er prófessor í sagnfræði við skólann og kennir sögu helfararinnar. Ritari Deborah biður hennar á skrifstofunni með bréf sem var að berast frá Bretlandi með hraðpósti. Deborah opnar bréfið. Hún skellir upp úr og segir: „Þetta er klikkað.“ Bréfið er frá útgefanda bóka hennar í Bretlandi. Umdeildur, sjálfstílaður sagnfræðingur, David Irving, hefur hótað að fara í mál við hana fyrir að halda því fram í nýjustu bók sinni að hann afneiti helförinni. Irving sakar Deborah um að hafa með fullyrðingunni brotið gegn mannorði sínu og æru sem sagnfræðingur.

Deborah kastar bréfinu án umhugsunar í pappírshafið á skrifborðinu sínu. Árum saman hefur Irving dregið í efa sannleiksgildi útrýmingarherferðar nasista. Hann kallar helförina „goðsögn“ í ræðu og riti og segir „ekki nokkrar heimildir sýna fram á að helförin hafi átt sér stað“. Deborah álitur að um innihaldslausa hótun sé að ræða.

Ályktunin reynist röng. Irving höfðar meidyrðamál gegn Deborah í Bretlandi. Í næstum hálfan áratug fara kraftar Deborah í að undirbúa vörn sína svo hún megi sýna fram á að hún hafi verið í fullum rétti þegar hún kallaði David Irving afneitarar helfararinnar. Eftir tíu vikna réttarhöld í London veturinn 2000 féll dómur Deborah í vil.

#### Dimmur dalur ómínnis

Annan haustdag, árið 2005, áratug eftir að Deborah fékk bréfið örlagaríka, ekur David Irving eftir götum borgarinnar Hartberg í Austurríki. Lögregla stöðvar skyndilega fór hans. Hann er handtekinn og ákærður fyrir að flytja ræðu í Austurríki og afneita þar helförinni en slíkt varðar við lög í landinu. Irving er fundinn sekur og dæmdur í þriggja ára fangelsi.

Ein af þeim sem komu Irving til varnar eftir dóminn var, ótrúlegt en satt, Deborah Lipstadt. „Það gleður mig aldrei þegar ritskoðun ber sigur úr býtum; ég tel að enga sigra sé hægt að vinna með ritskoðun ... Eina vopnið sem gagnast í baráttunni gegn þeim sem afneita helförinni er sagan og sannleikurinn.“

Í síðustu viku var lagt fram frumvarp á Alþingi um bann við afneitun helfararinnar. Tilgangurinn er góður. Meðalið er hins vegar banvænt.

David Irving var flestum gleymdur þegar hann var handtekinn í Austurríki. Réttarhöldin björguðu honum úr dimum dal ómínnis. Í stað þess að kveða niður málstað hans með aðgerðum sínum eins og til stóð höfu austurrísk yfirvöld Irving upp á stóra sviðið, skipuðu hann í hlutverk brjóstumkennanlega píslarvottsins og réttu honum hljóðnemann.

Skoðanir Irving eru óverjanlegar. Rétt hans til að hafa þær þurfum við hins vegar að verja með kjafti og klóm.

Í greinargerð með frumvarpinu sem liggur fyrir Alþingi segir að tilgangur þess sé að vernda „æru og mannorð fólks“. Æra og mannorð voru forsenda tilraunar David Irving til að hefta tjáningarfrelsi Deborah Lipstadt. Fáir efast um rétt Deborah til að kalla Irving afneitunarsinna. Það er nefnilega auðvelt að styðja tjáningarfrelsi þess sem maður er sammála. En tjáningarfrelsi Deborah Lipstadt og tjáningarfrelsi David Irving eru tvær hliðar á sama peningi.

Tjáningarfrelsið tryggir okkur réttinn til að segja skoðanir okkar. Tjáningarfrelsið tryggir okkur réttinn til að hafa rangt fyrir okkur. Tjáningarfrelsið tryggir okkur réttinn til að vera fáfróð fifl kjósum við svo. Ef við tökum að beita tjáningarfrelsinu eftir hentsími í stað þess að beita því af ófrávikjanlegri samkvæmni er stutt í veröld þar sem „æra og mannorð“ koma í veg fyrir að kalla megi mann sem afneitar helförinni sínu rétta nafni.

## Okkar er ánægjan!

Raforkukaupendur ON eru hæstánægðir annað árið í röð.



ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUYGIN

on  
ÖRKA NÁTTÚRUNNAR



7 ára ábyrgð framleiðanda  
á öllum nýjum Kia bílum

www.kia.is

# Þægilegt og öruggt ferðalag.



## SPORTAGE



The Power to Surprise

**Kia Sportage er glæsilegur og öruggur sportjeppi.**

Finnst þér erfitt að taka ákvarðanir? Lítið mál. Í **Kia Sportage** þarftu ekki að taka neinar. Hann kemur hlaðinn tæknibúnaði sem hjálpar þér að gera ferðalagið þægilegt og öruggt. Kia Sportage kemur að sjálfsögðu með hinni einstöku 7 ára ábyrgð frá framleiðanda.

**Pantaðu reynsluakstur á [kia.is](http://kia.is) eða í síma 590 2100.  
Opíð í dag frá kl.12-16. Við tökum vel á móti þér.**

Kia Sportage verð frá:

**5.590.777 kr.**

1.6 dísil, 2WD, 7 þrepa sjálfskipting, 130 hö, eyðsla frá 4,7 L/100 km



ASKJA · Krókhálsi 11-13 · 110 Reykjavík · 590 2100 · [askja.is](http://askja.is)  
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.



Fylgdu okkur á Facebook.  
[facebook.com/kiamotorsisland](https://facebook.com/kiamotorsisland)

**15%**  
AFSLÁTTUR



**WISSE**

Hægindastóll í petrol-bláu sléttflauei með svörtum málmfótum.

**84.992 kr. -99.990 kr.**

**15%**  
AFSLÁTTUR



**HANNA**

Hægindastóll í sinnepsgulu sléttflauei með svörtum viðarfótum.

**84.992 kr. -99.990 kr.**

**20%**  
AFSLÁTTUR



**BILOXI**

Þrjú sæta sófi í gráu og bláu Danny áklæði, ljósgráu og búrgúndí rauðu Diva áklæði og dökkgráu og koparlitu sléttflauei. Góður svampur gera sófan þægilegan og skemmtileg hönnun kallar á verðskuldaða athygli. 47 cm sethæð. Stærð: 200 x 80 x 84,5 cm.

**79.992 kr.**

**-99.990 kr.**

**20%**  
AFSLÁTTUR



**ALBERTA**

Borðstofustóll. Grátt eða svart PVC áklæði og svartir fætur.

**8.792 kr. -10.990 kr.**

**20%**  
AFSLÁTTUR



**OTTAWA**

Borðstofustóll, svart, grátt eða dökkbrúnt PVC áklæði.

**11.992 kr. -14.990 kr.**

**15%**  
AFSLÁTTUR



**MAX**

Stílhreinn, nettur og þægilegur u-sófi. Hægri eða vinstri tunga. Venice dökkgrátt áklæði. Undir sófanum eru þykkir, svartir viðarfætur. Stærð: 286 x 200 x 87 cm

**144.492 kr.**

**-169.990 kr.**

**20%**  
AFSLÁTTUR



**COLLINS**

Hornsófi í Collins-línunni frá La-Z-boy sem auk þess að líta vel út eru einstakega þægilegir (sjá nánar hér til hægri). Ljósgrátt slitsterkt áklæði.

Stærð: 260 x 260 x 92 cm

**493.992 kr.**

**-549.990 kr.**

**30%**  
AFSLÁTTUR



**OSLO**

Skemmtilegur sófi í klassískum stíl. Rústrautt fallgett sléttflauei og viðarlitir fætur. Stærð: 234 x 91 x 80 cm

**181.993 kr.**

**-259.990 kr.**

**20%**  
AFSLÁTTUR



**EASY**

2H1 hornsófi í slitsterkur ljósgráu áklæði. Stílhrein hönnun þar sem lögð er alúð við smáatriði Stærð: 294 x 212 x 86 cm

**223.992 kr.**

**-279.990 kr.**

**BROSTE ORGANIC VASAR**

**b**  
BROSTE COPENHAGEN



61 cm 15.000 kr. -39.990 kr.

43 cm 10.000 kr. -32.990 kr.

**RIVERDALE**

**15%**  
AFSLÁTTUR



**EIGHTMOOD HANDKLÆÐI**

**50%**  
AFSLÁTTUR



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

Akureyri 11 – 18 virka daga  
Dalsbraut 1 11 – 16 laugardaga

Ísafjörður  
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is  
558 1100

Upplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

# RISA ÚTSALA



## Allt að 60% afsláttur



### COLLINS

Klassískt sófasett frá La-Z-boy sem fellur vel að mismunandi stílum. En auk þess að líta vel út eru Collins sófarnir einstakega þægilegir. Þeir eru með veglegum hálffestum bakpullum og rúnnaðum örmum. Ljósgrátt slitsterkt áklæði.

2ja sæta: 162 x 100 x 92 cm

**183.992 kr.** ~~229.990 kr.~~

3ja sæta: 224 x 100 x 92 cm

**191.992 kr.** ~~239.990 kr.~~



### HAVANA

Hægindastóll í svargráu áklæði. Stóllinn er á krómuðum snúningsfæti. Flottur einn og sér og líka sem stakur stóll við sófasett. Hægt að fá skammel í sama stíl. i.

**72.242 kr.** ~~84.990 kr.~~



### PASSO

Borðstofuborð með endingargóðri grárrí eða brúnni keramikborðplötu og svörtum viðarfótum. Stækkanlegt í 300 cm með tveimur 50 cm stækkunum sem fylgja og geymast inni í borðinu þegar þær eru ekki í notkun.

Stærð: 100 x 200/300 x 75 cm

**160.993 kr.** ~~229.990 kr.~~



### NYBORG

Borðstofustóllinn er með stílhreint bogadregið bak sem gefur stólnum skemmtilegt retró-útlit. Verð í hér miðast við eikargrind en stóllinn fæst líka í svörtu beyki. Sæti eru úr leðri yfir mjúkum svampi.

**42.492 kr.** ~~49.990 kr.~~



VEFVERSLUN  
[www.husgagnahollin.is](http://www.husgagnahollin.is)  
OPIN ALLAN SÓLARHRINGINN



HÚSGAGNA  
HÖLLIN

FRÉTTABLAÐIÐ  
**SPORT****Opnað á umsóknir um endurgreiðslu til féлага**

**PENINGAR** Vinnuálastofnun hefur opnað fyrir umsóknir vegna endurgreiðslu launakostnaðar og verktakagreiðslna á tímum kórónaveirufaraldurs. Það var Ásmundur Einar Daðason, félags- og barnamálaráðgjafi, sem fól stofnuninni að fylgja málinu eftir.

Með lögum um endurgreiðslu launakostnaðar og verktakagreiðslna er stuðlað að því að íþróttafélög geti hafið óbreytta starfsemi að nýju eftir að þeim var gert að fella niður starfsemi á tilteknu tímabili, að hluta eða jafnvel öllu leyti vegna opinberra sóttvarnarádstafana.

Markmiðið með endurgreiðslunni er að draga úr röskun á íþróttastarfi á Íslandi vegna faraldursins.

Lög um endurgreiðslu launakostnaðar og verktakagreiðslna taka til greiðslna vegna launakostnaðar og verktakagreiðslna íþróttafélaga, sem hófu störf fyrir 1. október 2020 og vegna féлага



**Greiðsla fer ekki yfir 400 þúsund á mánuði fyrir hvern launaðila.**

sem þurftu að fella niður starfsemi tímabundið, að hluta eða öllu leyti, vegna opinberra sóttvarnarádstafana á tímabilinu 1. október 2020 til og með 30. júní 2021. – bb

**Nóg að gera en þannig viljum við hafa það**

Sigurbjörg Sigurpálsdóttir, sem starfar sem samskiptaráðgjafi íþrótt- og æskulýðsstarfs, aðstoðar þá sem hafa upplifað ofbeldi, áreitni, einelti eða telja sig hafa tekið eftir slíku í skipulögðu íþrótt- og æskulýðsstarfi á Íslandi.

**ÍÞRÓTTIR** Vettvangur fyrir alla í skipulögðu íþrótt- og æskulýðsstarfi að leita til ef þau fá óviðeigandi skilaboð og vilja að sendandi hætti áreitni, auk annars konar óviðeigandi hegðunar, er til. Sigurbjörg Sigurpálsdóttir er samskiptaráðgjafi íþrótt- og æskulýðsstarfs hér á landi og tekur við ábendingum, tilkynningum og kvörtunum sem varða einelti, ofbeldi og áreitni í íþrótt- eða æskulýðsstarfi. Starfið var sett á fót í fyrra og hefur það verið kynnt fyrir þeim samtökum og félögum sem um ræðir en sökum COVID hefur umfjöllun og kynning á úrræðinu verið minni en best væri á kosid. Þrátt fyrir það er nóg að gera.

Töluvert hefur verið rætt og ritað um óviðeigandi skilaboð sem virðast hafa komið upp í körfuboltasamfélaginu hér á landi, eftir að dómari var settur af vegna slíkra skilaboða til leikmanns. Við nánari eftirgrenslna hefur komið í ljós að það hafi gerst að aðrir dómara og þjálfara hafi sent skilaboð til leikmanna kvennaliða og fylgast jafnvel með þeim á samfélagsmiðlum. Þó svo að umræðan snúi að einum vettvangi núna þá er hægt að gera ráð fyrir því að svipuð dæmi finnist annars staðar.

Sigurbjörg segir að allir eigi rétt á því að geta stundað sitt íþrótt- og/eða æskulýðsstarf í öruggu umhverfi. Hún sé óháður aðili sem styður við, leiðbeinir og aðstoðar þá sem hafa upplifað einhvers konar ofbeldi eða einelti í slíku starfi og er þjónustan frí. Hún vonar að hlutleysi úrræðisins hvetji fólk til þess að hafa samband ef þörf er á aðstoð.

„Því miður er alveg nóg að gera. Þannig viljum við samt eiginlega hafa það. Við viljum að þessi mál séu á yfirborðinu og séu rædd. Þegar ekkert er að fréttu þá hefur maður meiri áhyggjur,“ segir hún. Hún bætir við að allir iðkendur, starfsmenn og sjálfbodaliðar, hvort sem það séu börn eða fullorðnir, eigi rétt á því að leita sér aðstoðar eða geti leitað réttar síns vegna atvika sem eiga sér stað, án þess að þurfa að óttast afleiðingar.

„Tölfræðin sýnir okkur að áreitni, ofbeldi og einelti kemur upp á alls konar vettvangi,“ segir hún, en Sigurbjörg getur samkvæmt lögum sem sett voru um samskiptaráðgjafa, krafið þá sem skipuleggja eða bera ábyrgð á íþrótt- eða æskulýðsstarfi um allar þær upplýsingar sem hún metur nauðsynlegar til að hún geti sinnt hlutverki sínu. Er viðkomandi aðilum skylt að láta ráðgjafanum í té umbeðnar upplýsingar.

Hún segir að þó umfjöllunin snúi oft að óviðeigandi framkomu gagnvart stúlkum eða konum þá lendi karlmenn líka í einelti, áreitni og ofbeldi. Þeir séu, sem sé miður, ólíklegri að segja frá. „Mitt starf varðar einelti, áreitni og ofbeldi og karlmenn tilkynna slíkt síður. Það er alveg til tölfræði um það. Karlmenn lenda vissulega í þessum atriðum en tilkynna síður almennt séð.“

Hún segir þó að unga fólk sé opnara og tilbúnara til að láta vita af óviðeigandi hegðun, en þjónusta samskiptaráðgjafa er fyrir alla sem sækja skipulagðar æfingar eða félagsstarf hjá skátunum, KFUM og



**Mikið hefur verið fjallað um óviðeigandi skilaboð sem konur í körfubolta fá frá þjálfurum og dómurum innan stéttarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM**

**Ósk um tilboð í leigu á veiðirétti í Ytri Rangá og vesturhluta Hólsár**

Veiðifélag Ytri Rangár óskar eftir tilboðum í leigu á öllum veiðirétti félagsins í Ytri Rangá og vesturhluta Hólsár fyrir veiðitímabil árnanna frá og með árinu 2022 til að lágmarki þriggja ára með almennu útboði.

Útboðsgögnin fást afhent með rafrænum hætti hjá Gunnari Jóhanni Gunnarssyni, stjórnarmanni veiðifélagsins. Vinsamlegast hafið samband á netfangið [gunnarjohann@gmail.com](mailto:gunnarjohann@gmail.com).

**Tilboðsrestur er til 16. febrúar.** Áskilinn er allur réttur til að taka hvaða tilboði sem er eða hafna þeim öllum.

**Auglýst er tillaga að viðauka við stjórnunar- og verndaráætlun Vatnajökulspjóðgarðs, vegna Breiðamerkursands**

**Umsagnarfrestur er til 14. mars.**

Eintök munu liggja frammi í Gömlubúð, Skaftafellsstofu, Ráðhúsi Hornafjarðar og í afgreiðslu Náttúrufræðistofnunar Íslands í Garðabæ.

Munum að huga að persónulegum forvörnum.

**Umsagnir berist á pósthugið [info@vjp.is](mailto:info@vjp.is)**

**VATNAJÖKULSPJÓÐGARÐUR**

**UMFÍ einnig með vettvang**

Æskulýðsvettvangurinn er samstarfsvettvangur UMFÍ, Skátanna, KFUM og KFUK og Slysavarnafélagsins Landsbjargar. Æskulýðsvettvangurinn vinnur að sameiginlegum hagsmunum barna og ungmenna í íþrótt- og æskulýðsstarfi. Þar er hægt að tilkynna um óæskilega

hegðun, einelti, áreitni og margt fleira. Þar er líka verkfærakista sem félagasamtök og starfsfólk þeirra geta nýtt sér til að stuðla að heilbrigðum, uppbyggjandi og jákvæðum aðstæðum. Æskulýðsvettvangurinn er líka með námskeið og leggur um þessar mundir áherslu á neteinelti.

**Ókeypiss ráðgjöf**

Þeir sem telja sig hafa orðið fyrir ofbeldi eða einelti í sínu íþrótt- og æskulýðsstarfi eða eru ekki vissir og vilja fá ráðgjöf varðandi slík mál, geta haft samband við Sigurbjörgu á [sigurbjorg@dmg.is](mailto:sigurbjorg@dmg.is).



**Hún segir að allir eigi rétt á að geta stundað íþróttir í öruggu umhverfi.**

**Við viljum að þessi mál séu á yfirborðinu og séu rædd. Þegar ekkert er að fréttu þá hefur maður meiri áhyggjur.**

Sigurbjörg Sigurpálsdóttir, samskiptaráðgjafi íþrótt- og æskulýðsstarfs hér á landi



KFUK, Landssambandi ungmennafélaga, íþróttafélögum eða bandalögum sem tilheyra UMFÍ og ÍSÍ. „Þetta er vonandi merki um breytta tíma og breytt viðhorf.“

Vonandi erum við búin að færa normið. Þegar ég hugsa til baka þá upplifði ég fullt af óviðeigandi framkomu, sneringu eða orðalagi. En ég er líka fegin að þetta var ekki

verra. Vonandi er normið okkar í þessum atriðum að breytast. Okkur finnst ekki lengur í lagi að einhver komi fram við annan einstakling á ósæmilegan hátt, kalli einhvern nöfnun, sé með einhvern klúran brandara eða athugasemdir. Það eiga allir að geta sinnt sínu íþrótt- og æskulýðsstarfi þannig að hægt sé að njóta, en ekki hafa í kollinum hvernig verði komið fram við viðkomandi á næstu æfingu. Aukið öryggi eykur ánægju og trúlega skilar betri einstaklingum og íþróttamönnum.“

Hún segist stefna á kynningarferð í kringum landið sem fyrst, en COVID hafi hamlad för þannig að hún sé ekki búin að ná að fara í þá ferð enn þá. „Það er eitt af því sem mig langar að gera að fara í heimabyggðir. Ég vil ekki að landsbyggðin verði út undan í neinu og ég vil ekki að neinn þurfi að liða fyrir staðsetningu sína á landinu. Þegar mál hafa komið upp, þá hef ég farið á staðinn. Fjarviðtöl bjarga ýmsu en það er öðruvísi en að mæta á staðinn og mikilvægt að mínu mati.“ [benediktboas@frettabladid.is](mailto:benediktboas@frettabladid.is)





# Sjóvá er efst tryggingafélagi í Ánægjuvoginni fjórða árið í röð.

Við gleðjumst yfir því að viðskiptavinir okkar séu ánægðari.

Við tryggjum hjá Sjóvá

*Guðnir H. Ólafsdóttir, Einnlaugur Björn*

**SJÓVÁ**



Bárukopar-  
klætt fjós og  
hlaða með  
Breiðafjörðinn  
í baksýn. MYND/  
PANCHO GALL-  
ARDO

# Verðmætin í yfirgefnum byggingum

Arkitektarnir **Steve Christer** og **Margrét Harðardóttir** hjá Studio Granda hlutu í gær Hönnunarverðlaun Íslands árið 2020 fyrir hönnun og uppbyggingu á Dröngum, yfirgefnum bæ á Skógarströnd á Snæfellsnesi.

Björk  
Eiðsdóttir  
bjork@frettabladid.is



**B**ærinn Drangar var í mikilli niðurníðslu þegar hjónin Jóhanna H. Sigurðardóttir og Jón Zimsen festu kaup á jörðinni og réðu þau Steve og Margrét til að breyta húsunum í gistiheimili. Um var að ræða býli sem samanstóð af nokkrum húsum, byggðum snemma á níunda áratugnum. Húsin þörfuðust gagngerrar endurnýjunar og höfðu sum þeirra þá þegar hrúnið. Það sem eftir stóð var býlið sjálft, tækjahúsið, súrheysturninn, fjósið og hlaðan. Samkvæmt Steve var húsið sjálft í besta ástandinu en það skartar forlata kvisti. Súrheysturninn er aftur á móti að hrúni kominn en verður leyft að hrynja sjálfum. Útihúsunum var svo breytt í gistiþláss fyrir ferðamenn og þótti arkitektum og verkkaupa mikilvægt að halda í hinn hráa sjarma sem þau einkenna.

**Vildu nota allt sem var til staðar** „Okkur þótti mikilvægt að reyna að búa til nýtt hlutverk fyrir staðinn með því að nota allt sem var til staðar: Efni, sögu, náttúru og anda,“ útskýrir Steve og bætir við að eigendurnir, Jóhanna og Jón, hafi sýnt mikinn skilning, hugrekki, hugmyndaflug og ekki síst endalaus þolinmæði meðan á verkinu stóð.

„Fyrsti fundur með verkkaupa var í nóvember árið 2013 og hófst hreinsun á svæðinu stuttu síðar. Fyrsta framkvæmd, endurnýjun vélageymslu, hófst svo sumarið 2014 og lauk öllum framkvæmdum 2019.

Steve og Margrét eru sammála um að helsta áskorunin við endurnýjunina hafi verið að gera ekki of mikið og vona að verðlaunin sem þeim féllu nú í skaut veki fólk frekar til umhugsunar um verðmætin í yfirgefnum byggingum.

„Við viljum að verðmætin sem liggja í ósnortnu landslagi og yfirgefnum byggingum séu metin. Það er svo auðvelt að hreinsa burt náttúruna eða gamlar byggingar í nafni hagkvæmni eða nútímavæðingar og fórna þar með því sem í raun skiptir mestu máli,“ segir Steve.

## Hönnunar- verðlaunin 2020

Hönnunarverðlaun Íslands 2020 voru afhent í gær, 29. janúar. Studio Granda hlaut Hönnunarverðlaun Íslands 2020 fyrir Dranga, Kristín Þorkeldsdóttir, grafískur hönnuður, er Heiðursverðlaunahafi Hönnunarverðlauna Íslands 2020 og fyrirtækið 66°Norður hlaut viðurkenningu fyrir bestu fjárfestingu í hönnun.

### Rökstuðningur dómnefndar:

„Drangar er metnaðarfullt hönnunarverkefni arkitektastofunnar Studio Granda og afar vel heppnuð birtingarmynd aðkallandi viðfangsefnis arkitekta í nútímasamhengi, endurhugsun og endurnýting gamalla bygginga. Hér er sérstaklega vel útfærð breyting á gömlu sveitabýli og útihúsum í gistihús fyrir ferðamenn.

Veðraðar byggingarnar fá að njóta sín og halda útlitslegu yfirbragði með sterkri vísun í sögu og samhengi, en um leið er heildarmynd staðarins styrkt og efl. Dæmi um það er samspil útveggja gistihússins þar sem gömlu veggirnir standa hráir og opnir, án glugga og hurða og mynda áhrifaríkt samspil skugga og takts við nýja vegg. Innra rýmið markast af hlýlegri eik og litum dregið saman milli bygginga og rýma með hlýrri notkun timburs og lita.

Mismunandi litatónar og áferð lita eru vísun í fyrri virkni býlisins, til dæmis í lit nautgripa eða gljástig vinnuvéla. Óll efnisútfærsla er sérlega vönduð og tengir rýmin saman í umlykjandi ramma um lífið innan byggingarinnar. Verkið er mikilvægt fordæmi og viðmið í ljósi vaxandi fjölda bygginga, ekki síst á landsbyggðinni, sem kalla á endurskilgreiningu og endurbyggingu vegna aldurs og annars konar nýtingar.“



Vélageymslunni var breytt í litrík gistiherbergi. MYND/PANCHO GALLARDO



Steve Christer og Margrét Harðardóttir. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



**VIÐ VILJUM AÐ VERÐ-**

**MÆTIN SEM LIGGJA Í**

**ÓSNORTNU LANDSLAGI OG**

**YFIRGEFNUM BYGGINGUM**

**SÉU METIN.**

Steve

### Hvert verk einstakt

Þau Margrét og Steve, sem er breskur, kynntust við nám í Architectural Association, arkitektaskóla í London, árið 1982 þaðan sem þau útskrifuðust árið 1984. Þau stofnuðu Studio Granda árið 1987 í kjölfar samkeppni um Ráðhús Reykjavíkur.

Verkefni stofunnar hafa verið margvisleg, allt frá skipulagi og samgöngumannvirkjum til iðnhönnunar og innsetninga í samstarfi við listamenn. Flest verkefni eru þó í flokki opinberra bygginga, svo sem Ráðhús Reykjavíkur, Dómhús Hæstaréttar, Listasafn Reykjavíkur, nýbygging Alþingis og skólar, en íbúðarhúsnæði af öllum stærðum er einnig hluti af verkefnaskrá. Flest eru verkin á Íslandi og segja þau þessa fjölbreyttu reynslu hafa ýtt undir þá afstöðu að hvert verk sé einstakt.



Mennta  
**dagur**  
atvinnulífsins

2021

# Færni framtíðar

**04. febrúar**  
09:00 - 10:00

Sjónvarpi atvinnulífsins

Á menntadaginn fer fjölbreytt og skemmtileg dagskrá fram með rafrænum hætti



**Greiningar- og nýsköpunarhæfni**  
Finnur Oddsson, forstjóri Haga



**Virkni í námi og námsaðgerðum**  
Ingvi Hrannar Ómarsson,  
kennari og frumkvöðull



**Lausnamiðuð nálgun**  
Birna Einarsdóttir, bankastjóri Íslands-  
banka



**Gagnrýnin hugsun og greining**  
Kristín Friðgeirsdóttir, alþjóðlegur  
stjórnendaráðgjafi



**Sköpun, frumleiki og frumkvæði**  
Dóra Jóhannsdóttir, leikkona



**Forysta og félagsleg áhrif**  
Tryggvi Þorgeirsson, meðstofnandi og  
framkvæmdastjóri Sidekick Health



**Tækninotkun, eftirlit og stjórn**  
Anna Kristín Pálsdóttir,  
Marel – framkvæmdastjóri nýsköpunar  
og þróunar



**Rökhugsun, lausn vandamála og  
hugmyndafræði**  
Stefanía G. Halldórsdóttir, framkvæmda-  
stjóri Eyfir Vöxtur hjá Eyri Venture  
Management



**Seigla, streituþol og sveigjanleiki**  
Víðir Reynisson, yfirlöggregluþjónn hjá  
almannavarnadeild ríkislögreglustjóra



**Tæknihönnun og forritun**  
Ægir Már Þórisson Advania, forstjóri  
Advania



**Halldór Benjamín Þorbergsson**  
framkvæmdastjóri SA stýrir þætti.

Menntadagur atvinnulífsins fer fram rafrænt þann 4. febrúar næstkomandi. Fjölbreytt og skemmtileg dagskrá hefst klukkan 09:00 í beinni útsendingu á heimasíðu SA.

Menntatörg atvinnulífsins verður á sínum stað og líflegar umræður um menntamál Íslendinga í víðu samhengi setja svip sinn á þáttinn.

Menntaverðlaun atvinnulífsins verða sem fyrr veitt framúrskarandi fyrirtækjum í menntamálum.

**Skráning á viðburðinn fer fram á heimasíðu SA, [www.sa.is](http://www.sa.is).**



**GARDOLO** hornsófi í koniaksbrúnu Dalton áklæði

**ÚTSALA  
15-30%  
AFSLÁTTUR**



**GARDOLO**  
hornsófi

Vandaðir og sterkir hornsófar með opið horn. Fást í fjórum litum í þrenns konar sterkum en ólíkum áklæðagerðum; Dalton sem er slétt pólýesteráklæði. Brunei sem er sléttflauel og Gaius sem er grófofin pólýesterblanda. Hægri eða vinstri tunga. Svartir nettir járnfætur. Stærð: 247 x 195 H: 84 cm.

Fullt verð Gaius: 209.900 kr. Fullt verð önnur áklæði: 219.900 kr.

**Aðeins 146.930 kr. 186.915 kr.**

**ROMA**  
svefnsofi

Vel bólstraður og mjúkur click-clack svefnsofi í sterku áklæði sem fæst í 5 mildum, fallegum litum. Hægt er að lyfta höfða- eða fótahluta. Bak er tvískipt; hægt er að leggja annan eða báða hluta niður. Hæð sófa í svefnstöðu er 50 cm og svefnpláss er 120x200 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.



**ÚTSALA  
20%  
AFSLÁTTUR**



**Aðeins 79.920 kr.**



**ÚTSALA  
25%  
AFSLÁTTUR**  
af Nature's Luxury  
20% af botni

Nature's **LUXURY**  
heilsurúm með classic botni

Frábær heilsudýna með yfirdýnu fyrir enn betri hvíld.

Natures Luxury er frábær heilsudýna með 20 cm háum svæðaskiptum pokagormum. 5 mismunandi svamplög. Dýnan er millistíf. Natures Luxury er tilvalin á venjulegan botn sem og í stillanleg rúm.

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

Stærð í cm	Fulltverð m/Classic botni og löppum	ÚTSÖLUVERÐ m/ botni og löppum
80x200	105.900 kr.	<b>80.825 kr.</b>
90x200	109.900 kr.	<b>83.925 kr.</b>
100x200	113.900 kr.	<b>87.025 kr.</b>
120x200	119.900 kr.	<b>91.725 kr.</b>
140x200	129.900 kr.	<b>99.425 kr.</b>
160x200	149.900 kr.	<b>114.675 kr.</b>
180x200	169.900 kr.	<b>129.925 kr.</b>



**ÚTSALA  
25%  
AFSLÁTTUR**  
af Sealy Seattle  
20% af botni

Sealy **SEATTLE**  
heilsurúm með classic botni

Frá einum stærsta framleiðanda heilsudýna í heimi.

Vönduð og góð, millistíf heilsudýna með pokagormum sem gefa fullkominn stuðning. Hún er svæðaskipt og því mýkri á okkar þyngstu stöðum eins og öxlum og mjöðmum. Náttúrulegt Talalay latex í bland við mismunandi svamptegundir gefur henni gott loftflæði.

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

Stærð í cm	Fulltverð m/Classic botni og löppum	ÚTSÖLUVERÐ m/ botni og löppum
90x200	109.900 kr.	<b>83.925 kr.</b>
120x200	145.900 kr.	<b>111.225 kr.</b>
140x200	159.900 kr.	<b>121.925 kr.</b>
160x200	174.900 kr.	<b>133.425 kr.</b>
180x200	189.900 kr.	<b>144.925 kr.</b>
200x200	229.900 kr.	<b>175.425 kr.</b>

**SEALY**

**BOSTON CITY**

stillanlegt heilsurúm - dýna, botn, fætur og gafi



**SEALY**

**ÚTSALA  
30%  
AFSLÁTTUR**

Boston City fást í tveimur stærðum; 160x200 og 180x200 cm. Botn, dýna og gafi eru klædd sama dökk- eða ljósgráa, slitsterka áklæðinu sem gefur rúminu glæsilegt útlit. Dýnan er svæðaskipt pokagormadýna. Botninn er með gormum (Boxspring) sem gefur viðbótarfjöðrun. Rúminu fylgir þráðlaus fjarstýring.

Boston City 160 x 200 cm stillanlegt  
Fullt verð: 479.900 kr.

Boston City 180 x 200 cm stillanlegt  
Fullt verð: 499.900 kr.

**Aðeins 335.930 kr. 349.930 kr.**

**BOSTON**

heilsurúm - dýna, botn, fætur og gafi



**SEALY**

**ÚTSÖLU  
AFSLÁTTUR  
90.000  
krónur**  
160 x 200 cm

**ÚTSÖLU  
AFSLÁTTUR  
100.000  
krónur**  
180 x 200 cm

Boston City heilsurúmin frá Sealy fást í tveimur stærðum; 160x200 og 180x200 cm. Þau koma í tveimur gráum tönnum af Viva áklæði, dökkum og ljósum. Botn, dýna og gafi eru klædd sama áklæði sem gefur rúminu glæsilegt útlit. Dýnan er svæðaskipt pokagormadýna. Botninn er með gormum (Boxspring) sem gefur viðbótarfjöðrun.

Boston 160 x 200 cm  
Fullt verð: 279.900 kr.

Boston 180 x 200 cm  
Fullt verð: 299.900 kr.

**Aðeins 189.900 kr. 199.900 kr.**

Afgreiðslutími Rvk  
Mán. til fös. kl. 11-18  
Laugard. kl. 11-17  
Sunnud. kl. 13-17 (Smárat.)

Holtagördum, Reykjavík  
512 6800  
Smáratorgi, Kópavogi  
512 6800

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

Upplýsingar eru birtar  
með fyrirvara um  
prentvillur.

# DORMA

Láttu drauminn rætast

## Ótrúleg útsala í fjórum búðum og á [dorma.is](http://dorma.is)

Smáraton | Hagatorg | Akureyri | Ísafirði



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

VEFVERSLUN

**ALLTAF  
OPIN**

# Janúar útsala

ALLT AÐ

# { 60% }

AFSLÁTTUR

**Dorma Luxury Ice**  
heilsukoddi

ÚTSALA  
**20%**  
AFSLÁTTUR

Einstakt, kælandi áklæði umlykur Luxury Ice koddann. Innra byrði koddans léttir á þrýstingi og veitir samfelldan og óraskaðan stuðning. Stærð: 65 x 48 x 16 cm.

Fullt verð: 10.900 kr.

Aðeins **8.720 kr.**



ÚTSALA  
**20%**  
AFSLÁTTUR



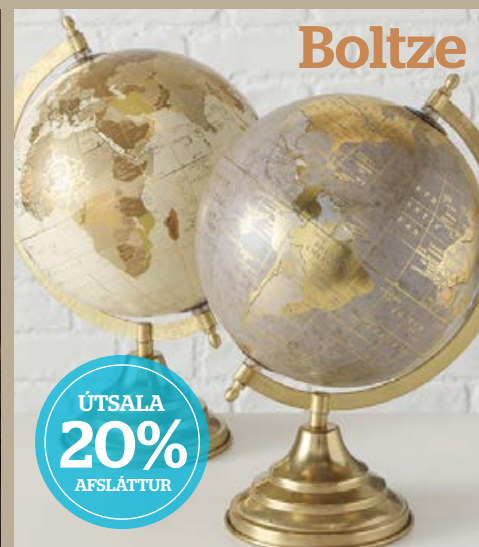
Allar **ZONE** vörur

**Affari**

ÚTSALA  
**20%**  
AFSLÁTTUR



Allar **Affari** vörur



**Boltze**

ÚTSALA  
**20%**  
AFSLÁTTUR

Allt frá **Boltze**

# DORMA

Láttu drauminn rætast

# Sérhver ástarsaga er einstök

**Þórunn Erna Clausen** gefur út sína fyrstu sólóplötu í næstu viku, á henni er að finna lög sem hún samdi eftir að eiginmaður hennar, Sigurjón Brink, lést árið 2011. Þetta eru lög um hennar dimmasta stað, My darkest place.

Björk  
Eiðsdóttir  
bjork@frettabladid.is



L eiklistin hefur verið starf Þórunnar Clausen um árabíl en eiginmaður hennar, oftast kallaður Sjonni, gaf henni píanó í jólagjöf árið 2005 og þó að hún hafi fíkt aðeins við laga-smíðar hafði hún aldrei tekið neitt upp fyrir en eftir hans dag. Eftir missinn fann Þórunn ríka þörf fyrir að setja tilfinningar sínar í texta – og tónsmíðar – og er skemmst að minnast þess að árið 2018 samdi hún framlag Íslands í Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva auk þess sem hún var meðhöfundur að lagi Sjonna, Coming home, sem tók þátt fyrir Íslands hönd stuttu eftir andlát hans.

Lögin á plötunni eru öll samin um eiginmanninn og barnsföðurinn sem hún missti skyndilega úr heilablóðfalli fyrir tíu árum. Þórunn, sem hefur undanfarin tvö ár einbeitt sér enn meir að texta- og tónsmíðum, fann það sterkt að hún gat ekki gefið út nýju lög án þess að gefa fyrst út lög sem hún samdi um sáran missinn sem hún upplifði. Hún þurfti að koma þeim frá sér.

„Þessi lög eru samin á tímabilinu frá 2011 til 2015 og þrjú þeirra hafa komið út með öðru tónlistarfólki en ég hef nú nýverið lokið við að taka þau öll upp.“

## Samið dögum eftir andlátíð

Lögin eru eins og gefur að skilja samin í miklu sorgarferli eftir að Sjonni lést frá eiginkonu sinni og tveimur ungum sonum þeirra, auk þess sem Sjonni átti tvö börn frá fyrri samböndum.

Eitt laganna, Minn ástarengill, hefur aldrei komið út áður en textann samdi Þórunn stuttu eftir missinn.

„Textann samdi ég fjórum dögum eftir að Sjonni lést og var hann sunginn í jarðarför hans, þá við annað lag. Þegar textinn var tilbúinn sendi ég hann á vinkonu mína, söngkonuna Guðrúnu Árnýju, og sagðist vilja að hann yrði fluttur við jarðarförina, sem úr varð. Henni þótti textinn svo fallegur að hún settist strax niður og samdi við hann þetta fallega lag.“

Erfidrykkjan var haldin á Broadway og þegar allir gestir voru farnir settist Guðrún Árný við flygilinn á miðju sviðinu og spilaði lagið sitt og söng textann minn. Þetta var ótrúlega falleg stund. Þetta varð því til þarna rétt eftir að hann lést og kemur nú fyrst út. Þarna kviknaði einhver rosaleg þörf hjá mér fyrir að koma tilfinningum mínum í orð í texta.“

Eins og fyrir segir hafa sum laganna komið út með öðrum flytjendum en Þórunn fann að hún varð að hafa þau með á plötunni þótt það hafi lengi vel reynt mikið á hana að syngja þessa texta.

„Það hefur þó verið sérstaklega erfitt að koma þessu lagi, Minn ástarengill, frá mér, ég var ekki tilbúin. Mér fannst þetta svo rosalega persónuleg kveðja og treysti mér ekki til að syngja það inn fyrir en í janúar 2019.“

Ég hef sungið það nokkrum sinnum úti í Gardakirkju fyrir syrgjendur sem hefur verið rosalega gott en að finna tímenn til að gefa út svona lag er flókið. Þetta er eiginlega sálmur svo það er ekkert einfalt að gefa hann út sem sumar-smell í júlí,“ segir Þórunn í léttum tón.



Þórunn segir tónlistina og textana vera tjáningarleið sem hafi hjálpað henni að rata út úr völundarhúsi sorgarinnar, svona eins og að kasta björgunarhring til sjálftrar sín eftir að hún missti eiginmann sinn. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

## Tónlistin heilandi

Þann 17. janúar síðastliðinn voru tíu ár frá andláti Sjonna og segist Þórunn hafa fundið að nú væri rétti tímenn til að gefa öll lög út saman á plötu.

„Þetta er sorgleg plata og hún á að vera það. Tónlist er svo heilandi. Textar, tónlist, bíómyndir og fleira slíkt hefur hjálpað mér mikið í minni sorg. Það að geta séð sjálfan sig og sína sögu í einhverju slíku er ótrúlega mikilvægt á myrkustu tímum, að einhver segi manni sannleikann.“

Mig langar að gefa fólki í sársauka og söknuði eitthvað svipað. Mig langar að fólki geti sett plötuna á fóninn og farið inn í tilfinningar sínar. Á plötunni er meðal annars að finna enska útgáfu af einu upphaldslaganna sem ég hef samið

texta við, Hugarró sem Magni Ásgeirsson söng. Lagið heitir Away á ensku og er nýja útgáfan órafmögnum og mér þykir einhvern veginn innilega vænt um hana. Ég er svo heppin að hafa frábært tónlistarfólk með mér á plötunni en Vignir Snær Vigfússon hefur séð um að útsetja flest lög sem ég hef samið sem og að spila af sinni einstöku fegurð og næmni á gítarinn.

Lögin eru öll einhvers konar lýsing á söknuði og svartnættinu sem maður upplifir í söknuðinum, en líka voninni sem maður rígheldur í. Ég var ekkert að skella inn einhverju hressu varðeldslagi með, þessi plata er bara tileinkuð þessu umfjöllunarefni,“ segir Þórunn en titill plötunnar My darkest place vísar í eitt laganna sem á henni er að finna.



## ÞAÐ ER SÉRSTAKT AÐ

VERA ALLTAF MEÐ ÞENN-

AN SKUGGA MEÐ Í FÖR EN

VERA ALLTAF AÐ REYNA

AÐ BREIÐA YFIR HANN,

VERA GLAÐUR OG LIFA

EDLILEGU LÍFI.

„Það er nýjasta lagið á plötunni og fjallar um það hvernig svona stórt áfall er eins og skuggi sem fylgir manni alltaf. Maður veit ekki hvernær hann allt í einu skellur á mann, það getur verið lag sem maður heyrir eða andlit sem maður sér, allt í einu er maður á örskotsstund kominn aftur inn í áfallið sitt. Það er sérstakt að vera alltaf með þennan skugga með í för en vera alltaf að reyna að breiða yfir hann, vera glaður og lifa eðlilegu lífi. Viðlagið í þessu tiltekna lagi fjallar um upplifun sem ég varð fyrir oftast en einu sinni.“

## Hélt að hjartað myndi bresta

Þá hélt Þórunn að hjarta hennar myndi hreinlega bresta úr harmi og hún kæmist ekki lifandi frá sorginni.

„Ég lá þá bara á gólfinu á þeim stað þar sem hann dó og hugsaði með mér að fólk hlýti hreinlega að deyja úr sorg og var eiginlega viss um að það væri að koma fyrir mig.“

Ég held að fólk sem það er til að mynda áfallastreituröskun geti tengt við þessa tilfinningu og þetta þarf ekkert endilega að tengjast sorg. Fólk er með alls konar skugga með sér, hvort sem það er fíknisjúkdómur, áfall eða annað sem það reynir að lifa með en situr alltaf á öxlinni.“

Eins og flestir muna bar lag Sjonna og Þórunnar, Coming Home, sigur úr bítum í Söngvakeppni RÚV og keppti fyrir Íslands hönd í Eurovision-keppninni sem fram fór í Düsseldorf í Þýskalandi, aðeins tæpum fjórum mánuðum eftir andlát hans.

Þórunn segir það hafa verið góða tilfinningu að hafa nóg fyrir stafni þessa mánuði og það að geta haldið nafni eiginmannsins og ekki sist tónlist hans á lofti hafi verið gefandi. Auk þess hafi stuðningurinn og hlýjan frá Vinum Sjonna sem sungu lagið verið ómetanleg en eðli málsins samkvæmt var sorgin alltumlykjandi og missirinn enn óraunverulegur.

„Þegar ég svo kom heim eftir þessa tveggja vikna ferð kom ég ein heim í húsið okkar um miðja nótt því drengirnir gistu hjá mömmu minni. Við það að koma að húsinu fékk ég „flashback“ til kvöldsins sem þetta gerðist,“ en synirnir voru heima með föður sínum þegar hann lést og Þórunn við vinnu.

„Þarna þegar ég kom úr fluginu fann ég að ég hreinlega komst ekki inn fyrir dyrnar. Hugsun mín var ekki alveg rökrétt og ég man að hafa hugsað að fyrst drengirnir tækju ekki á móti mér heima væru þeir kannski ekki heldur til lengur. Ég varð því að fara heim til mömmu um miðja nótt og fá þá í fangið og minna mig á að hér væri ennþá eitthvað til að lifa fyrir.“



## TÓNLISTIN OG TEXTARNIR

ERU TJÁNINGARLEIÐ SEM

HEFUR HJÁLPAÐ MÉR AÐ

RATA ÚT ÚR VÖLUNDA-

HÚSI SORGARINNAR,

SVONA EINS OG AÐ KASTA

BJÖRGUNARHRING TIL

SJÁLFRAR MÍN Á SÍNUM

TÍMA.



# NÝR BMW X1 PLUG-IN HYBRID. FJÓRHJÓLADRIFINN.



BMW X1 PHEV. Sérverð: 6.890.000 kr.

Listaverð: 7.490.000 kr.

Nýr, fjórhjóladrifinn BMW X1 Plug-in Hybrid færir þér einstaka og umhverfisvænni akstursánægju sem gerir hverja ferð að spennandi ævintýri.

Kynntu þér fjórhjóladrifna BMW X1, X3 og X5 Plug-in Hybrid og bókaðu reynsluakstur á [bl.is](http://bl.is)

Opið í dag frá 12–16

Bílasala Akureyrar  
Akureyri  
[www.bilak.is](http://www.bilak.is)  
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands  
Egilsstöðum  
[www.bva.is](http://www.bva.is)  
470 5070

BL söluumboð  
Vestmannaeyjum  
481 1313  
862 2516

Bílasala Reykjaness  
Reykjanesbæ  
[www.bilasalareykjaness.is](http://www.bilasalareykjaness.is)  
419 1881

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



### Ekkert gripur fjölskylduna

Þórunn segir missinn hafa breytt sér, hún sé orðin harðari af sér. Skyndilega var hún eina fyrirvinna heimilisins með tvo unga syni og segir kerfið ekki gripa fólk í slíkum aðstæðum.

„Ég er svo heppin að eiga yndislega móður og systur sem hjálpuðu mér með drengina mína, meðal annars svo að ég gæti sinnt vinnu. En ég man að fólk spurði mig hvers vegna ég hefði ekki tekið mér eitthvert fri frá vinnu en það áttaði sig líklega ekki á því að ég hefði ein fyrir fjölskyldu að sjá. Það er líka þannig að þegar einstaklingur deyr utan spítala, eða skyndidauða eins og hann, þá er í raun ekkert sem gripur fjölskylduna,“ segir Þórunn en bætir þó við að hlutirnir hafi eitthvað breyst, meðal annars með tilkomu Ljónshjarta, samtaka fyrir ungt fólk sem misst hefur maka og ung börn þeirra sem hún kom að stofnun að.

Þórunn sótti sér faglega aðstoð við að vinna úr sorginni og sankaði að sér efni varðandi börn í sorg og aðstoð við þau auk þess sem hún fékk að eigin sögn ómetanlega hjálp hjá séra Vigfúsi Bjarna Albertssyni, sjúkrahússpresti á Landspítalanum. Synir Þórunnar og Sjonna, Haukur Örn og Róbert Hrafn, eru í dag 15 og 12 ára gamlir en fyrir ári bætist óvænt í hópinn litil stúlka sem sigrað hefur hug og hjörtu allrar fjölskyldunnar.

### Alltaf trúað heitt á ástina

Árið 2018 kynntist Þórunn barnsföður sínum og kærasta Olgeiri Sigurgeirssyni en segist ekki hafa búist við því að sambandið myndi bera slíkan ávöxt.

„Ég var búin að syrgja það að eignast ekki fleiri börn með því að Sjonni hefði dáðið. Ég þurfti því alveg að gefa sjálfri mér leyfi til að eignast barn með öðrum manni. Það var eins og fyrst kæmi upp sú tilfinning að ég væri að halda framhjá honum, en áður hafði ég farið í gegnum það ferli að fyrirgefa sjálfri mér fyrir að vera með öðrum manni,“ segir Þórunn einlæg.

„Ég hef alltaf trúað heitt á ástina og var í mjög góðu hjónabandi. Andlát hans skemmdi þá trú því ekki fyrir mér og ég hef enn sterka trú á ástinni. Ég var hins vegar alveg viss um að það gæti enginn elskað mig aftur þó ég teldi mig færa um að elska. Ég held að þetta sé algengt hjá ekkjum, maður heldur að maður sé svo brotinn eftir svona áfall að það vilji mann enginn.“

Þórunn fékk sjálf blóðtappa við heila árið 2009 en jafnaði sig vel, einu og hálfu ári síðar lést Sjonni svo skyndilega úr svipuðu meini. „Þrátt fyrir það hef ég ekki upplifað að vera lífhrædd en það breyttist sannarlega þegar ég varð barnshafandi öllum að óvörum 43 ára gömul.“

### Sett á dánardegi Sjonna

Settur fæðingardagur dótturinnar var ekki til að minnka áhyggjur móðurinnar.

„Ég var fyrst sett á dánardegi Sjonna, 17. janúar, og hugsaði með mér: Ég dey í fæðingunni, synirnir verða þá munaðarlausir og ég get því ekki gert þetta.“

Þórunn segir dramatískar hugsanir hafa heltekið sig. „Ég var orðin 43 ára gömul svo meðgangan hlaut að vera hættuleg og svo ekki sé talað um allt það sem gæti amað að barninu. Maður veit að lífið mun færa manni alls konar áskoranir og sorgir en þarna fannst mér ég vera að útsetja mig og mína fyrir meiri sársauka og tilhugsunin var óbærileg. Ég var því í massívu hræðsluástandi alla meðgönguna.“

Dóttirin, Hrefna Margrét, fæddist þann 11. janúar 2020 og er því nýorðin eins árs gömul og segist Þórunn nánast um leið hafa losnað við þennan ótta sem yfirtók allt á meðgöngunni.

### Að eiga hana breytti öllu

Þegar Þórunn er spurð hverju tilkoma Hrefnu Margrétar hafi breytt verður hún hugsuð og svarar svo: „Það



Hrefna Margrét, eins árs, var óvænt viðbót við fjölskylduna og segir Þórunn að tilkoma hennar hafi öllu breytt.



Þórunn segist alltaf hafa trúað heitt á ástina og hana fann hún aftur með barnsföður sínum og kærsta, Olgeiri Sigurgeirssyni.  
MYND/KRISSÝ LJÓSMYNDARI



### ÉG ER EKKI AÐ SEGJA AÐ

### MAÐUR VERÐI AÐ EIGNAST

### BARN TIL AÐ VITA AÐ

### MAÐUR LIFI SVONA

### HÖRMUNGAR AF, EN

### ÞETTA ER SVO SANNAR-

### LEGA ÁMINNING UM AÐ

### LÍFIÐ HELDUR ÁFRAM Í

### ORÐSINS FYLLSTU

### MERKINGU.

Það er svo magnað hvernig hlutirnir radast eins og þeir eiga að radast.“

Fram undan er plötuútgáfa, heil plata sem tileinkuð er eiginmanni Þórunnar sem fallinn er frá og sorginni sem hún hélt að myndi hreinlega verða henni ofraun. Þetta á sama tíma og Þórunn lítur framtíðina björtum augum, ástfangin með unga dóttur.

„Það þarf auðvitað sterkan og

sjálfsöruggan einstakling til að fara inn í svona aðstæður og ég er einstaklega heppin með kærasta. Hann hefur sjálfur farið í gegnum stóra sorg þegar hann missti móður sína mjög snögglega. Þeir sem hafa upplifað sorgina skilja betur að það að hafa elskað einhvern annan áður þýðir ekki að maður geti ekki elskað í dag.

Margir óttast það þegar þeir eiga von á sínu öðru barni að geta ekki elskað það eins og það fyrsta en læra svo að ástin er ekki minni. Það er ekki þannig að maður sé bara búinn að fylla hjartað sitt, heldur stækkar það frekar. Það þarf ekkert að eyða því sem fyrir var, þú mátt alveg eiga það áfram og uppskerð einfaldlega stærra hjarta.

Olgeir veit að ég mun aldrei hætta að elska Sjonna og hann veit líka að við værum líklega ekki saman í dag nema vegna þess að Sjonni dó. Svona bara er okkar saga og sérhver ástarsaga er einstök.

Það sem kemur fyrir okkur í lífinu gerir okkur að þeim einstaklingum sem við erum og sorgin er einn hluti af mér og þeirri manneskju sem hann elskar.“

### Platan lokar ákveðnum hring

Platan My darkest place inniheldur ellefu lög og eru tvö þeirra eftir Sjonna, annars vegar lagið Coming Home sem Þórunn syngur í nýrri og rólegri útgáfu og svo lagið Days Gone by.

„Ári eftir að hann dó var ég í miklu sorgarástandi og kallaði til hans að ég vildi geta heyrt eitthvað frá honum,“ útskýrir Þórunn sem í framhaldi opnaði tölvuna hans þar sem hún sá opið upptökuforrit með hráu demói að þessu lagi sem hún svo kláraði og tók upp ásamt tónlistarmanninum Vigni Snæ Vigfússyni og má heyra Sjonna söngla í upphafi lagsins.

Með útgáfu plötunnar segist Þórunn vera að loka ákveðnum hring áður en hún geti gefið út aðra tónlist sem hún eigi tilbúna.

„Líf mitt er ekki bara sorgin og þetta áfall. Auðvitað mun þetta alltaf móta mig og gerir mig að þeirri manneskju sem ég er í dag, en það eru alltaf einhverjir sem telja að þeir sem halda minningu þeirra sem eru farnir á lofti séu fastir í sorginni sinni. Auðvitað snýst þetta ekki um það, heldur frekar um að í dag er ég á það góðum stað að ég vil gefa þetta út,“ segir Þórunn og bætir við að hún hafi stundum fengið skilaboð frá ókunnugu fólki sem furðar sig á því að maðurinn hennar þoli að hún sleppi ekki takinu á Sjonna.

„Þetta er mjög úrelt hugsun, í gamla daga átti ekki að minnast aftur á þann sem var farinn. Við vitum sem betur fer í dag að það eru margir með stórar sorgir á bakinu sem lifa mjög hamingjusömu lífi. Þetta er bara einn hluti af lífinu.“

Þessi plata er kveðja frá mér til hans. Tónlistin og textarnir eru tjáningarleið sem hefur hjálpað mér að rata út úr völundarhúsi sorgarinnar, svona eins og að kasta björgunarskring til sjálfrar mín á sínum tíma. Það er þó ekki hægt að fara meira úr fótunum fyrir framan fólk en að gefa þessi lög út. Ég er í raun að fletta húðinni af mér og leyfa fólki að sjá inn í allar æðar,“ segir Þórunn en kvíðir ekki viðtökunum.

„Ef maður festir sig of mikið í að hugsa um þær kemur maður aldrei neinni list frá sér. Ef fólk filar þetta ekki þá er það bara allt í lagi. Ég vil koma þessu frá mér í þeirri von að þetta hjálpi einhverjum sem lifur illa og geti kannski losað um eitthvað sem hann á erfitt með.“

Þegar ég heyrir affólki í sömu stöðu langar mig að það viti að þetta verði ekki alltaf jafn hræðilega sárt og það sé alltaf von. Þetta muni ekki alltaf heltaka hverja einustu mínútu dagsins. Maður fer frá því að halda að maður deyi úr sorg og hjartað hætti að slá yfir í að sjá það að lífið er gott,“ segir Þórunn að lokum en bætir svo við: „Ég hef reyndar alltaf hugsað: Ég er hérna, hann fær ekki að vera hérna, svo ég þarf að nýta tímann sem best og skapa sem mest.“





ÍS BAND UMBOÐSAÐILI RAM Á ÍSLANDI

# RAM 3500



**VERÐ FRÁ 7.547.906 KR. ÁN VSK.  
9.359.403 KR. M/VSK.**

**GOTT ÚRVAL BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX**

**ÖFLUG 6,7 LÍTRA CUMMINS DÍSELVÉL, 370/400\* HESTÖFL  
OG \*AISIN SJÁLFSKIPTING. RAM 3500 ER MEÐ MESTA  
INNRARÝMIÐ (MEGA CAB) Í SÍNUM FLOKKI.**

**ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI ÍSBAND, SMÍÐSHÖFÐA 5,  
SÉRHÆFIR SIG Í BREYTINGUM Á RAM PALLBIFREIÐUM.**

**BJÓÐUM UPP Á 37" - 40" BREYTINGAPAKKA**



**RAM 3500  
LIMITED MEGA CAB**



**RAM 3500  
37" BREYTTUR**



**RAM 3500  
40" BREYTTUR**

**EVROPUÁBYRGÐ: BÍLAR SEM EKKI ERU FLUTTIR INN AF UMBOÐI FRÁ USA OG KANADA ERU EKKI Í ÁBYRGÐ FRAMLEIÐANDA.  
VERKSMÍÐJUÁBYRGÐ TRYGGIR AÐ ALLAR INNKALLANIR OG UPPFÆRSLUR SEM KUNNA AÐ BERAST Á LÍFTÍMA BÍLSINS ERU  
TILKYNNTAR EIGANDA SEM FRAMLENGD ÁBYRGÐ OG FRAMKVÆMDAR EIGANDA AÐ KOSTNAÐARLAUSU.**

BILL Á MYND RAM 3500 LARAMIE SPORT MEGACAB MEÐ 35" BREYTINGU



**UMBOÐSAÐILI JEEP® OG RAM TRUCKS Á ÍSLANDI** • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR  
S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16

# Ég ætlaði að standa með henni

**Tinna Garðarsdóttir** lærði að meta litlu hlutina í lífinu þegar besta vinkona hennar greindist með krabbamein. Hún ákvað að standa þétt við bakið á henni og styðja hana. Greiningunni fylgdu ýmsar ólíkar tilfinningar.

Birna Dröfn  
Jónasdóttir  
birnadrofn@frettabladid.is



**T**inna Garðarsdóttir var stödd í Nettó með syni sína tvo í júní í fyrra þegar hún fékk símtal sem hefur haft mikil áhrif á líf hennar og margra annarra. Símtalið var frá bestu vinkonu Tinna, Stellu, sem sagði henni að hún hefði greinst með krabbamein.

„Þetta var algjört sjokk,“ segir Tinna. „Ég mun aldrei gleyma þessu augnabliki og í rauninni vissi ég hvað hún var að fara að segja en samt brá mér,“ bætir hún við.

Stella hafði eignast dóttur í nóvember 2019 og var enn með hana á brjósti þegar hún greindist með krabbameinið. „Hún heldur að hún sé með stíflaðan mjólkurkirtil eða eitthvað svoleiðis, en þegar hún er komin með verk upp í holhöndina fer hún til læknis. Hún hélt að lækurinn væri bara að fara að segja að þetta væri ekkert en þegar hún er búin að fara til hans verður hún svolítið hrædd,“ segir Tinna.

„Hún hringdi í mig og sagði mér frá því að hún væri orðin hrædd þannig að þegar hún hringir í mig til að segja mér að hún sé með krabbamein þá kom það ekki beint á óvart,“ útskýrir hún.

Tinna og Stella hafa verið vinkonur frá því að þær voru tólf ára. Þær kynntust á leiklistarnámskeiði fyrir rúmum 20 árum og þrátt fyrir að hafa ekki búið í sama hverfi eða gengið í sama skóla voru þær alltaf vinkonur. „Þegar ég fékk þetta símtal meðtók ég ekki alveg strax hvað væri í gangi en ég vissi bara að ég ætlaði að standa með henni hundrað prósent. Ég held að ég sé bara mjög heppin með það hversu nánar við erum, ég hef aldrei þurft að meta hvert mitt hlutverk í þessu er, ég bara veit það,“ segir Tinna.

## Greiningin hefur áhrif á marga

Á hverju ári greinast um 70 ungir einstaklingar hér á landi með krabbamein. Greiningin hefur áhrif á þann greinda og fjölmarga sem að honum standa. Ætla má að krabbameinsgreining einstaklings hafi áhrif á um sjö til tíu einstaklinga í kringum hann. Því hafa sjötíu greiningar ungs fólks áhrif á allt að 700 manns hér á landi á hverju ári.

Tinna segir að greining Stellu hafi haft mikil áhrif á hennar líf en að opin og hreinskilin samskipti þeirra vinkvennanna hafi auðveldað margt. „Við erum mjög opinskáar við hvor aðra og það er mjög gott, ég get ímyndað mér að þetta sé jafnvel erfiðara fyrir þau sem eru kannski aðeins lengra frá henni,“ segir Tinna. „Það hefur verið mjög gott fyrir okkur að geta sagt hvor annarri hvað við viljum og þurfum og ég get spurt hana hvað hún vilji,“ segir Tinna.

„Hún hikar ekki við að segja mér það og það kom til dæmis tímabil þar sem hún vildi ekkert tala um þetta og þá töludum við bara um eitthvað annað. Það var ekkert mál af því ég vissi það,“ segir Tinna. „Svo skammaði hún mig líka um daginn,“ bætir hún hlæjandi við og blaðamaður spyr um hæl fyrir hvað hún hafi uppskorið skammirnar.

„Hún skammaði mig af því að ég hlífoi henni. Henni fannst hún ekki lengur vita hvað væri í gangi í mínu lífi og hvernig mér líði,“ segir Tinna. „Það var alveg rétt hjá henni, ég hafði ekkert verið að taka upp símann og segja henni frá einhverjum



Tinna Garðarsdóttir hefur upplifað ýmsar tilfinningar frá því að Stella, besta vinkona hennar, greindist með krabbamein síðasta sumar. Hún segist hafa lært hversu mikilvægt það sé að vera til staðar fyrir fólkið í kringum sig og finnur fyrir aukinni væntumþykju til fjölskyldu og vina. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



vandamálum í fjölskyldunni eða einhverju veseni í vinnunni, bæði af því ég vildi hlífa henni en líka af því að öll önnur vandamál blikna í samanburði við krabbameinið og maður er ekkert að kvarta yfir því sem skiptir ekki máli í stóra samhenginu,“ bætir Tinna við.

**Fallegt augnablik þegar hárið fór**  
Tinna segir að þegar Stella greindist hafi hún vitað af ákveðnum hlutum sem biðu þeirra í náninni framtíð. „Ég vissi að hún myndi missa hárið, þyrfti að fara í aðgerð og lyfjameðferð og mér fannst ég einhvern veginn undirbúin fyrir þetta allt en samt var ég kviðin. Ég kveið því til

Stella og Tinna fóru saman á línuskauta á Ægisíðunni í ágúst í fyrra, stuttu eftir að Stella hóf lyfjameðferð. Þær skemmtu sér konunglega og segir Tinna að þetta sé í fyrsta og eina skiptið sem hún hafi verið í betra formi en Stella.



Tinna hafði kviðið fyrir því að Stella myndi missa hárið, stundin varð þó falleg og minningin eftirminnileg.

„Ein kom með kampavín og við bara skáluðum og tókum fullt af myndum af Stellu með alls konar mismunandi klippingar og svo var hárið rakað af henni og syni hennar sem vildi vera eins og mamma sín,“ segir Tinna og brosir. „Þetta var ótrúlega skemmtileg og falleg stund en þegar ég kom út í bíl brotnaði ég saman og grét alla leiðina heim.“

## Mikilvægt að taka þátt í lífinu

„Ég hef lært hversu mikilvægt það er að vera til staðar og hversu mikilvægt það er fyrir alla að fá að taka þátt í lífinu, líka fyrir þau sem eru veik, segir Tinna. „Ég hef ekki eins mikla þörf fyrir að pirra mig á litlu hlutunum og ég finn mjög mikla væntumþykju gagnvart fólkinu mínu, bæði öðrum vinkonum mínum og fjölskyldunni minni af því ég veit hversu viðkvæmt lífið getur verið og hvernig það getur breyst á einu augnabliki.“

Tinna segist hafa upplifað hinar ýmsu tilfinningar á þeim rúmu sjö mánuðum sem Stella hefur glímt við krabbameinið. Hún hafi til að mynda fundið fyrir vanmætti,



Tinna og Stella hafa verið vinkonur frá því að voru 12 ára gamlar. Hér eru þær fjórtán ára. MYND/ADSEND

sektarkennd og hræðslu. „Vanmáttur er mjög erfið tilfinning en krabbamein er þannig að maður getur ekkert gert. Ég hef alveg upplifað það að ég sé ekki að gera nóg, sérstaklega í COVID þegar ég fæ enn færri tækifæri til að hitta hana,“ segir Tinna.

Hún segir að fyrstu mánuðina eftir að Stella greindist hafi hún passað sig að vera alltaf með símann á sér. „Ég þorði ekki að leggja hann frá mér ef hún myndi hringja og ef hún hringdi þá svaraði ég alltaf, labbaði út af fundum ef ég þurfti þess,“ segir hún.

„En núna er ég aðeins rólegri með þetta og þó ég hafi oft verið hrædd þá hef ég eiginlega aldrei verið hrædd um líf hennar. Hún er bara með krabbamein núna og svo ætla henni að batna,“ segir Tinna.

Nú stendur yfir átak og fjárflyunarherferð Krafts, stuðningsfélags fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein. Atakið, sem ber yfirskriftina Lífið er núna, stendur til 4. febrúar og fer söfnun fram með sölu á húfum hönnuðum af Heiðu Birgisdóttur og framleiddum af Varma. Húfunu má nálgast í vefverslun Krafts eða í verslunum Simans og Geysis.



LAUGARDAGUR 30. JANÚAR 2021

Helgin



Matteo Bocelli er ekki bara líkur föður sínum Andrea, heldur hefur hann erfð fallega söngródd hans og vekur nú athygli víða um heim. ➔4



Úrsúla María er 26 ára lögfræðingur og móðir sem glimdi við hárlos eftir barnsburð og prófaði þá að nota Hair Volume með góðum árangri. MYND/ADSEND

# Árangurinn kom ánægjulega á óvart

Úrsúla María glimdi við mikið hárlos eftir barnsburð en hefur jafnað sig á ótrúlega skömmum tíma með því að taka inn sévalda jurta- og vítamínblöndu fyrir hárið. Hún mælir heilshugar með Hair Volume fyrir mæður. ➔2

TRYGGÐU ÞÉR  
ÁSKRIFT Á DV.IS

☎ 512 7000

🖱 [WWW.DV.IS/ASKRIFT](http://WWW.DV.IS/ASKRIFT)

✉ [ASKRIFT@DV.IS](mailto:ASKRIFT@DV.IS)

## Framhald af forsiðu →

Úrsúla María mælir heils hugar með Hair Volume fyrir mæður og aðra sem lenda í miklu hárlösi.

Hárþynning og hárlösi er eitt-hvað sem margir kannast við og getur valdið fólki mjög miklu hugarangri. Almenn missir fólk 50-100 hár á dag og ný hár koma í staðinn, en þegar hárlösi verður meira en telst eðlilegt og endurnýjun hægar, er um hárlösi að ræða. Bæði konur og karlar á öllum aldri geta þjást út af miklu hárlösi, þunnu og liflausu hári og þó að skallmyndun sé mun algengari hjá körlum, getur hún einnig gerst hjá konum.

## Orsök hármíssis

Ýmislegt getur valdið því að hárið þynnist og verður liflaust:

- Erfðir og aldur
- Hormónabreytingar
- Streita
- Sveppasýking í hársverði
- Barneignir
- Næringarskortur
- Járnskortur
- Vöðvabólga
- Veikindi
- Lyfjameðferð

## Hvað er til ráða?

Það er hægt að hafa áhrif á hársverð og heilbrigði hársins á margvíslegan hátt og sporna við almennu hárlösi sem telst meira en eðlilegt. Hvort sem rekja má hárlösi til erfða, hormónabreytinga, umhverfisþátta eða næringar, þá eru nokkur atriði sem gott er að hafa í huga.

- **Næring** – Vandaðu mataræði þitt og borðuðu fjölbreyttan mat svo þú fáið öll nauðsynleg næringarefni sem líkaminn þarfnast til að viðhalda heilbrigðu hári.
- **Streita** – Finndu leiðir til að draga úr andlegu álagi en mikil streita getur haft margvísleg neikvæð áhrif á líkamann og valdið ýmsum einkennum, eins og auknu hárlösi.
- **Vöðvabólga** – Viðvarandi og mikil vöðvabólga getur dregið úr blóðflæði til hársvarðar og ýtt undir hárlösi og því mikilvægt að finna leiðir til að bæði fyrirbyggja og losa um uppsafnaða spennu og bólgur með nuddi, slökun, réttari líkamsbeitingu og hreyfingu.
- **Hárvörur** – Vandaðu val þitt á hárvörum og veldu vörur með



Hair Volume er náttúrulegt bætiefni sem getur hjálpað til við að viðhalda þykkt hársins og auknið hárvöxt.



Til vinstri eru kollvikin fyrir inntöku Hair Volume, til hægri má sjá heilbrigða hárið hennar Úrsúlu í dag.

náttúrulegum, hreinum og öruggum innihaldsefnum.

- **Fáðu ráðgjöf hjá sérfræðingum** – Hárlínur sérhæfir sig í að greina rót vandans og veita ráðgjöf.

- **Bætiefni** – Veldu sérvaldar bætiefnablöndur sem hafa það

að markmiði að efla og styrkja hárið og næra hársvörðinn.

## Hair Volume er sérválin bætiefnablanda fyrir hár

Hair Volume frá New Nordic er náttúrulegt bætiefni unnið úr jurtum sem getur hjálpað til við að

viðhalda þykkt hársins og auknið hárvöxt en það inniheldur meðal annars jurtaþykki úr eplum sem er ríkt af Proxanidin B2, ásamt öðrum mikilvægum efnum fyrir hárið eins og biótíni sem hvetur hárvöxt og eykur umfang hársins. Hair Volume inniheldur einnig

„Það kom mér verulega á óvart hversu fljótt hárið tók við sér og eftir aðeins einn mánuð á Hair Volume var komið fullt af nýjum hárum og kollvikin að hverfa.“

kopar sem hjálpar til við að viðhalda hárlösi ásamt aminosýrunni L-cysteine, sem getur komið í veg fyrir hárlösi og viðheldur áferð og þykkt hárs, sink og þykkni úr hirsí sem stuðlar að liflegu og heilbrigðu hári.

## Munur á einum mánuði

Úrsúla María er 26 ára lögfræðingur og móðir sem glímdi við hárlösi eftir barnsburð en hún hefur þetta um Hair Volume að segja:

„Eftir barnsburð fór ég að glíma við hárlösi og var hárið á mér farið að þynnast verulega, sérstaklega hjá kollvikunum. Það var virkilega erfitt að sjá og finna hárið verða þynna með hverjum degi sem leið og var það farið að valda mér áhyggjum. Ég fór því að velta fyrir mér hvað ég gæti gert til að laga ástandið. Ég hafði ekki endilega mikla trú á að fæðubótarefni gætu breytt miklu en hafði heyrt um Hair Volume og ákvað að gefa því séns. Það kom því verulega á óvart hversu fljótt hárið tók við sér og eftir aðeins einn mánuð var komið fullt af nýjum hárum og kollvikin sem höfðu myndast voru að hverfa.“

Þetta var auðvitað kærkominn viðsúningur og núna eftir aðeins nokkra mánuði á Hair Volume hefur hárið jafnað sig og árangurinn er betri en ég hefði getað ímyndað mér. Ég er gríðarlega þakklát fyrir að hafa kynnst Hair Volume og finnst þessi vara algjör snilld fyrir mæður. Ég mun halda áfram að taka Hair Volume til að viðhalda heilbrigðu og þéttu hári.“

Útsöluáðir: Apótek, Stórmarkaðir, heilsuverslanir og Heimkaup

Mælt er með að neytendur leiti álitslæknis eða annars fagfólks áður en þeir ákveða að taka inn vítamín eða fæðubótarefni. Sérstaklega á þetta við um barnshafandi konur og konur sem eru með barn á brjósti. Fæðubótarefni eiga ekki að koma í staðinn fyrir fjölbreytt og hollt mataræði.

## Taktu fagnandi á móti deginum með Saffrox!

Saffrox inniheldur 28mg af affron® sem er virka efnið í Saffron kryddjurtinni ásamt útvöldum vítamínunum og steinefnum.

## Saffrox er 100% náttúrulegt.

- Magnesium stuðlar að að eðlilegri starfsemi taugakerfisins og dregur úr þreytu og lúða.
- B6-vítamín stuðlar að eðlilegri sálfræðilegri starfsemi, auk þess að halda reglu á hormónastarfsemi líkamans.
- B12 stuðlar m.a. að eðlilegri starfsemi tauga- og ónæmiskerfisins.



Vítamín eru ekki reikjuð til þess að teikna sjúkdóma eða koma í veg fyrir þá og fæðubótarefni eiga ekki að koma í staðinn fyrir fjölbreytt og hollt mataræði.

Fæst í apótekum og heilsuhúsum.

# Gífurlega virk krem í kulda og þurrki

MariCell vörulínan inniheldur íslensk húðmeðhöndlunarefni þróuð af dr. Baldri Tuma Baldurssyni húðsjúkdómalækni. Kremin innihalda mOmega-3 fjölómettaðar fitusýrur unnar úr sjávarfangi.

MariCell kremin eru framleidd á Ísafirði og byggja á einkaleyfavarinni tækni. MariCell vörulínan er CE-merkt, flokkuð sem lækningavara og með ávísun læknis greiða Sjúkratryggingar Íslands hluta kostnaðarins. „Omega-3 er fitusýra sem maðurinn framleiðir ekki sjálfur og þarf því að fá annars staðar frá. Vandinn við Omega-3 í kremformi er lyktin sem stafar af fitusýrunni og þess vegna er ekki algengt að sjá þetta innihaldsefni í kremum almennt. Eftir sem áður er fitusýran afar virk og getur gert gæfumun gegn ýmiss konar húðvandamálum. Við unnum því gífurlega þróunarvinnu til þess að draga úr lyktinni af mOmega-3 í MariCell kremunum þannig að hún sé ekki truflandi,“ segir Baldur.

MariCell kremin koma í fjórum styrkleikum. XMA kremið sem er mildast, PSORIA kremið, FOOTGUARD og svo SMOOTH sem er virkasta kremið og hentar til notkunar gegn almennum húðþurrki á til dæmis olnboga, handarbökum og þurrkblettum. Þá er það sérstaklega virkt í þeim kulda og þurrki sem gengur yfir okkur núna í upphafi árs.

## Eins og að vera með pappírsskurði

Guðlaug Erla Fjeldsted hafði þjáðst af miklum og svænum fótþurrki alveg frá því hún var lítil, en eftir að hafa prófað Footguard segir hún að vandamálið hafi snarlagast. „Ég var alltaf slæm á hælunum og iljunum öllum alveg frá því ég man eftir mér. Sem krakki voru hælarnir grófir og sprungnir og það er ekkert eðlilegt að barn þurfi að raspa á sér fæturna. Þetta gerði það að verkum að það var helsárt að stiga í fæturna. Þá hef ég alltaf verið sérstaklega slæm á veturna enda fer kuldinn og þurrkurinn í andrúmsloftinu illa með húðina. Ég hef líka fundið fyrir auknum þurrki eftir meðgöngu og nú eftir síðustu meðgöngu þá voru sprungurnar á hælunum orðnar það djúpar og húðin á iljunum orðin það þurr að það var eins og ég væri með pappírsskurði eftir allri ilinni,“ segir Guðlaug.

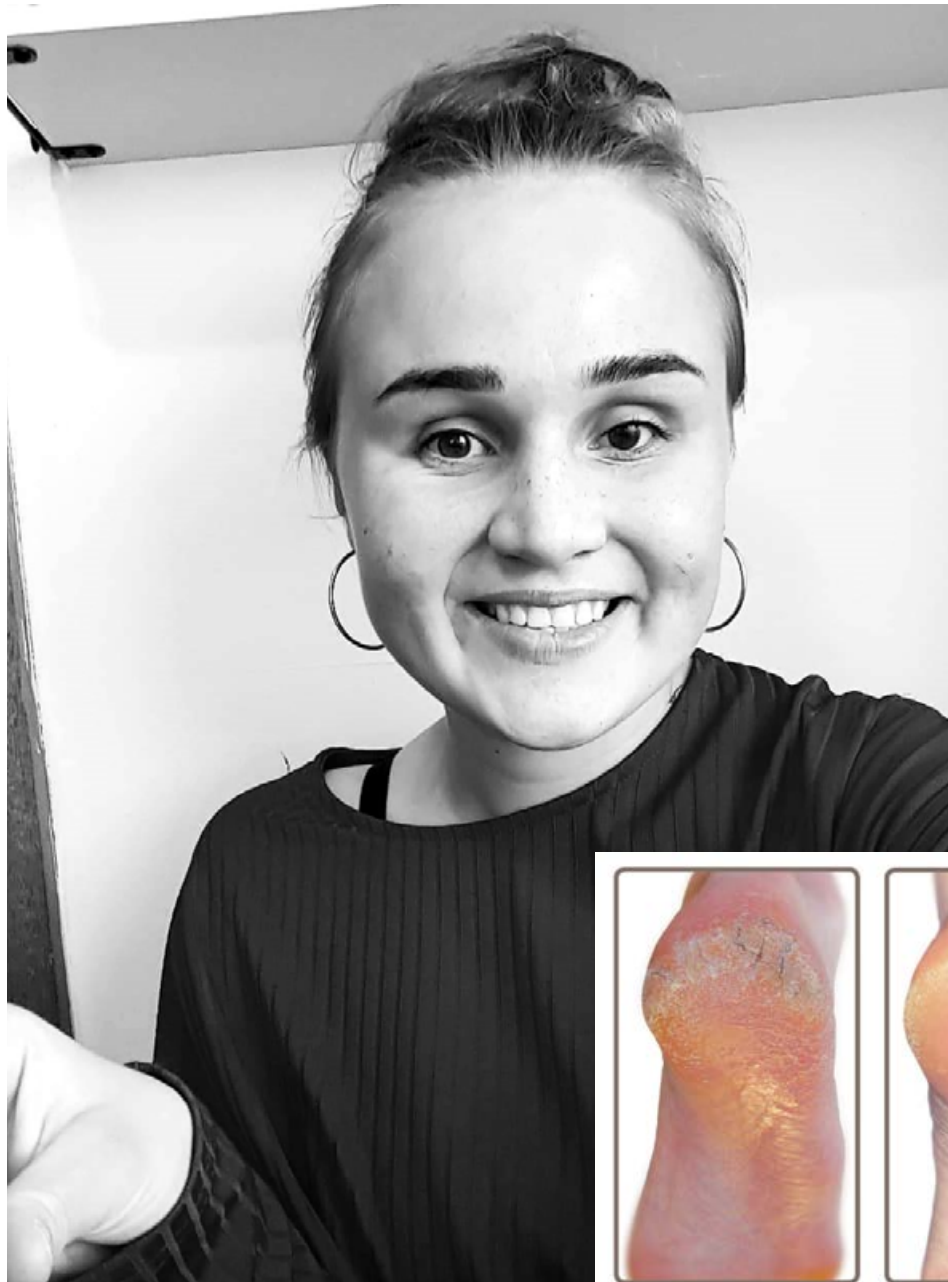
Henni hafði ekki tekist að finna neinar vörur eða lausnir sem virkuðu. Þá hafði hún prófað öll fótakremin á markaðnum, bæði hér heima og erlendis. „Ég skammaðist mín og veigraði mér við að fara í fótisnyrtingu. Þegar ég hætti mér einu sinni þurfti snyrtifræðingurinn að tvöfalda tímann. Hún mælti svo með einhverju þýsku kremi fyrir mig sem átti að vera ægilega gott, en það gerði ekkert fyrir mig.“ Það var ekki fyrr en Guðlaug var stóðd síðasta sumar í apóteki í



**Baldur Tumi Baldursson húðsjúkdómalæknir þróaði fyrst MariCell Footguard kremið með sykursýkisjúklinga í huga, en fótþurrkur er þekkt vandamál sem fylgir þessum hópi sjúklinga. MYNDIR/ADSENDAR**

Mosfellsbæ að starfsmaður þar, sem er eldri kona, benti henni á Footguard kremið frá MariCell. „Hún sagði að þetta krem hefði virkað ótrúlega vel fyrir sig. Kremið var í dýrari kantinum, en það eru líka fleiri lausnir eins og til dæmis Baby foot maskinn, sem ég hafði verið að nota áður sem fjarlægði vissulega dauðu húðina, en leysti ekki vandamálið. Svo ég ákvað því að prófa Footguard.“

Eftir að hafa notað Footguard í tvo daga fann ég strax mun á mér. Húðin var strax byrjuð að mýkjast. Þetta var ótrúlegt. Ég var farin að halda að ég þyrfti að fara í einhverja massiva meðferð gegn húðsjúkdómi, en svo var þetta bara svona rosalegur þurrkur. Kremið svinvirkar og húðin á iljunum og hælunum hefur aldrei verið svona góð. Það er ekki lengur sárt að stiga í fæturna og ég þarf varla að raspa á mér lappirnar lengur.“



**Guðlaug Erla Fjeldsted hafði þjáðst af gífurlegum fótþurrki og sprungnum hælum síðan hún var ung. Engar vörur virtust vinna á vandamálinu fyrr en hún kynntist MariCell Footguard.**



**MariCell húðmeðhöndlunarlínan samanstendur af fjórum græðandi og virkum kremum fyrir ýmsa húðkvilla. XMA kremið er mildast. PSORIA kremið kemur næst og hentar þeim sem kljást við hreistraða húð og einkenni sóríasis. FOOTGUARD er til að vinna á móti siggi, þykkri húð og sprungnum hælum. SMOOTH er svo virkasta kremið og hentar til notkunar gegn almennum húðþurrki. Kremin innihalda öll hina græðandi fjölómettuðu mOmega3 fitusýru.**

## MariCell Xma fyrir viðkvæma húð

MariCell Xma er sérþróað til meðhöndlunar á þurri, rauðri og bólginni húð og mildum einkennum exems. MariCell Xma inniheldur mOmega3™ fjölómettaðar fitusýrur og þegar Xma er borið á húðina reglulega slaknar á húðinni og hún fær meiri fyllingu. Meðhöndlunarefnið gefur húðinni raka, sefar erta húð og dregur úr kláða. Xma er mjög gott gegn þurrki í kaldri tíð.

„MariCell Xma kremið er sérstaklega hannað fyrir viðkvæma húð og inniheldur virka efnið mOmega3. Kremið inniheldur ekki rakahaldandi eða húðmýkjandi efni eins og karbamíð og ávaxtasýrur, því exemhúðin þolir þau efni ekki. Málið með það sem við köllum exemhúð, er að hún er afar gísín sem gerir hana mjög viðkvæma. Þá er nauðsynlegt að þetta hana. Þar kemur mOmega3 inn í ferlið, en það er einmitt virkni fitusýrunnar að þetta húðina. Einnig getur notkun kremsins hjálpað til við að laga bólgu og roða á byrjunarstigi.“



## MariCell Footguard

MariCell Footguard er sérþróað til meðhöndlunar á siggi, þykkri húð og sprungnum hælum. Að sögn Baldurs var kremið sérstaklega hannað og sett á markað fyrir hartnær níu árum með sykursýkisjúklinga í huga. „Það er þekkt vandamál hjá sykursýkisjúklingum að þeir þjáast margir hverjir af þurri og sprunginni húð á hælum sem getur haft slæmar afleiðingar í för með sér ef það er ekki meðhöndlað,“ segir Baldur. „Það er samt þannig að stór hluti frisks fólks getur varla gengið út af svona fótþurrki og hefur þá haft mikið gagn af kreminu,“ bætir Baldur við.

MariCell Footguard inniheldur mOmega3, karbamíð (10%) og ávaxtasýru (7%). Virkni Footguard er því þrjúþætt, þar sem mOmega3 fitusýrurnar viðhalda heilbrigði ysta lags húðarinnar, karbamíð gefur húðinni raka og eykur vatnsbindigetu og ávaxtasýran mýkir efsta lag húðarinnar. Með þessari þrjúþættu virkni getur Footguard meðhöndlað og komið í veg fyrir siggi, þykkri húð og sprungna hæla.



# Fetar í fótspor föðurins

Hinn heimsfræga tenór Andrea Bocelli þekkja allir en færri vita að sonur hans, Matteo Bocelli, er að skapa sér sess á tónlistarsviðinu. Þeir feðgar hafa verið að syngja saman að undanfögnu.

Elin  
Albertsdóttir  
elin@frettabladid.is



Andrea Bocelli er væntanlegur til Íslands en fyrirhugað er að halda tónleika með honum í Kórnum þann 10. apríl ef mögulegt verður. Tónleikunum var frestað í fyrra vegna heimsfaraldursins. Ekki hefur verið rætt um hvort sonur hans verði með í för. Andrea á þrjú börn, tvo syni með fyrri konu sinni og dóttur með núverandi eiginkonu. Matteo er fæddur árið 1997 og lærði píanóleik eins og bróðir hans. Oft er spurt hvort Matteo hafi fulla sjón, en eins og flestir vita er Andrea Bocelli blindur eftir slys á fótboltavelli þegar hann var barn. Matteo hefur fulla sjón og þykir einstaklega líkur föður sínum. Ekki bara útlitslega því hann hefur erfð fallegu söngróddina hans og þótt þeir séu með ólíkar raddir falla þær vel saman. Andrea hafði ekki gert sér grein fyrir því að sonur hans hefði góða söngródd fyrr en fyrrverandi eiginkona hans benti honum á það árið 2016.

Fyrsta lagið sem þeir feðgar sungu saman opinberlega var Fall

„Farsóttin hefur að nokkru leyti verið jákvæð þar sem samvera fjölskyldunnar hefur verið mikil en það gerist ekki oft hjá okkur.“

on Me, en Amos, bróðir Matteo, lék undir á píanó. Lagið er notað í Disney-myndinni Hnotubrjótnum. Þá hefur Matteo gefið út hljómplötu með lögum úr nokkrum Disney-myndum. Lag Eltons John, Can You Feel the Love Tonight úr Lion King, hefur vakið mikla athygli undanfarið. Lagið er fánlegt í stafrænu formi. Matteo kom fram ásamt föður sínum á tónleikum fyrir Harry og Megan, hertogahjónin af Sussex, árið 2018.

Matteo hefur sagt að Disney sé í miklu uppáhaldi og hann hafi skemmt sér yfir myndunum frá barnsaldri. „Ég vonast til að börnin sem hlusta í dag upplifi sömu tilfinningar og ég gerði sem barn,“ segir hann.

Andrea Bocelli hefur verið

kvæntur núverandi eiginkonu, Veronicu Berti, frá árinu 2014. Hann er 62 ára en hún 36. Dóttir þeirra heitir Virginia. Andrea var áður kvæntur Enrica Cenzatti. Þess má geta að Andrea veiktist af COVID-19 í mars í fyrra en varð ekki mikið veikur og náði sér að fullu. Eftir að Andrea var laus úr einangruninni sungu þeir feðgar lagið Fall on Me frá heimili sínu á Ítalíu fyrir þjóðina, sem framlag til landsmanna sem voru innilokaðir heima. Andrea er með eigin mannúðarsjóð sem veitir stuðning til samfélaga sem búa við fátækt, ólæsi og félagslega útilokun.

Matteo hefur sagt að COVID-19 hafi breytt fyrirhuguðum tónleikum og ferðalögum hjá fjölskyldunni og hún hefur því getað verið meira saman en nokkru sinni áður. „Farsóttin hefur að nokkru leyti verið jákvæð þar sem samvera fjölskyldunnar hefur verið mikil en það gerist ekki oft hjá okkur,“ segir hann. Andrea Bocelli kom fram í mannlausri Dómkirkjunni í Milanó í fyrra og söng fyrir allan heiminn í gegnum Youtube.

Andrea er einn frægasti söngvari á Ítalíu en það var sjálfur Luciano Pavarotti sem kynnti hann fyrir heiminum á sínum tíma.



Matteo Bocelli er friðleikspiltur og ekki ólíkur föður sínum, Andrea Bocelli.



Fjölskyldan samankomin á frumsýningu Hnotubrjótins frá Disney í nóvember 2018. Frá vinstri eru Matteo, Veronica, Andrea, Amos og litla systir, Virginia, sem Andrea á með seinni konu sinni. Glæsileg fjölskylda.



Feðgarnir Matteo og Andrea Bocelli komu fram saman á tónleikum í Róm í mars 2019. Þeir eru farnir að syngja nokkuð oft saman. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

algorithmics

Alþjóðlegur  
forritunarskóli

## Leikja- hönnun

Fyrir krakka 10-11 ára



Gefðu barninu þínu  
forskot til framtíðar

reykjavik.alg.academy/  
www.facebook.com/AlgorithmicsReykjavik  
Sími: 835 1035

# Orka Íslands

LAUGARDAGUR 30. JANÚAR 2021

Kynningar: Landsvirkjun, N1, Mannvit, Íslenskar orkurannsóknir, KPMG, Orkusalan, Verkis.



Ljósafossstöð var fyrst gangsett árið 1937. Elsta aflstöðin í Soginu stendur við Ljósafoss, útfall Úlfjótsvatns. Stöðin stendur á árbakkanum austan við fossinn. MYND/ADSEND

## Bensín og olía á bak og burt

Ísland verður laust við bensín og olíur eftir 30 ár, gangi Orkustefna til ársins 2050 eftir. Landsvirkjun sér fjölda tækifæra í framtíðinni, til dæmis við framleiðslu á grænu vetni og rafhlöðum, uppbyggingu gagnavera í grænum heimi og matvælaframleiðslu í hátæknumhverfi. ➔2

## Framhald af forsiðu ➔

Íslendingar hafa alla burði til að verða óháðir öðrum um orkuöflun og ná þannig fullu orkusjálfstæði," sagði Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, iðnaðar- og nýsköpunarráðgjafi, á opnum fundi Landsvirkjunar um ný og græn, orkutengd tækifæri fyrir í vikunni. Ráðgjafi sagði að orkuna fengjum við úr rafmagninu okkar og frá öðrum grænum orkugjöfum, eins og vetni. „Þannig getum við uppfyllt orkuþörf samfélags framtíðarinnar á umhverfisvænan hátt. Við setjum stefnuna á að Ísland verði jarðfnaeldsneytislaut fyrst allra landa og að minnsta kosti ekki síðar en 2050.“

Orkustefnan var unnin í þverpólítísku samstarfi og í samráði við hagsmunaaðila. Fulltrúar allra þingflokka auk fjögurra ráðuneyta áttu sæti í starfshópnum sem vann stefnuna. Einhugur var um niðurstöðuna. „Ný orkustefna, sem unnin er í breiðri og góðri sátt, er afskaplega mikilvæg," sagði Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar. „Hún gefur fyrirheit um að stjórnvöld muni stýðja við bakíð á okkur inn í áratugi orkuskipta, með hreinni og grænni framtíð.“



Harpa Pétursdóttir, formaður Kvenna í orkumálum, Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, iðnaðar- og nýsköpunarráðgjafi, og Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, ræddu orkuskipta, breytingar heim og tækifæri framtíðar.

## Saxast á forskotið

Klemens Hjartar, meðeigandi McKinsey & co, sagði í inngangserindi sínu á fundinum að á næstu grösóm væri algjör bylting í orkunotkun og -vinnslu í heiminum. Fyrirsjáanlegt væri að raforkunotkun í heiminum myndi aukast um 50% frá árinu 2020 til 2050 og að á sama tímabili myndi

umhverfisvæn orkuvinnsla um það bil sexfalda. Um leið myndi hlutdeild orkuvinnslu úr gasi og kolum dragast verulega saman.

Klemens sagði þessa þróun valda því að nú saxaðist á forskot Íslendinga í orkumálum. Orka frá endurnýjanlegum orkugjöfum, til dæmis vind og sólarljósi, yrði sífellt ódýrari. Það kallaði á

nýsköpun, nýtt regluverk, nýtt fjármagn, nýja hugsun og ný störf. Íslendingar yrðu að ákveða hvort þeir vildu vera við stjórnvölinn áfram í orkumálum sínum, eða leiksoptar ákvarðana annarra.

## 80% orkunnar sjálfbær

Á fundinum var fjallað um þessar breytingar sem blasa við í

“Við byggjum auðvitað á sterkum grunnni, því yfir 80% af frumorkunotkun Íslands eru sjálfbær.

Hörður Arnarson

orku- og loftslagsmálum. Þar eru vissulega ýmsar ógnir, en enn fleiri tækifæri. Land endurnýjanlegur orku hefur alla burði til að losa sig við jarðfnaeldsneyti og leggja sitt af mörkum til nýrrar heimsmýndar. Hörður Arnarson sagði að Landsvirkjun, orkufyrirtæki þjóðarinnar, ætti að vera í fararbroddi á þeirri vegferð. „Við byggjum auðvitað á sterkum grunnni, því yfir 80% af frumorkunotkun Íslands eru sjálfbær. Á sama tíma þurfum við að leggja áherslu á að skapa ný tækifæri til nýtingar grænu orkunnar okkar.“

Nokkur ný tækifæri voru til umfjöllunar á fundinum, þar á meðal framleiðsla á grænu vetni og öðru rafeldsneyti, frekari uppbygging gagnavera í grænum heimi, aukin eftirspurn eftir rafhlöðum á tímum örtrar rafbilavæðingar og matvælaframleiðsla í hátækniumhverfi framtíðarinnar.



## Eftirspurn eftir grænum rafhlöðum

Dagný Jónsdóttir, nýsköpunarstjóri hjá Landsvirkjun, sagði að loftslagsbaráttan kallaði á grænar rafhlöður, enda þyrfti heimabyggðin að skipta úr farartækjum sem gengju fyrir jarðfnaeldsneyti yfir í rafknúnar bifreiðar. Gríðarmikil aukning væri í eftirspurn eftir rafhlöðum, sem rekja mætti til þessarar öru rafbilavæðingar.

Dagný sagði að spáð væri að rafbilasala yrði 10 sinnum meiri árið 2030 en nú, eða um 34 milljónir bíla, sem jafnframt þýddi að kolefnisútblástur bíla yrði 6-700 milljónum tonna minni en hann er nú. „En kolefnisútblásturinn sem sparast við að koma bílum á rafmagn skiptir ekki einungis máli, heldur skiptir að sjálfsgöðu miklu máli fyrir loftslagið að orkan sem notuð er í framleiðslu rafhlöðna sé græn. Framlagið til loftslagsmála verður því meira eftir því sem framleiðslan á rafhlöðunum er umhverfisvænni," sagði Dagný og bætti við að rafbilaframleiðandinn Tesla hefði lýst því yfir að hann myndi einungis notast við græna orku í sinni framleiðslu í framtíðinni.

Dagný sagði mikil tækifæri fyrir Ísland í rafhlöðuframleiðslu, sem helguðust að hluta til af aukinni sjálfvirknivæðingu framleiðslunnar, sem fram á þessu hefði gert hagkvæmara að staðsetja hana á láglaunasvæðum í Asíu. Landsvirkjun hefði þegar fengið fjölda fyrirspurna um málið og landið lægi vel við mörkuðum, jafnt í Norður-Ameríku sem Evrópu.



## Áskorun en samt tækifæri

Haraldur Hallgrímsson, forstöðumaður viðskiptaþróunar hjá Landsvirkjun, benti á að árið 2018 hefðu Íslendingar flutt inn 680 þúsund tonn af jarðfnaeldsneyti, það er bensín og olíu, fyrir innlendar samgöngur. „Við notkun þessa eldsneytis losnuðu um 1,7 milljónir tonna af koldíoxíði út í andrúmsloftið og fyrir þennan innflutning greiddum við um 50 milljarða króna, sem er sambærileg upphæð og árleg útgjöld ríkissjóðs til háskólanna á næstu árum," sagði hann. „Og ef við tökum flugið með getum við rúmlega tvöfaldað þessar tölur," bætti hann við.

Haraldur sagði að í þessari staðreynd fælist áskorun, en um leið tækifæri. „Orkuskipta með grænu vetni er raunhæft og spennandi tækifæri fyrir okkur Íslendinga. Vetni hentar alveg sérstaklega vel til orkuskipta stærri farartækja í samgöngum, þar sem rafvæðing er ekki hagkvæm," sagði hann.

Haraldur benti á að með áræðni og samvinnu innan lands sem utan, gætu Íslendingar til dæmis byggt upp framleiðslu á grænu vetni og skapað nýja útflutningsgrein. „Framleiðsla á grænu vetni þarf hagkvæma endurnýjanlega raforku í umtalsverðu magni, og þá orku eigum við svo sannarlega hér á landi. Tækni til framleiðslu, dreifingar og notkunar á vetni innanlands er að verða samkeppnishæf. Það er alveg ljóst að orkuskipta sem fylgja vetnisvæðingu geta sparað mikinn gjaldehyri og farið langleiðina með að gera landið kolefnishlutlaust.“



## Orkukerfið stærsta framlagið

Rikarður Ríkarðsson, framkvæmdastjóri Viðskiptaþróunar- og nýsköpunarviðs Landsvirkjunar, benti á að þjóðin hefði áður gengið í gegnum orkuskipta, þegar hitaveita var lögð í hús á fyrri hluta 20. aldar. Hann sýndi fundargestum mynd sem var tekin af Tjörnninni upp úr 1930, þegar Reykjavík var kolakönt og kolareykurinn sást í bakgrunninum. Árið 1971 voru 98% Reykvíkinga tengd hitaveitu, „en vegferðin þangað var allt annað en sjálfsgöð, enda var mikil óvissa um að hitaveita væri tæknilega og samfélagslega raunhæf á fjórða áratug 20. aldar.“ Hann sagði að sambærilega sögu mætti segja af rafvæðingu Íslands, sem hófst með byggingu Sogsvirkjana um og upp úr seinna stríði.

Nú væri þverpólítísk samstaða um jarðfnaeldsneytislaut Ísland 2050. Núverandi orkukerfi og orkusækin starfsemi sem því tengdist, væri stærsta framlag Íslendinga til loftslagsmála, sagði Rikarður og ítrekaði þau tækifæri sem væru til að halda áfram á sömu braut. „Alþjóðlegar breytingar skapa tækifæri og við eignum þess kost að keppa á grundvelli frábærrar orkuauðlindar okkar, öflugur orkukerfis og áhuga Íslendinga á orkumálum og framlagi þeirra til umhverfis, samfélags og efnahags," sagði hann.

„Hér er um að ræða risavaxið verkefni og það er undir okkur komið að móta framtíðina. Sameiginleg ábyrgð okkar er að kynna okkur málin og ákveða hvað við viljum.“



## Matvælaakerfi komið að þolmörkum

Sigurður H. Markússon, nýsköpunarstjóri hjá Landsvirkjun, sagði matvælaakerfi heims komið að þolmörkum. „Eina stærstu ástæðu þess að mannkyninu hefur tekist að vaxa og dafna eins og raun ber vitni, má rekja til framfarir í framleiðslu matvæla. Í dag erum við um 7,7 milljarðar og okkur mun fjölga fram á miðja öldina, samkvæmt spám. Samhliða því þarf matvælaakerfið að vaxa gríðarlega, eða um eða yfir 50%. Þetta þýðir að við þurfum að framleiða meiri mat til ársins 2060 en samtals frá upphafi landbúnaðarbyltingarinnar, fyrir 10.000 árum," sagði Sigurður.

Sigurður sagði jafnframt að þessi stærsta iðngrein í heimi nýtti 37% alls gróðurlendis og 70% allrar ferskvatnsnotkunar heims væru vegna hennar. Matvælaframleiðsla í heiminum öllum væri því komin að ákveðnum þolmörkum og umhverfisfótspor matvælaakerfisins gríðarlegt – ekki bara með tilliti til gróðurhúsalofttegunda, heldur einnig áhrifa á lífríki jarðar, eins og nýleg skýrsla Loftslagsráðs Sameinuðu þjóðanna benti á.

Sigurður sagði að matvælaframleiðsla framtíðar yrði hins vegar stýrt hátækniumhverfi. Hér væru kjörastæður fyrir sjálfbæra matvælaframleiðslu og um leið yrði að horfa til útflutnings, rétt eins og gert væri í sjávarútvegi, enda væri íslenskur markaður of litill til að framleiðslan borgaði sig.



## Mikill vöxtur í starfsemi gagnavera

Vala Valþórsdóttir, viðskiptaþróunarstjóri fjallaði um gagnaver, sem eru afar orkufrek. Hún benti á að hér á landi stæði þeim til boða 100 prósent endurnýjanleg orka, en þar að auki þyrftu þau minni orku en víða annars staðar vegna þess kalda loftslags sem hér er.

Spáð væri 9 prósent vexti á ári hverju næstu árin í þessum iðnaði, enda færi gagnanotkun hraðvaxandi í heiminum.

„Þessi þróun mun halda áfram í veldisvexti næstu árin og ástæðan er einföld: Ekkert okkar notar minna af gögnum í dag en í gær og öll munum við nota meira af gögnum á morgun en við gerum í dag.“

Vala sagði að ljóst væri að í þessum vexti gagnavera í heiminum væri eftir töluverðum viðskiptum að slægjast fyrir Landsvirkjun. „Gagnaver nota mikla orku og raforka getur verið allt að 40% af rekstrarkostnaði þeirra. Nýjustu spár sýna að hlutur gagnavera af raforkunotkun í heiminum mun fara úr 1% árið 2018 í 13% árið 2025.“

Vala sagði að samkeppni um fjárfestingar í gagnaverum væri gifurlega hörð á alþjóðavísu.

„En að mínu mati ætti Ísland ekki að vera neinn eftirbátur annarra þjóða í að laða þessa starfsemi til sín, heldur þvert á móti," sagði Vala og nefndi að nýr gagna-sæstrengur milli Íslands og Írlands væri afar flott verkefni, sem myndi bæta samkeppnishæfni Íslands til muna.



# Hagkvæm leið í rafbílavæðingu

Rafbílavæðing fjölbýlishúsa verður sífellt algengari og hjá N1 er hægt að fá hagkvæmt tilboð í verk-ið. Fyrirtækið selur vandaðar hleðslustöðvar og getur einnig innheimt gjöld og skaffað raforku.

**N**1 stefnir á að vera leiðandi í sölu orku fyrir rafbíl, hvort sem það snýr að heima-hleðslu, hraðhleðslu, fjölbýlishúsum, stofnunum eða fyrirtækjum. Fyrirtækið býður upp á hagkvæmt tilboð þegar kemur að rafbílavæðingu bílastæðahúsa, getur séð um að innheimta gjöld fyrir notkun, selur ódýra raforku og býður upp á vandaðar Zaptec hleðslustöðvar sem endast, en í þessu borgar sig að hugsa fram í tímann.

„Í lok þings í vor var gerð breyting á lögum um fjöleignarhús sem kveða á um að ef einhver í fjölbýlishúsi óskar eftir rafhleðslustöð fyrir rafbíl beri húsfélaginu skylda til að gera úttekt á áætlaðri framtíðarþörf fyrir raforku og kostnaði við að setja upp hleðslubúnaðinn,“ segir Björn Guðmundsson, sérfræðingur hjá N1. „Það er ekki skylda að fara út í framkvæmdir, en rafbílaeign er að aukast mjög hratt núna. Allir mest seldu bílarnir á síðasta ári voru rafbílur og þeir voru meira en helmingur allra nýrra bíla. Því er krafan um þetta að aukast. Það skiptir því miklu máli að hugsa fram í tímann ef það á að fara að setja upp hleðslustöð fyrir fjölbýli.“

## Álagsstýring tryggir skilvirkni í orkunýtingu

„Í svona uppsetningum skiptir miklu að nýta þá raforku sem er til staðar í húsinu á skilvirkan hátt með hjálp álagsstýringar í hleðslu-kerfinu,“ segir Björn. „Við bjóðum upp á Zaptec hleðslu-kerfi með innbyggðri álagsstýringu, sem hámarka nýtingu og eru öflugri en ódýrari gerðir.“

Margir skilja ekki hvers vegna það borgar sig að kaupa frekar dýrari hleðslustöðvar, en málið snýr um að leggja ekki meira álag á raforkukerfið en það ræður við,“ útskýrir Björn. „Ef það eru 10-12 bílar í hleðslu á aðfangadegi og allir að elda og allt á fullu, verður kerfið að geta spilað sig saman við það og stýrt álagi svo ekki slái út. Stýrikerfið passar að dreifa því afli sem er laust hverju sinni svo það séu ekki allar stöðvar að sjúga upp eins mikla orku og þær geta.“

„Við styðjumst við opinberar upplýsingar um eyðslu rafbílur og reiknum út fyrir fram hvað kerfið þarf að geta afkastað til að geta hlaðið alla bílana í bílagemymslunni, þannig að það liggja nákvæmir útreikningar á bak við þetta,“ segir Þórður Aðalsteinsson, viðskiptastjóri hjá N1.

## Tvívætt tilboð

„Tilboðið okkar er tvívætt. Við gerum í fyrsta lagi tilboð í grunn-raftagnir um bílastæðahúsið, sem eru settar upp þannig að þær geti höndlað það afl sem þarf að dreifa. Þetta er sameiginlegur kostnaður fyrir húsfélagið. Í öðru lagi kemur svo þáttur eiganda bílastæðis sem vill tengja það við grunnkerfið, en þann kostnað ber eigandi sjálfur,“ útskýrir Björn.

„Zaptec er byggt á tveimur hlutum. Annars vegar bakplötu sem þú tengir í raftagnir og má segja að virki svipað og dokka fyrir fartölvu. Virknin í hleðslustöðinni er svo annar þáttur og þú smellir henni á bakplötuna,“ segir Björn. „Fyrir vikið getur íbúi í fjölbýlishúsi sem á að rafbílavæða valið að vera tilbúinn til hleðslu með bakplötu setta upp og nýtt þannig vinnuna við grunnkerfið. Svo er hægt að kaupa hleðslustöðina síðar, í stað þess að fara af stað seinna og þurfa þá að fá nýjan rafvirkja og leggja út fyrir öllum



Björn Guðmundsson, sérfræðingur hjá N1, og Þórður Aðalsteinsson viðskiptastjóri. N1 vill verða leiðandi í sölu orku fyrir rafbíl. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Zaptec hleðslustöðvar eru áreiðanlegar, öflugar, stíl-hreinar og þægilegar í notkun. Þeim fylgir líka fimm ára ábyrgð. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Það er einfalt að festa hleðslustöð á bakplötuna og tengjast kerfinu síðar meir ef fólk er ekki enn komið á rafbíl. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Zaptec hleðslustöðvar koma í tveimur útgáfum. Pro stöðvar henta fyrir fjölbýli og Home eru ætlaðar fyrir sérbyli. MYND/AÐSEND

kostnaðinum. Þetta er hagkvæmara og þess vegna hafa húsfélög og stofnanir valið að fá okkur í verk-ið.

Ef fólk sér fram á að rafmagnsvæðast eftir 1-2 ár er tiltölulega auðvelt að setja upp hleðslustöð ef bakplatan er til staðar og það þarf ekki ídnadarmenn,“ segir Björn. „Svona er hægt að taka þetta í þrepum.“

## Fimm ára ábyrgð

„Zaptec Pro hleðslustöðvarnar okkar eru framleiddar í Noregi. Þær geta verið úti og henta fyrir norrænar aðstæður. Þær uppfylla allar kröfur Mannvirkjastofnunar, eru þriggja fasa og hlaða allt að 22 kWh en virka líka á einfasa ef þörf krefur,“ segir Björn. „Þær koma með fimm ára ábyrgð, sem er með því mesta sem er boðið upp á í þessum bransa.“

Það er hægt að hafa allt að 30 stöðvar í álagsstýringu á einni grein og bakendakerfið er mjög flott, en það er app sem fylgir hleðslustöðinni sem gerir notendum kleift að fylgjast með hleðslunotkun og læsa kaplinum í stöðinni,“ segir Björn.

„Þetta er mikilvægt, því það er óþægilegt að þurfa alltaf að vera að taka snúrana úr skottinu á hverjum degi og stinga bílnum í samband. En ef fólk skilur kapalinn eftir í stöðinni getur verið hætt á þjófnaði og því er þægilegt að geta læst kaplinum við stöðina,“ útskýrir Þórður.

## Innheimta gjöld fyrir húsfélög og selja raforku

„Við bjóðum húsfélögum líka upp á að sjá um að innheimta gjöld fyrir notkun hvers og eins.

Nær undantekningalaust eru bílastæðahús nefnilega á einum sameignarmáli og bílastæðin ekki tengd inn á heimilismæla hvers og eins,“ segir Björn. „En stöðvarnar halda utan um notkun hvers og eins og við erum með bakendakerfi þar sem við rúkkum út frá því, þannig að húsfélögin losna við þann höfuðverk.“

Svo erum við líka að bjóða rafmagn til sölu og erum að bjóða lægsta verðið á raforku, samkvæmt heimasiðunni Aurbjörg, 7,15 krónur á kWh. Dreifi-kostnaður er ekki innifalinn, en dreififyrirtækin sjá um það og þann kostnað,“ segir Björn. „Við komum inn á þennan markað í sumar þegar dótturfyrirtæki N1, Íslensk orkumiðlun, sameinaðist fyrirtækinu.“

## Hraðhleðsla er framtíðin

„Við bjóðum einnig upp á Zaptec Home hleðslustöðvar sem eru hugsaðar fyrir sérbyli,“ segir Björn. „Þær eru um margt líkar Pro, þær hlaða allt að 22 kWh og eru þriggja

fasa, hafa sama notendaviðmót og app, en geta ekki verið jafn margar í álagsstýringu eins og Pro.“

Þetta eru framtíðarstöðvar, þar sem þær eru svona öflugar. Bílar eru að verða sífellt betri í að taka á móti rafmagn og í framtíðinni mun þetta líklega frekar snúast um hraða hleðslunnar en stærð rafhlöðunnar,“ útskýrir Björn. „Ef það er gott net af hraðhleðslustöðvum er nóg að hleðsla sé fljótleg og þá skiptir máli að heimahleðslustöð geti tekið á móti því afli sem billinn tekur við.“

„Hraðhleðslustöðvar eru byrjaðar að koma upp á þjónustustöðvum okkar. Í Mosfellsbæ, Skógarlind, í Borgarnesi, Staðarskála, á Blönduósi og Hvolsvelli eru stöðvar komnar í gang og við ætlum að setja upp fleiri fyrir sumarið,“ segir Þórður. „Við stefnum á að vera leiðandi á þessum markaði, hvort sem það snýr að heimahleðslu, hraðhleðslu, fjölbýlishúsum eða fyrirtækjum og selja um leið rafmagn. Þróunin er að verða sú að bensinstöðin er að færast heim til fólks.“

# Ráðgjöf byggð á reynslu og þekkingu

Mannvit veitir tæknilega ráðgjöf á sviði orku, iðnaðar og mannvirkjagerðar. Stofan sérhæfir sig í verkfræði, jarðvísindum, umhverfismálum, upplýsingatækni og byggingarefnisráðgjöf.

**M**eðal verkefna sem stofan sinnir eru undirbúningsráðgjöf fyrir litlar vatnsaflsvirkjanir ásamt mati á hagkvæmni, mati á umhverfisáhrifum og öflun tilskilinna leyfa fyrir framkvæmdum.

Sverrir Óskar Elefsen efnatæknifræðingur hóf störf hjá Mannviti árið 2006 en hann var áður hjá Orkustofnun. „Ég hef leitt uppbyggingu á þjónustu Mannvits við vatnamælingar og tengdar rannsóknir, sem fela meðal annars í sér mælingar á eðlis- og efnaeiginleikum grunnvatns, yfirborðsvatns, sjávar, fráveituvatns og veðurs. Síðan tengjast þessu starfi til dæmis litlar vatnsaflsvirkjanir þar sem við önnumst ákveðnar forathuganir eins og mælingar á rennsli og aurburði vatnsfalla. Samhliða stillum við upp ákveðnum drögum að virkjun og metum orkugetu og hagkvæmni mismunandi virkjunarkosta.“

Viðskiptavinir Mannvits í umræddum verkefnum eru úr öllum geirum atvinnulífsins. „Við erum að vinna fyrir orkufyrirtæki og veitufyrirtæki, stór og smá, sveitarfélög og iðnfyrirtæki.“

## Tímabrétt ferli

Eitt af því sem Sverrir fæst við í sínu starfi eru undirbúningsráðgjöf fyrir byggingu vatnsaflsvirkjana. Hann segir áriðandi að hefja rennismælingar snemma í ferlinu. „Það er vegna þess að öll hönnunarvinna, leyfismál og mat á umhverfisáhrifum er vinna sem tekur mjög

langan tíma. Það er því mikilvægt að láta tímann vinna með sér og safna rennislögnum á meðan, en breytileiki í rennsli innan árs og milli ára getur verið bæði mikill og litill eftir vatnsföllum,“ segir hann.

„Í sumum tilfellum höfum við verið í samstarfi við verkfræðistofuna Vatnaskil um mat á tiltæku rennsli, einkum þegar um stærri virkjanir er að ræða. Síðan sjáum við einnig um alhliða hönnun á virkjunum og erum með svið innan fyrirtækisins sem taka að sér til dæmis mat á umhverfisáhrifum, deiliskipulagsvinnu, öflun tilskilinna leyfa, að ógleymdri rannsóknarstofu byggingarefna.“

Sverrir segir að líta þurfi í mörg horn áður en ákvörðun er tekin um byggingu vatnsaflsvirkjunar. „Það er fjölmargt sem þarf að gera áður en að kanna aðstæður, jafnt tiltækt rennsli sem landfræðilegar aðstæður. Svo þarf að frumhanna virkjun, meta hagkvæmni og umhverfisáhrif og afla tilskilinna leyfa. Það eru svona okkar helstu verkþættir á þessu stigi málsins.“

## Mat á hagkvæmni

Þá sinnir Mannvit einnig mati á hagkvæmni. „Í tilfalli vatnsaflsvirkjana eru það þá forsendur um virkjanlegt rennsli og í framhaldi af því orkureikningar út frá forsendum um fallhæð og mögulega miðlun jafnvel. Mat á hagkvæmni felst í því að sjá hvaða orku maður fær úr viðkomandi mannvirki, hversu langt þarf að flytja orkuna, hvaða kostnaður er við að tengjast



Sverrir Óskar Elefsen starfar hjá Mannviti en fyrirtækið veitir alhliða tæknilega ráðgjöf sem byggir á hálfar aldar reynslu og þekkingu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

inn á dreifikerfið og síðan hvaða tekjur mögulega fást. Þetta eru hlutir sem við erum að skoða,“ útskýrir Sverrir.

„Varðandi litlar vatnsaflsvirkjanir þá höfum við tekið að okkur fleiri en eitt verkefni sem ganga út á að gera það sem við köllum skrifborðsvinnu. Í því felst að safna saman gögnum um landfræðilegar aðstæður, hæðarlínugrunna, vatnafarsgrunn og meta hvar væri mögulega hægt að vera með vatnsaflsvirkjunina. Þá höfum við safnað saman tilteknum gögnum um vatnafar á svæðunum og metið hvað sé raunhæft, virkjanlegt rennsli fyrir þessar virkjanir og reiknað þannig út orkugetu og hagkvæmni.“

## Mælingar og gagnaöflun

Vinnan á þessu stigi er yfirgripsmikil. „Það eru ákveðin landsvæði sem við erum að skoða, eins og til dæmis á Norðvesturlandi og í Dalvíkurbyggð, þar sem við höfum í raun skannað allt sveitarfélagið og listað upp jafnvel einhverja tugi smávirkjunarkosta. Síðan velja menn úr þessu en það kemur oft í ljós strax að einhverjir kostir eru óraunhæfir og svo eru sett spurningarmerki við aðra, og síðan eru einhverjir kostir sem líta vel út. Sveitarfélögin, eins og Dalvíkurbyggð eða samtök sveitarfélaga á Norðurlandi vestra, hafa kostað þessa vinnu og fleiri sveitarfélög sem hafa kostað sambærilega vinnu sem aðrir hafa unnið, sér-

staklega á norðanverðu landinu.“

Þá taka við frekari rannsóknir og mælingar. „Næsta skref er þá að skoða þetta betur og það er þá í fyrsta lagi að byrja á rennismælingum, en samhliða því að huga að öflun nákvæmari gagna þannig að það sé hægt að fara í ákveðna frumhönnun á virkjun og meta jafnvel umhverfisáhrif, skoða leyfismál og gera samninga við landeigendur. Á þessu stigi þarf að koma til einhverr ákveðinn verkkaupi sem getur þá komið með fjármagn inn í verkefni.“

## Fjölbreytt þjónusta

Mannvit fæst við ýmis annars konar verkefni. „Við erum til dæmis að þjónusta veitufyrirtæki með fráveitumælingar og líka iðnfyrirtæki. Við höfum einnig verið að rannsaka vatnsöflun fyrir fiskeldisfyrirtæki og veitt ráðgjöf á því sviði.“

Sverrir segir sérstöðu Mannvits meðal annars felast í yfirgripsmikilli þekkingu á langtímagagnaöflun ásamt því að eiga og útvega tæknibúnað fyrir verkefni í langtímaöflun. „Auk þess erum við, ásamt Landsvirkjun og Veðurstofnunni, einu aðilarnir á landinu sem nýta gagnavinnslukerfið Wiski, en það nýttist vel við úrvinnslu og greiningu á vatnafarsgögnum og öðrum tímaháðum mælistærðum. Samhliða þessu veitum við okkar viðskiptavinum aðgang að gögnum á vefsíðu þannig að þeir geti fylgst með framgangi sinna verkefna.“

# Vindorka raunhæfur valkostur

Margir velja því eflaust fyrir sér af hverju vindorka er ekki nýtt betur hér á þessu vindasama landi. Þróstur Þorsteinsson jarðeðlisfræðingur segir að fyrir því séu nokkrar ástæður.

**M**argir velja því eflaust fyrir sér af hverju vindorka er ekki nýtt betur hér á þessu vindasama landi. Þróstur Þorsteinsson jarðeðlisfræðingur segir að fyrir því séu nokkrar ástæður.

Helsta ástæða þess að vindorka hefur lítið verið nýtt hérlendis er sennilega sú að kostnaður við að framleiða rafmagn með henni hefur verið mun meiri en fyrir vatnsafls- og jarðhitavirkjanir, að sögn Þrastar.

„Það hefur hins vegar breyst hratt á undanförunum árum. Með hærri raforkuverði, þróun aðferða og bættri tækni, meðal annars betri nýtni vindmylla, verður vindorka sífellt raunhæfari valkostur. Fleiri þættir hafa einnig áhrif, til dæmis hefur hingað til ekki skort endurnýjanlega virkjanakosti á Íslandi; hvorki í vatnsafl, né jarðhita. Síðan má nefna að nokkuð vantar af rannsóknnum á mögulegum staðsetningum, sér í lagi með tilliti til fugla og umhverfis, meðal annars sjónrænna áhrifa,“ útskýrir hann.

Þróstur er prófessor í umhverfis- og auðlindafræði við Háskóla Íslands og hefur einnig unnið að rannsóknnum á dreifingu H<sub>2</sub>S frá jarðhitavirkjunum og auk þess kennt námskeið um endurnýjanlega orkuvalkosti og þekkir því vel til málsins. Hann segir það fara eftir tegund og líka eftir því við hvað er miðað hvort kostnaðarsamt sé að setja upp vindmyllur.



„Í MS-ritgerð Kristjáns Gunnarssonar frá árinu 2014 kemur fram að kostnaðarverð vindorku getur verið samkeppnishæft við jarðvarmavirkjanir en heldur hærra en í vatnsorku,“ segir hann, en spurður hvort þær séu umhverfisvænar segir hann að stutta svarið sé já.

„Það er engin bein losun vegna

reksturs eða framleiðslu á vindorku. Auðvitað þarf efni í þær en samanborið við jarðefnaeldsneyti er mjög lítil losun gróðurhúsalofttegunda tengd vindmyllum, eins og kemur út úr lífsferilsgreiningum.“

## Stöðugur vindur bestur

Þróstur segir að mörg svæði á

**Kostnaður við að framleiða rafmagn með vindorku hefur verið mun meiri en fyrir vatnsafls- og jarðhitavirkjanir.**  
FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ



Þróstur Þorsteinsson, prófessor í umhverfis- og auðlindafræði.

Íslandi ættu að vera góð til að nýta vindorku.

„Nýting vindmyllanna sem Landsvirkjun rekur, Hafið, virðist mjög góð og hærri en meðaltöl. Það er sagt að hún sé um 40%. Vindmyllur virka til dæmis hvorki í logni né í of miklu roki, oft hættir framleiðsla við vindhraða upp á 25-30 m/s. Hámarksafköst fást við stöðugan og nokkuð háan vindhraða; framleiðslugetan fylgir vindhraða í þriðja veldi,“ útskýrir hann.

„Upplýsingar um vindafar hér á landi gefa sterka vísbendingu um að hér á Íslandi geti vindorka keppt við aðra virkjunarkosti.“

Spurður að því hversu mikið rafmagn vindmylla getur framleitt í samanburði við vatnsvirkjun

segir Þróstur að uppsett afl vindmyllu sé breytilegt. „Þær sem eru við Búrfell eru tæplega 1 MW hvor. Allra nýjustu vindmyllurnar eru nú orðnar 13 MW. Búrfellslundur er hugsaður með 30 vindmyllum sem eru um 4 MW hver, samtals 120 MW – eða 440 GWst á ári. Til samanburðar er fyrirhuguð Hvammsvirkjun með uppsett afl 93 MW og orkugetu upp á 720 GWst á ári.“

## Er þörf á meiri raforkuframleiðslu á Íslandi?

„Það þyrfti eiginlega að spyrja raforkuframleiðendur að því til að fá nákvæm svör. En samkvæmt raforkuspá til 2060 var heildar-notkun raforku á árinu 2019 um 19,5 TWst og búist er við að hún verði orðin um 21,5 TWst á árinu 2030. Undir lok spátímans 2060 er gert ráð fyrir að notkun raforku verði nærri 24 TWst.“

*Eru aðrir kostir en vindorka betri eflaust til að framleiða rafmagn á annan hátt en með vatnsafl?*

„Jarðhita má nota til raforkuframleiðslu til dæmis eins og Hellisheiðarvirkjun. Eins og kom fram að ofan er kostnaður við vindorku sennilega lægri en rafmagn framleitt með jarðhita. Auk þess er orðið umdeildara en áður að taka svæði undir orkuvinnslu. Það hefur ekki verið vinsælt í umræðunni að stækka jarðhita-svæði og erfiðlega gengur að finna vindmyllum stað sem ekki er umdeildur. En ný tækni gæti auðvitað breytt hlutum hratt.“

# Jarðfræði landsins hættir ekki við Íslandsstrendur

ÍSOR er leiðandi fyrirtæki á sviði rannsókna og þróunar í jarðhita og hefur einnig skapað sér sterka stöðu erlendis. Forstjórinn Árni Magnússon segir mikla þörf á sérfræðipækningu á jarðhitanytingu.

Verkefni ÍSOR eru fjölbreytt og ólík að umfangi en fyrirferðarmest er þjónusta tengd jarðhitavinnslu,“ segir Árni Magnússon, forstjóri Íslenskra orkurannsókna (ÍSOR).

Árni tók við sem forstjóri um mitt síðasta ár en hefur frá árinu 2006 starfað að orkumálum, með áherslu á jarðhita, fyrst hjá Íslandsbanka en síðar verkfræðistofnunni Mannviti.

„ÍSOR er sannarlega þekkingarfyrirtæki og leiðandi fyrirtæki á sviði rannsókna og þróunar í jarðhita. Það veitir ráðgjafarþjónustu og annast beinar grunnrannsóknir á flestum sviðum jarðhitanytingar sem og öðrum auðlindum. ÍSOR, og fyrirrennarar þess, tóku þátt í allri jarðhitauppbyggingu hér á landi, en hefur auk þess komið að verkefnum úti um allan heim, starfað að verkefnum í meira en 40 löndum, svo það er gríðarleg reynsla sem hefur byggst upp hjá fyrirtækinu,“ að sögn Árna.

ÍSOR er í eigu ríkisins og starfar samkvæmt lögum um þjónustu og rannsóknir á sviði jarðhita, náttúrufars, orkumála og annarra auðlindamála. Fyrirtækið starfar á viðskiptalegum grundvelli á samkeppnismarkaði og fær tekjur sínar alfarið með sölu á þjónustu og með öflun rannsóknarstyrkja.

„Við höfum í áratugi boðið orkufyrirtækjum, hitaveitum og einkaaðilum í landinu sérhæfða þjónustu á því sviði. Má þar nefna yfirborðsrannsóknir, hugmyndalíkanagerð, staðsetningu borholna, jarðfræðiráðgjöf á borstað og mælingar í borholum, auk vinnslu-efirlits. Í raun erum við að bjóða alhliða þjónustu og mætum kannski kalla okkur undanfara, þegar kemur að jarðhitanytingu,“ upplýsir Árni.

## Ráðgjafi hita- og vatnsveitna

Þótt jarðhitarrannsóknir hafi verið meginviðfangsefni ÍSOR, gegnir stofnunin einnig veigamiklu hlutverki á sviði grunnvatnsrannsókna, öflunar neysluvatns og rannsókna á auðlindum hafsbotns.

„Þannig hefur ÍSOR og forveri þess verið ráðgjafi flestra hita- og vatnsveitna landsins um öflun og nýtingu vatns og er aðalvísindaráðgjafi íslenskra stjórnvalda í rannsóknum á jarðrænum auðlindum,“ útskýrir Árni.

Þar að auki hafi ÍSOR lagt til hin vísindalegu rök í baráttu Íslands fyrir hafsbotnsréttindum utan 200 mílna efnahagslösgöngunnar.

„ÍSOR er vel í stakk búið og hefur tekið að sér fjölmörg verkefni á sviði náttúruvannsóknna, svo sem jarðfræðirannsóknir vegna mannvirkjagerðar, skriðufalla, jarðskjálfta og eldvirkni.“

Á erlendum vettvangi hefur ÍSOR skapað sér sterka stöðu og komið að grunnrannsóknum og þróun jarðhitaverkefna utan landsteinanna.

„Sérfræðingar ÍSOR hafa margir áratuga reynslu af verkefnum við ólíkar aðstæður um allan heim, meðal annars með vinnu fyrir þróunarsamvinnuskristofnu utanríkisráðuneytisins, kennslu við Jarðhitaskóla Sameinuðu þjóðanna, sem og beina ráðgjöf til erlendra einkafyrirtækja og ríkisstofnana,“ greinir Árni frá.



Árni Magnússon tók við starfi forstjóra ÍSOR um mitt ár 2020. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

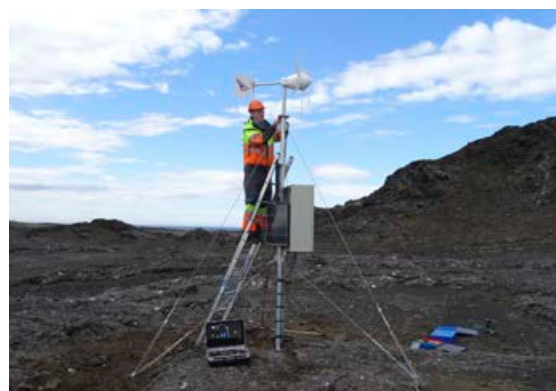


## Unnið að rannsóknum á jarðhita í Námaskarði.

MYND/SIGURÐUR G. KRISTINSSON



Lághitaborun við Ósabotna. MYND/HEIMIR INGIMARSSON



Jarðskjálftastöð. MYND/STEFÁN AUÐUNN STEFÁNSSON

## Borað niður á 2.000 m dýpi

Íslendingar hafa náð miklum árangri í nýtingu endurnýjanlegra orkulinda, og verður svo vonandi lengi enn, segir Árni.

„Það má segja að ÍSOR hafi skapað hinn jarðvísindalega grunn að nýtingu jarðhita til raforkuframleiðslu og hitunar ýmiss konar, en það þarf stöðugt að vera með umhverfiseftirlit, fylgjast með breytingum og ekki síst tækninýjungum.“

Árangur af lághitaborun hefur verið góður. Á árunum 1928 til 2017 voru alls um 450 vinnsluholur boraðar á lághitavæðum á Íslandi. Af þeim holum uppfylltu nærri 90 prósent þeirra kröfu um

60°C heitt vatn og um 65 prósent þeirra gáfu 80°C heitt vatn, sem hentar mjög vel til húshitunar.

„Eflitið er til árangurs út frá holum sem gáfu vatn, það er þær hitta sprungu sem leiðir vatn óháð hitastigi, er hann yfir 90 prósent,“ útskýrir Árni. „Þessar tölur sýna skýrt hvernig uppbygging jarðvísindalegrar sérfræðipækningar hefur skilað sér í góðum árangri sem segja má að Íslendingar séu orðnir vanir að sjá.“

Eftirspurn eftir heitu vatni, bæði til baða og húshitunar, hefur aukist í landinu, vegna fólksfjölgunar og fjölda ferðamanna á undanföllum árum.

„Það er vert að nefna að

borun er í gangi núna við Ósabotna fyrir Selfossveitur. ÍSOR hefur verið ráðgjafi og haft eftirlit með jarðvarmavinnslu Selfossveitna um árabíl. Holan er orðin 1.732 metra djúp. Ætlunin er að fara eitthvað lengra niður í þeirri von að fá meira heitt vatn inn í holuna, jafnvel niður í 2.000 metra,“ segir Árni.

## Likön spá 50 ár fram í tímann

ÍSOR hefur lagt mikla áherslu á nýsköpun, rannsóknir og þróun í starfsemi sinni og mun halda því áfram. Þar starfa nú ríflega 60 manns og er meirihluti starfsfólks háskólamenntaður, eða 94 prósent.

„Sé litið á síðasta ár hefur það kennt okkur að mikil þörf er á sérfræðipækningu,“ segir Árni og heldur áfram: „Það þarf ekkert að minnast á alheimsfaraldurinn í þessu samhengi, heldur benda á ýmsa náttúruvá. Grunnrannsóknir tengdar náttúru landsins, þar með talið jarðhita og eðli jarðskorpunnar, eru frumforsenda árangursríkrar og hagkvæmrar nýtingar jarðhita til orkuframleiðslu. Það er vert að benda á að jarðfræði landsins hættir ekki við ströndina. Þar þarf að efla grunnrannsóknir, kortleggja, leggja mat á auðlindir hafsbotnsins og svo framvegis.“

Á hverju ári tekur ÍSOR þátt í mörgum rannsóknarverkefnum. Verkefni eru ýmist styrkt af orkufyrirtækjum og/eða innlendum og erlendum rannsóknarsjóðum, eins og sjóðum Evrópusambandsins.

„ÍSOR nýtir þátttöku í styrktarverkefnum til að efla eigin rannsóknarfærni og til að afla grunnþekkingar á sviði jarðvísinda og jarðhita, sem og að adstoða við að þróa nýjar aðferðir til rannsókna og nýtingar auðlinda,“ gerir Árni grein fyrir.

„Hugbúnaðarþróun er þáttur sem fylgir þekkingarfyrirtæki eins og ÍSOR, og því fer fram stöðug vinna við að þróa hugbúnað fyrir okkar sérhæfðu starfsemi. Í gegnum tíðina hefur veruleg áhersla verið lögð á að þróa hugbúnað til að hægt sé að spá fyrir um vinnslugetu jarðhitavæða, það fer auðvitað eftir vinnslusögunni en líkönin geta spáð allt að 30 til 50 ár fram í tímann.“

## Gott samstarf um nýtingu

ÍSOR leggur mikla áherslu á að þjónusta hitaveitur landsins og hefur meðal annars fjárfest í búnaði sem mun nýstast vel við prófanir á lághitaholum. Einnig er í gangi þróunarverkefni, sem er meðal annars styrkt af EFTA og er í samvinnu við Pólverja. Þar er verið að þróa hugbúnað sem verður notaður við að herma viðbrögð jarðhitageymisins við vinnslu.

„Með þessum nýja hugbúnaði verður hægt að sjá fyrir áhrif af niðurdælingu og borunum nýrra borholna. Hægt verður að nýta þennan hugbúnað við borun nýrra borholna, hvar best er að dæla niður og hvar má auka vinnslu og staðsetja eftirlitsholur. Þessi hugbúnaður er byggður á eldri hugbúnaði sem hefur nýst mjög vel í gegnum árin, en nú eru fleiri og fleiri hitaveitur með nokkrar holur og margir að velta fyrir sér að dæla niður vatni til að auka vinnslugetu svæðanna,“ segir Árni og bætir við:

„ÍSOR leggur mikið upp úr góðu samstarfi við hitaveitur landsins og hefur mikinn áhuga á að vinna með þeim að góðri nýtingu svæðanna og efla eftirlit, þannig að hægt verði að nýta þau á sjálfbærnan hátt.“

Aðalskrifstofa ÍSOR er á Grensásvegi 9 í Reykjavík. Útibú er á Rangárvöllum 2 á Akureyri. Sími 528 1500. Sjá nánar á isor.is

# Spennandi starfsvettvangur í framtíðinni

Mörg spennandi tækifæri eru fram undan í orkugeiranum hér á landi og því er hann tilvalinn vettvangur fyrir ungt fólk til að stefna á, segir Vordís Eiríksdóttir, formaður Jarðhitafélags Íslands.

Fyrir ungt fólk sem vill hafa áhrif til framtíðar og vinna að því að skapa hér sjálfbært og jarðefnaeldsneytislaust samfélag, þá þarf greiðan aðgang að grænni orku. Það er fyrirséð að vöxturinn í geiranum þarf að vera mikill, huga þarf að tækninýjungum, framþróun og bættri nýtingu auðlinda okkar, til þess að geta sinnt orkuþörf framtíðarkynslóða," segir Vordís Eiríksdóttir, formaður Jarðhitafélags Íslands og forstöðumaður rekstrar jarðvarma hjá Landsvirkjun. „Mér finnst gríðarlega spennandi að hugsa til þess að Ísland hafi raunveruleg tækifæri til þess að verða fyrst landa í heiminum til að losa sig alveg við bensín og olíur. Íslenska orkan okkar er lykillinn að grænni framtíð Íslands. Hver myndi ekki vilja taka þátt í þeirri vegferð?“

## Sameinar uppáhaldsfögin

Vordís hóf upphaflega nám í rafmagnsverkfræði við HÍ og kláraði fyrsta árið. „Eftir það ár sá ég hins vegar að áhuginn minn lá ekki í rafmagnsverkfræðinni. Ég rakst þá á þetta nám, jarðeðlisfræðina, og sá að þar næði ég að sameina öll uppáhaldsfögin mín, stærðfræði, eðlisfræði og jarðfræði. Á síðari stigum bættist svo jarðhitaáhuginn við og skráði ég mig í alla þá framhaldskúrta í jarðhitavísindum sem ég fann.

Það má svo segja að ég hafi náð



að sameina þetta ágætlega í lokin því nú snýst starf mitt um að framleiða rafmagn með jarðhita.“

## Ótrúlega fjölbreytt starf

Í starfi sínu sem forstöðumaður rekstrar jarðvarma hjá Landsvirkjun, fær Vordís að leiða hóp frábærra starfsmanna sem sjá um rekstur þriggja jarðgufuvirkjana á Norðausturlandi, en það eru

„Mér finnst spennandi að Ísland hafi raunveruleg tækifæri til þess að verða fyrst landa í heiminum til að losa sig alveg við bensín og olíur.“

Þeistareykjavirkjun, Kröfluvirkjun og Gufustöðin í Bjarnarflagi. „Starfið er ótrúlega fjölbreytt og hver einasti dagur býður upp á nýjar og spennandi áskoranir. Fyrir nokkrum árum hefði ég ekki getað ímyndað mér að rekstur væri svona skemmtilegur, en ég hef alveg kolfallið fyrir starfinu og framtíðarsýn Landsvirkjunar og hlakka til hvers vinnudags.“

Vordís Eiríksdóttir, formaður Jarðhitafélags Íslands og forstöðumaður rekstrar jarðvarma hjá Landsvirkjun.  
FRÉTTABLAÐIÐ/  
STEFÁN

## Miklar breytingar fram undan

Orkugeirinn mun taka miklum breytingum á komandi árum og áratugum að sögn Vordísar, enda leikur hann lykilhlutverk í baráttunni við loftslagsvána. „Endurnýjanleg og græn orka mun verða verðmætari, vindorkan spilar stærra hlutverk og frekari nýting jarðvarmans og hliðarafurða aukast á komandi árum. Við eigum eftir að sjá fleiri sprotafyrirtæki og frumkvöðla vaxa innan geirans. Framþróun orkugeirans mun síðan styðja við frekari uppbyggingu á fjölbreyttu atvinnulífi víðs vegar um landið og opnar vonandi á ný tækifæri fyrir sveitarfélögin til uppbyggingar.“

## Vilja sjá meiri tengingu

Vordís var kjörin formaður Jarðhitafélags Íslands síðasta sumar og segist spennt fyrir starfinu fram undan. „Við vinnum nú að undirbúningi rafrænna fundaraða sem verða kynntar fljótlega og ég hvet fólk til að fylgjast með.“

Hlutverk félagsins er að leiða saman fræðimenn á þessu sviði og það blasir við að við munum hafa fjölmargt að ræða á næstunni. Við viljum tengjast öðrum fræðimönnum innan lands sem utan og höfum einnig sérstakan áhuga á betri tengingu við háskólasamfélagið.“

## Vantar vatn eða varma?

### Jarðborar á ferðinni

Borum eftir heitu og köldu vatni, varmadæluholur, rannsóknarholur, metangasholur og sjóholur. Allt frá grunnum holum til djúpra og grannra til víðra.

Erum með borverkefni í gangi víðsvegar um landið og mætum óskum verkkaupa um boranir hvar sem er.

Endilega hafið samband ef ykkur vantar holu.

### Áratuga reynsla við jarðboranir.



RÆKTUNARSAMBAND  
FLÓA OG SKEIÐA

Ræktunarsamband Flóa og Skeiða | Gagnheiði 35 | 800 Selfossi  
Sími 480 8500 / 860 2054 | rækto@raekto.is | raekto.is



# Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands\*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is 550 5621

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

job

## IDEX

### Söluráðgjafi

I dex sem er fyrirtækin á byggingamarkaði óskar eftir að ráða öflugan sölumann.

#### Starfssvið:

- Sala og heimsóknir til núverandi og verðandi viðskiptavina fyrirtækisins.

#### Hæfniskröfur:

- Sölumannshæfileikar
- Rík þjónustulund og góð mannleg samskipti
- Metnaður til að ná árangri
- Nákvæmni og hugkvæni
- Reynsla í sölumennsku og þekking á byggingum nauðsynleg.

Umsóknum skal skila fyrir **5. febrúar 2021** með tölvupósti til [idx@idx.is](mailto:idx@idx.is)

**IDEX** er þekkt nafn á byggingarmarkaði síðan 1982 og stendur fyrir gæðavöru á góðu verði



hsveitur.is

## HS VEITUR

### Vilt þú slást í hópinn?

Leitað er að faglegum og reynslumiklum einstaklingi í starf aðstoðarverkstjóra rafmagns í Hafnarfirði.

Helstu verkefni felast í daglegu starfi með viðhalds- og eftirlits- teymi rafmagnssviðs auk þess að leysa verkstjóra af eftir þörfum. Að auki þarf aðstoðarverkstjóra að ganga bakvaktir.

Á meðal verkefna viðhalds- og eftirlitsstýmis eru:

- Vinna við nýframkvæmdir
- Viðhald, viðgerðir og endurnýjun á dreifiveitubúnaði
- Eftirlit með dreifiveitubúnaði
- Samskipti við viðskiptavinum

Unnið er samkvæmt öryggisstjórnunarkerfi og gæðastjórnunarkerfi ISO 9001

HS Veitur leggja áherslu á að ráða til sín hæfa, áhugasama og vel menntaða einstaklinga, óháð kyni.

Við viljum því gjarnan heyra frá þér ef þú:

- Hefur lokið sveinsprófi í rafvirkjun, það er kostur ef þú hefur meistaraþróf eða aðra menntun s.s. rafiðnifræði.
- Byrð yfir samskiptahæfni, góðri tölvufærni, hefur brennandi áhuga á tæknimálum og sýnir frumkvæði í starfi
- Getur unnið sjálfstætt, axlað ábyrgð á verkum þínum og unnið undir álagi
- Hefur gilt ökuskírteini og hreint sakavottorð

Nánari upplýsingar veitir Kristján Örn svæðisstjóri í síma 840 5501

Umsóknir óskast sendar í gegn um heimasíðu HS Veitna [www.hsveitur.is/um-okkur/vinnustadurinn/storf-i-bodi/](http://www.hsveitur.is/um-okkur/vinnustadurinn/storf-i-bodi/)

Umsóknarfrestur er til og með 15. febrúar nk. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál og þeim svarað.



## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



## NÓI SÍRÍUS

Nói Sírius er öflugt fyrirtæki á matvælamarkaði. Um 120 manns vinna hjá Nóa Síriusi og þar af um 80 við framleiðslu. Fyrirtækið framleiðir fjöldann allan af sælgætistegundum af mörgum stærðum og gerðum í um 8.000 fermetra húsnæði sínu að Hesthálsi 2-4.

Nói Sírius einsetur sér að vera í hópi leiðandi fyrirtækja á sínu sviði með því að bjóða eftirsóknarverða gæðavöru og þjónustu sem stenst ítrustu kröfur viðskiptavina á alþjóðlegan mælikvarða. Nóa Sírius kappkostar að öll tengsl við fyrirtækið einkennist af ánægju. Á það jafnt við um upplifun viðskiptavina af vörum og þjónustu, líðan starfsfólks á vinnustað og allra hagsmunaaðila fyrirtækisins. Nóa Sírius telur að bestum árangri sé náð í starfi þegar þekking og færni starfsfólks fær að njóta sín og einstaklingurinn finnur til ábyrgðar.

## TÆKNISTJÓRI

Nói Sírius leitar að öflugum tæknistjóra til að leiða tæknideild fyrirtækisins sem sér um rekstur og viðhald á vélum og húsnæði Nóa Síriusar. Framundan eru einnig spennandi verkefni á sviði upplýsingatækni. Við leitum því að kraftmiklum einstakling til að leiða fjölbreytt verkefni.

#### Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Dagleg stjórnun og rekstur tæknideildar
- Ábyrgð á rekstri og viðhaldi véla og tækja Nóa Síriusar
- Umsjón með framþróun tæknibúnaðar og húsnæðis
- Ábyrgð á innkaupum véla, tækja og varahluta
- Áætlanagerð, samskipti við birgja og samningagerð
- Þátttaka í innkaupum og uppsetningu á tölvubúnaði
- Rekstur öryggiskerfa og búnaðar ásamt setu í öryggisnefnd

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólanám á sviði rafmagnsverkfræði, vélaverkfræði eða tæknifræði er skilyrði
- Lönnmenntun, t.d. vélvirkjun, rafvirkjun eða sambærilegt er mikill kostur
- Reynsla af viðhaldi fasteigna er kostur
- Reynsla af rekstri UT kerfa er kostur
- Góð þekking á Windows umhverfi og notendabúnaði er kostur
- Reynsla af verkefnastjórnun, hóp- eða deildarstjórnun er kostur
- Rík þjónustulund og hæfni í mannlegum samskiptum

Nánari upplýsingar veita Stefania Hildur Ásmundsdóttir, [stefania@hagvangur.is](mailto:stefania@hagvangur.is) og Sverrir Briem, [sverrir@hagvangur.is](mailto:sverrir@hagvangur.is).

Umsóknarfrestur er til og með **10. febrúar**. Með umsókn um starfið skal fylgja ítarleg starfsferilskrá. Umsóknir óskast fylltar úr á [hagvangur.is](http://hagvangur.is).

HAGVANGUR

# Ertu öflugur liðsmaður?

Lyfjastofnun óskar eftir að ráða drifandi einstaklinga sem þrífast á spennandi verkefnum, sýna frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum auk þess að eiga auðvelt með að vinna í teymi. Um er að ræða fjölbreytt störf á góðum vinnustað.

## Sérfræðingur á þjónustu- og miðlunarsvið

Um nýtt starf er að ræða með fjölbreyttum og krefjandi verkefnum, þar á meðal tengdum verði og greiðsluþáttöku lyfja, verðendurskoðun lyfja og hagrænu mati.

### Helstu verkefni:

- Greining, útreikningar og hagrænt mat í tengslum við ákvarðanir Lyfjastofnunar um verð og greiðsluþáttöku lyfja
- Greining, útreikningar og mat á verðmyndun lyfja, bæði í heildsölu og smásölu
- Þátttaka í erlendu og innlendu samstarfi sem snýr að ákvörðunum um verð og greiðsluþáttöku lyfja
- Svörun fyrirspurna og afgreiðsla erinda um verð og greiðsluþáttöku lyfja
- Önnur verkefni sem tengjast hlutverki Lyfjastofnunar um ákvarðanir um verð og greiðsluþáttöku lyfja samkvæmt ákvörðun næsta yfirmanns

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi á sviði hagfræði, heilbrigðisvísinda eða önnur sambærileg menntun
- Framhaldsmenntun er kostur
- Reynsla af störfum hjá lyfjafyrirtækjum eða öðrum rekstri því tengdu er kostur
- Reynsla af þáttöku í verkefnum sem snúa að verði og greiðsluþáttöku lyfja
- Reynsla af hagrænni greiningu er æskileg
- Reynsla af rekstrar- og markaðsútreikningum er æskileg
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli. Vald á Norðurlandatungumáli er kostur
- Mjög góð samskiptahæfni
- Afburða tölvuhæfni, nákvæmni, sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð
- Jákvæðni og sveigjanleiki
- Teymisvitund, frumkvæði og faglegur metnaður

## Sérfræðingur í lyfjaskráningum á markaðsleyfedeild

Sérfræðingur í lyfjaskráningum sinnir verkefnum er varða útgáfu markaðsleyfa og annarra leyfa, breytingu, niðurfellingu og afturköllun markaðsleyfa, mati á lyfjaupplýsingum og öðrum verkefnum sem tengjast viðhaldi markaðsleyfa lyfja.

### Helstu verkefni:

- Mat og afgreiðsla umsókna um ný markaðsleyfi
- Breytingar og viðhald markaðsleyfa lyfja
- Þýðingar lyfjatexta
- Vinnsla við mat á lyfjatextum
- Samskipti við markaðsleyfishafa lyfja og lyfjastofnanir í Evrópu

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Að minnsta kosti 2 ára reynsla af lyfjaskráningum
- Þekking á íslenski og evrópski lyfjalöggjöf
- Reynsla af vinnu við lyfjatexta á íslensku, ensku og Norðurlandatungumálum (að finnsku undanskilinni)
- Mjög gott vald á íslensku og ensku
- Góð tölvukunnátta
- Mjög góð samskiptahæfni
- Nákvæm, skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð
- Frumkvæði, jákvæðni og sveigjanleiki
- Hæfni til að vinna sjálfstætt og í hópi

## Eftirlitsfulltrúi á eftirlitssvið

Eftirlitsfulltrúi mun sinna fjölbreyttum og krefjandi verkefnum þar á meðal er varða eftirlit með eftirlitsskyldum eignum og förgun þeirra. Um er að ræða tímabundið starf til eins árs.

### Helstu verkefni:

- Afgreiðsla verkefna tengd eftirliti með eftirlitsskyldum eignum
- Eftirlit með förgun eftirlitsskyldra efna
- Afgreiðsla undanþágulyfseðla
- Umsýsla lyfjaskortstilkynninga
- Umsýsla váboða fyrir lyf, blóðhluta og frumur og vefi
- Vöktun sérhæfðra innhólfa
- Vöktun og afgreiðsla atvikaskráninga
- Eftirlit með hagsmunaaðilum
- Úrvinnsla tölulegra upplýsinga og skýrslugerð
- Útgáfa leyfa og vottorða
- Svörun fyrirspurna og afgreiðsla erinda

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- B.Sc. gráða s.s. á sviði heilbrigðisvísinda eða raunvísinda eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Þekking og/eða reynsla á sviði framleiðslu, dreifingar eða sölu lyfja er kostur
- Reynsla af gæðamálum er kostur
- Gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli
- Góð tölvuhæfni, nákvæmni, sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð
- Mjög góð samskiptahæfni
- Jákvæðni og sveigjanleiki
- Teymisvitund, frumkvæði og faglegur metnaður

Umsóknarfrestur er til og með 15. febrúar 2021. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Ítarlegri upplýsingar um störf og Lyfjastofnun má finna á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is)

Nánari upplýsingar veita: Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Hafdís Ósk Pétursdóttir ([hafdis@intellecta.is](mailto:hafdis@intellecta.is))



# Verkefnastjóri - verkfræðingur – Betri samgöngur ohf.

Betri samgöngur ohf. er fyrirtæki sem stofnað var til að hrinda í framkvæmd og fjármagna uppbyggingu samgönguinnviða á höfuðborgarsvæðinu fyrir um 120 milljarða á næstu 15 árum. Markmið þess er að stuðla að greiðum, skilvirkum, hagkvæmum og öruggum samgöngum með uppbyggingu innviða allra samgöngumáta. Auk þess að vinna að auknu umferðaröryggi og stuðla að því að loftslagsmarkmiðum verði náð.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur um færni viðkomandi til að gegna starfinu og upplýsingar um árangur sem viðkomandi hefur náð og telur að nýtist í starfi.

Umsjón með starfinu hafa Auður Bjarnadóttir (audur@vinnvinn.is) og Hilmar G. Hjaltason (hilmar@vinnvinn.is).

**Betri samgöngur ohf.** leita að verkefnastjóra, með viðamikla reynslu af stjórnun verkframkvæmda, til að taka virkan þátt í stórfelldri uppbyggingu samgönguinnviða á höfuðborgarsvæðinu, sem fela m.a. í sér framkvæmdir við Borgarlínuna, göngu- og hjólastíga, umferðarstýringu og stofnvegaf framkvæmdir. Verkefnastjóri skal hafa skýra sýn á undirbúning og framkvæmd verkefna ásamt frumkvæði og metnaði til að sýna árangur og kraft til að hrinda þeim í framkvæmd. Viðkomandi þarf að hafa sýnt hæfni í samskiptum og samvinnu og reynslu og metnað til að ná árangri.

#### Starfssvið:

- Umsjón með heildstæðri áætlunargerð og áhættustýringu.
- Stýra ytri ráðgjöfum sem koma að verk- og kostnaðaráætlunum.
- Að rýna verk- og kostnaðaráætlanir frá ytri ráðgjöfum og verksólum.
- Eftirfylgni áætlana þ.m.t. að tryggja eins og kostur er að verk- og kostnaðaráætlanir gangi eftir.
- Önnur tilfallandi verkefni.

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í verkfræði eða sambærilegu námi sem nýtist í starfinu.
- Viðtæk og árangursrík reynsla af stjórnun framkvæmda og kostnaðareftirliti.
- Góðir samskiptahæfileikar.
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri.
- Góð færni til tjáningar í ræðu og riti á íslensku og ensku.

#### Umsóknarfrestur er til og með 7. febrúar nk.

Umsóknir óskast fylltar út á [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is).

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

**vinnvinn**  
RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF



# Forstöðumaður rekstrarsviðs

Markmið og sýn LV er að vera eftirsóknarverður og leiðandi lífeyrissjóður sem byggir upp trausta fjárhagslega framtíð sjóðfélaga eftir starfslok. Sjóðurinn veitir traustar og áreiðanlegar upplýsingar sem miðast við þarfir sjóðfélaga á hverjum tíma. Lífeyrissjóðurinn ávaxtar fjármuni sjóðfélaga með gagnsæjum og ábyrgum hætti.

Hjá LV starfa 50 starfsmenn og er lögð áhersla á að bjóða upp á góða starfsaðstöðu og vinnuskilyrði, jafnvægi milli vinnu og einkalífs og að byggja upp liðsheild sem getur unnið samhent að krefjandi verkefnum.

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

Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur um færni viðkomandi til að gegna starfinu.

Umsjón með starfinu hafa Hilmar Garðar Hjaltason (hilmar@vinnvinn.is) og Jensína K. Böðvarsdóttir (jensina@vinnvinn.is) hjá Vinnvinn.

**Lífeyrissjóður verzlunarmanna (LV)** óskar eftir að ráða forstöðumann rekstrarsviðs í nýtt og spennandi starf innan sjóðsins. Starfið heyrir undir framkvæmdastjóra og er viðkomandi hluti af forstöðumannateymi LV.

Hér er einstakt tækifæri fyrir framsækinn breytingastjórnanda sem hefur metnað til að vinna með samhentu og metnaðarfullum einstaklingum í að byggja upp nýtt og árangursmiðað svið innan sjóðsins.

Undir forstöðumann rekstrarsviðs heyrja 23 starfsmenn í 5 deildum: gæðastjórnun, skrifstofustjórnun og mannauður, þjónustuver, skráning iðgjalda og lánadeild.

#### Helstu verkefni:

- Þróa og efla þjónustu sjóðsins, bæði ytri og innri, með áherslu á þjónustugæði og samræmda aðkomu einstakra deilda.
- Ábyrgð á daglegum rekstri, uppbyggingu og þróun sviðsins.
- Móta, þróa og innleiða stefnu sjóðsins um stafræna þjónustu, samþættingu dreifileiða og umsjón með gerð kynningarefnis.
- Umsjón með þróun og samræmingu lykilverkferla sjóðsins m.t.t. skilvirkni og gæða starfseminnar.
- Samræming og umsjón með upplýsingagjöf til sjóðfélaga og annarra haghafa, m.a. fjölmiðla.

#### Menntun og hæfni:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af stjórnunarstörfum og mannaforráðum.
- Farsæl og árangursrík reynsla af breytingastjórnun.
- Reynsla af þátttöku í mótun framtíðarsýnar og stefnu í rekstri.
- Þekking á stafrænni þróun.
- Þekking á gæðamálum og skilvirkni verkferla.
- Leiðtogaþæfileikar, framúrskarandi samskiptahæfni og færni í að byggja upp sterka liðsheild.
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri.
- Hæfni til tjáningar í ræðu og riti.

#### Umsóknarfrestur er til og með 10. febrúar nk.

Umsóknir óskast fylltar út á [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is).

**vinnvinn**  
RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF



Urðarhvarf 8  
203 Kópavogur  
orkuhusid.is



# Störf í boði hjá Orkuhúsinu

## Heilbrigðisgagnafræðingur

Starfið felst aðallega í skráningu, meðferð gagna og umsjón sjúkrarskrár, almenn ritarastörf og önnur aðstoð við lækna og stjórnendur. Stöðugt er unnið að bættum verkferlum og samvinnu milli starfseininga og er verkefnalisti því ekki tæmandi. Starfið hentar því afar vel lausnarmiðuðum og röggsum einstaklingi sem þrífst í líflegu starfsumhverfi. Starfið fer fram á dagvinnutíma alla virka daga og starfshlutfall er eftir samkomulagi. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

## Menntunar- og hæfniskröfur

- Nauðsynlegt er að viðkomandi hafi góða reynslu af starfi heilbrigðisgagnafræðinga
- Próf í heilbrigðisgagnafræði áskilið (áður læknaritun)
- Nákvæmni og röggsemi er skilyrði
- Við leitum að jákvæðum og drifandi einstaklingi með góða nærveru

## Um okkur

Læknastöðin og önnur fyrirtæki innan Orkuhússins eru með alla sína starfsemi í nýrri og glæsilegri aðstöðu í Urðarhvarfi 8 í Kópavogi. Hjá Læknastöðinni starfa rúmlega 50 manns og við sérhæfum okkur í bæklunarlækningum. Árlega leita til okkar rúmlega 20.000 einstaklingar og við framkvæmum um 5.000 aðgerðir á ári. Við leggjum metnað okkar í að veita sem besta þjónustu og bjóðum upp á líflegt og gefandi starfsumhverfi.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Dagný Jónsdóttir framkvæmdastjóri í síma 520 0100. Umsóknarfrestur er til og með 8. febrúar 2021. Umsókn sendist á [dagnyj@orkuhusid.is](mailto:dagnyj@orkuhusid.is) og henni þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál. Allar umsóknir eru geymdar í sex mánuði frá því þær berast, eftir þann tíma er þeim eytt. Haft verður samband við umsækjendur ef fleiri störf losna á tímabilinu.



## Móttökuritari óskast til starfa

Heilsugæslan í Lág múla 4, óskar eftir að ráða móttökuritara í allt að 100% framtíðar starf. Ráðið er í starfið frá 1. mars nk. eða eftir nánara samkomulagi.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Símsvörun - tímabóknir – afgreiðsla við skjólstæðinga.
- Önnur stoðþjónusta við stjórnendur og samstarfsfólk.
- Uppgjör afgreiðslukassa.

### Hæfniskröfur

- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Stundvísi og góð mæting til vinnu.
- Reynsla af sambærilegum móttöku-/afgreiðslustörfum æskileg.
- Mjög góð íslenskukunnátta skilyrði bæði töluð og rituð.
- Góð enskukunnátta.
- Almenn góð tölvukunnátta - excel, word og outlook tölvupóstur.
- Þekking og reynsla á bókunar og skráningakerfinu Sögu er æskileg.
- Faglegur metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð.

Heilsugæslan áskilur sér rétt til að óska eftir staðfestingu á hreinu sakavottorði.

Umsóknarfrestur er til miðnættis 7. febrúar 2021

Umsóknir óskast fylltar út á [www.alfred.is](http://www.alfred.is)

- Móttökuritari á heilsugæslu

Nánari upplýsingar um starfið veitir Kristjana Þórey Guðmundsdóttir, skrifstofustjóri [thorey@hglagmuli.is](mailto:thorey@hglagmuli.is)

Vilt þú vinna hjá frumkvöðlafyrirtæki í geðheilbrigðisþjónustu við börn og ungmenni?

**SÓL, sálfræði- og læknisþjónusta óskar eftir fagfólki til að starfa með öflugum hópi sérfræðinga í þjónustu við börn, ungmenni og fjölskyldur þeirra.**

Við leitum að sálfræðingum, læknum, og félagsráðgjafa/þroskabjálfa/sérkennara til starfa í SÓL:

- Leitað er að sálfræðingum til að sinna greiningu og meðferð vegna taugaþroska-, hegðunar- og geðræns vanda barna og fullorðinna að 25 ára. Reynsla er æskileg en ekki skilyrði. Handleiðsla er í boði frá sérfræðingum í klínískri sálfræði.
- Leitað er að barna- og unglíngageðlæknum, barnalæknum og sérfræðingum í heimilislækningum sem hafa áhuga á að sinna börnum með taugaþroskavanda, hegðunar- og geðvanda. Leitað er að fullorðinsgeðlæknum til að sinna aldursþópnum 18-25 ára. Til greina kemur að ráða lækna úr öðrum sérgreinum og almenna lækna með áhuga. Handleiðsla er í boði frá sérfræðilæknum í SÓL.
- Leitað er að áhugasömum starfskrafti með grunn t.d. í félagsráðgjöf, þroskabjálfun eða sérkennslu sem getur sinnt ráðgjöf til foreldra og samskiptum við skóla og aðra þjónustuaðila. Handleiðsla er veitt af sérfræðingum.

SÓL hóf starfsemi í byrjun árs 2017 með það að markmiði að bæta aðgengi að geðheilbrigðisþjónustu fyrir börn og ungmenni að 25 ára aldri. Hjá SÓL starfar fjölbreyttur hópur sálfræðinga og lækna og byggt er á þverfaglegri teymisvinnu, gagnreyndum aðferðum og einstaklingsnálgun. Verkefni eru fjölbreytt og möguleikar eru á þátttöku í þróun nýrra úrræða.

Fyrirspurnir berist til Ágústu Ingibjargar Arnardóttur sérfræðings í klínískri sálfræði á netfangið [agusta@sol.is](mailto:agusta@sol.is) eða til Steingerðar Sigurbjörnsdóttur barna- og unglíngageðlæknis [steingerdur@sol.is](mailto:steingerdur@sol.is). Áhugasamir eru eindregið hvattir til að hafa samband.



Sálfræði- og læknisþjónusta

Börn | Ungmenni | Fjölskyldur





## Sunnulækjarskóli

Staða safnstjóra skólalókasafns við Sunnulækjarskóla á Selfossi er laus til umsóknar.

Einnig vantar kennara til að sinna forföllum í tímabundna ráðningu til vors.

Í skólunum eru um 740 nemendur og þar er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólalastarfinu koma.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Frumkvæði, skipulagshæfileikar og sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni og áhugi á skólalastarfi.
- Færni í mannlegum samskiptum.
- Kennsluréttindi vegna stöðu forfallakennara.
- Góð íslenskukunnátta.

Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launa nefndar Sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Vakin er athygli á stefnu Árborgar um að jafna hlutfall kynja í störfum hjá sveitarfélaginu.

Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu skólans: <http://www.sunnulaekjarskoli.is> og hjá Birgi Edwald skólalastjóra í síma 480-5400.

### Umsóknarfrestur er til 8. febrúar 2021.

Sækja þarf um stöðuna vef Sveitarfélagsins Árborgar: <http://starf.arborg.is>

*Skólalastjóri*



## PERSÓNUPERND FJARÞJÓNUSTA Á HÚSAVÍK TVÆR LAUSAR STÖÐUR!

Persónuvernd auglýsir lausar til umsóknar tvær stöður hjá stofnuninni á nýrri starfsstöð hennar á Húsavík. Um er að ræða eina stöðu lögfræðings og eina stöðu sérfræðings í þjónustuveri. Leitað er að framúrskarandi einstaklingum sem eru tilbúnir að takast á við krefjandi verkefni með samhentun teymi hjá Persónuvernd.

### Laus staða lögfræðings:

#### HELSTU VERKEFNI:

- Hefðbundin lögfræðistörf, m.a. vinna að álitum, úrskurðum og leiðbeiningum
- Afgreiðsla fyrirspurna sem berast símleiðis eða með öðrum hætti
- Önnur lögfræðistörf sem heyra undir starfssvið Persónuverndar samkvæmt ákvörðun sviðsstjóra

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Embættis- eða meistaraþróf í lögfræði
- Mikil áhersla er lögð á gott vald á íslensku, auk færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Nákvæmni, frumkvæði og ögun í vinnubrögðum
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymi
- Góð kunnátta í ensku og þekking á a.m.k. einu Norðurlandamáli
- Góð samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum er skilyrði

### Laus staða sérfræðings í þjónustuveri:

#### HELSTU VERKEFNI:

- Afgreiðsla tilkynninga um öryggisbrestir
- Umsjón með vefsíðu, ásamt gerð frétta og leiðbeininga
- Svörun fyrirspurna á símatíma

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Háskólaþróf eða önnur menntun sem nýtist í starfi er kostur
- Mikil áhersla er lögð á gott vald á íslensku, auk færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Nákvæmni, frumkvæði og ögun í vinnubrögðum
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymi
- Góð kunnátta í ensku og þekking á a.m.k. einu Norðurlandamáli
- Góð samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum er skilyrði

### Frekari upplýsingar um störfin

Umsóknarfrestur er til og með 8. febrúar 2021 og skulu umsóknir berast á netfangið [postur@personuvernd.is](mailto:postur@personuvernd.is). Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur. Launakjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi ríkisins við viðkomandi stéttarfélag. Ráðið verður í störfin til 12 mánaða. Um er að ræða tilraunaverkefni sem vonast er til að framhald verði á. Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Vigdís Eva Lindal, sviðsstjóri hjá Persónuvernd, í síma 510-9600. Umsóknir munu gilda í sex mánuði frá móttöku þeirra. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Persónuvernd, Rauðarárstíg 10, 105 Reykjavík | [www.personuvernd.is](http://www.personuvernd.is)



## Bankasýsla ríkisins leitar að einstaklingum til stjórnarsetu í fjármálafyrirtækjum.

Bankasýsla ríkisins er sérstök ríkisstofnun með sjálfstæða stjórn sem heyrir undir fjármála- og efnahagsráðherra. Fer stofnunin með eignarhluti ríkisins í fjármálafyrirtækjum í samræmi við lög, góða stjórnsýslu- og viðskiptahætti og eigendastefnu ríkisins á hverjum tíma. Í umsýslu hennar eru 100% eignarhlutur í Íslandsbanka hf., 98,2% eignarhlutur í Landsbankanum hf. og 49,5% eignarhlutur í Sparisjóði Austurlands hf.

Við val á einstaklingum sem tilnefndir eru sem stjórnarmenn eða varamenn í stjórnir fjármálafyrirtækja tekur valnefnd mið af yfirsýn, þekkingu og reynslu viðkomandi í tengslum við fyrirtækjarekstur og starfsháttum fjármálafyrirtækja. Nefndin leitast við að það sitji sem næst jafnmargar konur og karlar í stjórnnum fjármálafyrirtækja. Þá er jafnframt miðað að því að þekking og reynsla stjórnarmanna sé fjölbreytt.

### VIÐ MAT Á HÆFI EINSTAKLINGA LÍTUR VALNEFNDIN MEÐAL ANNARS TIL EFTIRFARANDI ATRIÐA:

- Yfirgripsmikil reynsla af rekstri og þekking á íslensku atvinnulífi.
- Þekking á rekstri banka og starfsemi fjármálafyrirtækja.
- Reynsla af alþjóðlegum viðskiptum.
- Traust og gott orðspor.
- Leiðtogaþæfileikar.
- Reynsla af stjórnun og stefnumótun.
- Fjárhagslegt sjálfstæði.
- Menntun sem nýtist í starfi.

Einstaklingar sem vilja gefa kost á sér þurfa að uppfylla margvísleg lagaleg skilyrði, m.a. vegna ákvæða laga nr. 161/2002 um fjármálafyrirtæki, ásamt því að standast hæfismat Fjármálaeftirlits Seðlabanka Íslands. Nánari upplýsingar má finna á heimasíðu Bankasýslu ríkisins [www.bankasysla.is](http://www.bankasysla.is).

Áhugasamir einstaklingar sem telja sig uppfylla framangreind skilyrði eru hvattir til að senda ferilskrár og kynningarbréf ásamt upplýsingum um framangreind atriði til valnefndar Bankasýslu ríkisins á netfangið [valnefnd@bankasysla.is](mailto:valnefnd@bankasysla.is).

Óskað er eftir að umbednar upplýsingar berist eigi síðar en 15. febrúar nk.

Nánari upplýsingar veitir

Jón G. Jónsson, forstjóri Bankasýslu ríkisins, sími 550-1700.

## Framkvæmdastjóri

Laust er til umsóknar starf framkvæmdastjóra á Eir. Starfið er tvískipt. Annars vegar er um að ræða 20% framkvæmdastjórastarf hjá Eir öryggisbúðum ehf. sem er 100% í eigu Eirar ses. og hins vegar 80% starf framkvæmdastjóra innan Eirar samstæðunnar.



### Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Eignaumsýsla og samningagerð
- Lögfræðileg úrlausnarefni
- Undirbúningur stjórnarfundar, fundarritun, aðstoð við forstjóra og stjórnarformenn
- Halda um um fulltrúaráðsfundi
- Ýmis rekstrarsverkefni
- Innra eftirlit
- Stjórnun og stefnumótun
- Annað

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Lögfræðimenntun
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnarsýslu er æskileg
- Færni í mannlegum samskiptum auk forystu- og skipulags-hæfileika
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Þekking á sviði rekstrar og stjórnunar
- Stjórnunarreynsla skilyrði
- Þekking á málefnum aldraðra er kostur
- Góð tölvukunnátta
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Gott vald á íslensku

Með umsókn skal fylgja starfsferilsskrá, ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig umsökjandi uppfyllir hæfniskröfur.

Starfið er laust frá 1. júní 2021 eða eftir samkomulagi.

Upplýsingar um starfið veitir Sigurður Rúnar Sigurjónsson forstjóri srs@eir.is sími 898 1592.

Umsókn skal skila rafrænt á netfangið srs@eir.is

**Umsóknarfrestur er til með 12. febrúar 2021**



## Húnaþing vestra auglýsir starf skipulags- og byggingarfulltrúa laust til umsóknar. Um er að ræða 100% starf með starfsstöð á Hvammstanga.

Starf byggingarfulltrúa er lögbundið, sbr. 8. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010. Hlutverk hans er að veita embættinu faglega forystu og móta framtíðarstefnu innan ramma laga og reglugerða. Jafnframt að hafa eftirlit og eftirfylgni með að lögum um mannvirki nr. 160/2010, reglugerðum og öðrum lögum byggingarmála sé framfylgt.

### Starfssvið:

- Framkvæmd skipulags- og byggingarmála.
- Áætlanagerð og eftirfylgni, mælingar og úttektir.
- Undirbúningur og eftirfylgni fundar skipulags- og umhverfissráðs.
- Byggingarfulltrúi ber m.a. ábyrgð á skráningu mannvirkja, úttektum, staðfestingu eignaskiptayfirlýsinga, gjaldtöku, skráningu, varðveislu og miðlun upplýsinga um mannvirki til íbúa.
- Samstarf við aðila utan og innan stjórnarsýslunnar sem sinna verkefnum á sviði byggingarmála.
- Önnur verkefni sem viðkomandi er falið hverju sinni og undir embættið heyrir.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði byggingarmála skv. 8. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010.
- Þekking og reynsla á sviði byggingarmála
- Þekking og reynsla á sviði skipulagsmála
- Þekking og reynsla af úttektum og mælingum.
- Þekking á lögum um mannvirki, skipulagslögum og byggingarreglugerð.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnarsýslu.
- Hæfni í mannlegum samskiptum, góðir samstarfs- og samskiptahæfileikar.
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til þess að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð almenn tölvukunnátta.

Með umsókn skal fylgja greinargóð starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Launanevndar Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélag.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ragnheiður Jóna Ingimarsdóttir sveitarstjóri í síma 455 2400 eða á netfanginu rjona@hunathing.is.

### Umsóknarfrestur er til með 19. febrúar.

Umsóknir skulu berast á netfangið rjona@hunathing.is Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Húnaþing vestra er afar víðfemt landbúnaðarhérað í alfaraleið, miðja vega milli Akureyrar og Reykjavíkur. Hvammstangi er stærsti þéttbýlisgjafi sveitarfélagsins með um 600 íbúa en heildarfjöldi íbúa er um 1.220. Sveitarfélagið er fjölskylduvænt samfélag með hátt þjónustustig, metnaðarfullu leik- og grunnskólustarfi ásamt því að rekin er dreifnámssveit frá FNV á staðnum. Sveitarfélagið er útivistarparadís, með góða sundlaug, íþróttahús og ýmsa möguleika til félagsstarfa. Blómlegt menningarlíf er til staðar.

## Deildarstjóri lögfræðideildar



### Samgöngustofa leitar að öflugum einstaklingi í starf deildarstjóra lögfræðideildar

Deildarstjóri ber ábyrgð á og hefur yfirumsjón með starfi lögfræðideildar sem heyrir undir stjórnarsýslu- og þróunarsviði Samgöngustofu. Deildarstjóri ber ábyrgð á að starfsemi Samgöngustofu eigi stöð í lögum, skipuleggur og þróar starfið og verkefni deildarinnar. Deildarstjóri vinnur náið með starfsfólki og stjórnendum stofnunarinnar. Um er að ræða krefjandi starf sem reynir á frumkvæði, skipulags-hæfileika og samskiptahæfni. Viðkomandi er í samskiptum við innlend stjórnvöld og hagsmunaaðila og tekur þátt í alþjóðlegu starfi. Starfshlutfall er 100%. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Grunn- og meistaranám í lögfræði. Framhaldsmenntun í Evrópurétti er kostur.
- Haldgóð starfsreynsla á sviði opinberrar stjórnarsýslu og/eða úr atvinnulífinu er nauðsynleg.
- Reynsla eða þekking á stjórnarsýslu samgöngumála er kostur.
- Stjórnunarreynsla og leiðtogahæfni.
- Frumkvæði, skipulögð og nákvæm vinnubrögð.
- Mikil hæfni í mannlegum samskiptum nauðsynleg.
- Reynsla af ferla- og umbótastarfi er kostur.
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í rituðu og töluðu máli er nauðsynlegt.
- Góð færni í einu Norðurlandamáli er æskileg.

Umsóknarfrestur er til 8. feb. 2021

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

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

Í boði er spennandi starf hjá metnaðarfullri stofnun í alþjóðlegu umhverfi. Við bjóðum upp á góða starfsaðstöðu og frábæra vinnufélaga.



## Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

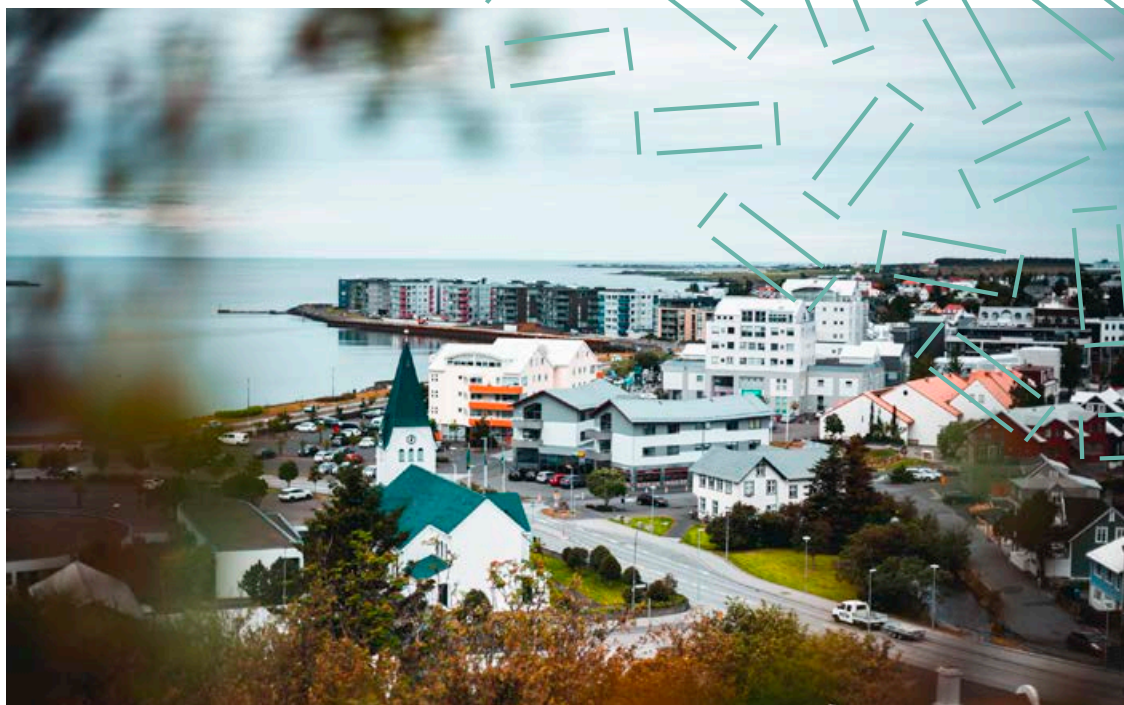


**FAST**  
Ráðningar

lind@fastradningar.is  
mjoll@fastradningar.is

www.fastradningar.is

Við erum að ráða



## Deildarstjóri launadeildar

Við leitum að metnaðarfullum einstaklingi, með viðeigandi háskólamenntun og góða reynslu af sambærilegu starfi, sem er tilbúinn að stýra rekstri launadeildar Hafnarfjarðarbæjar og leiða í gegnum breytingar sem snúa m.a. að aukinni skilvirkni, skipulagi og rafrænni stjórnsýslu.

**Umsóknarfrestur er til og með 14. febrúar 2021**

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

**Sendu okkur umsókn!**

Nánari upplýsingar á:  
[radningar.hafnarfjordur.is](http://radningar.hafnarfjordur.is)



Hafnarfjörður

# VERKEFNASTJÓRI FRAMKVÆMDA

Við leitum að öflugum einstaklingi í krefjandi og fjölbreytt starf verkefnastjóra framkvæmda við ný og eldri tengivirki, loftlínur og jarðstrengi.

Verkefnastjórar framkvæmda leiða verkefni frá undirbúningi, í gegnum útboðshönnun, verksamninga, verklega framkvæmd og afhendingu mannvirkja til reksturs. Þeir eru ábyrgir fyrir áætlunum verkefnis og eftirfylgni þeirra. Jafnframt sinna verkefnastjórar framkvæmda ýmsum umbótaverkefnum á sínu sviði.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í verk- eða tæknifræði eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla af verkefnastjórnun framkvæmdaverka
- Þekking og reynsla af öryggis- og umhverfismálum
- Framúrskarandi samskipta- og leiðtogaþæfni
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi

**Umsóknarfrestur er til 8. febrúar 2021.** Sótt er um starfið á [landsnet.is](http://landsnet.is). Með umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni umsækjanda sem nýtist í starf. Nánari upplýsingar veitir Ólafur Kári Júlíusson, mannauðssérfræðingur, [mannaudur@landsnet.is](mailto:mannaudur@landsnet.is).

Landsnet býður upp á fyrsta flokks aðbúnað og góðan starfsanda á eftirsóttum vinnustað þar sem nýsköpun og tækifæri til framgangs í starfi eru höfð að leiðarljósi.



FJÖLMENNINGARSETUR

## Sérfræðingur

Fjölmenningarsetur auglýsir laust til umsóknar starf sérfræðings í málefnum flóttafólks. Um er að ræða tímabundið starf til eins árs með möguleika á framlengingu. Starfshlutfall er 100%.

Fjölmenningarsetur starfar á grundvelli laga um málefni innflytjenda nr. 116/2012.

Fjölmenningarsetur er staðsett á Ísafirði og með starfstöð í Reykjavík. Auglýst staða sérfræðings er staðsett í Reykjavík.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Þátttaka í mótun og þróun reynsluverkefnisins um samræmda móttöku flóttafólks.
- Veita sveitarfélögum leiðbeiningar og ráðgjöf vegna móttöku flóttafólks.
- Veita faglega ráðgjöf við gerð einstaklingsbundinna áætlana.
- Viðtöl, undirbúningur og fræðsla um samræmda móttöku til flóttafólks.
- Parfaggreining og þörun sveitarfélaga og flóttafólks sem tekur þátt í samræmdri móttöku.
- Halda utanum og standa fyrir samráði milli þeirra aðila sem koma að móttöku flóttafólks.

### Hæfnikröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Menntun á sviði félagsvísinda er mikill kostur.
- Þekking á málefnum innflytjenda og flóttafólks.
- Reynsla af starfi með innflytjendum og flóttafólki.
- Góð íslensku- og enskukunnátta. Önnur tungumálakunnátta kostur.
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum og skipulagsfærni.
- Framsýni og vilji til að ná árangri.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

### Frekari upplýsingar

Umsókn skal fylgja yfirlit náms- og starfsferils ásamt kynningarbréfi.

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningum ríkisins við viðkomandi stéttarfélag.

Umsóknarfrestur er til 8. febrúar og skulu umsóknir berast Fjölmenningarsetri í tölvupósti á póstfangið linda@mcc.is.

Nánari upplýsingar veitir Linda Dröfn Gunnarsdóttir forstöðumaður í síma 450 3090, linda@mcc.is  
Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Umsókn getur gilt í sex mánuði eftir að umsóknarfresti lýkur.  
Starfið er laust strax.



## Stálsmiður, vélsmiður og /eða blikksmiður

Frostverk smíðar innréttingar í ísbúðir, skyndibitastaði, veitingahús, stórheldhús ásamt mörgu öðru. Erum aðalega að smíða úr ryðfríu stáli.

Erum að leita stálsmið, vélsmið og/eða blikksmið sem er laghentur, útsjónarsamur og væri til í að starfa á verkstæði fyrirtækisins í Garðabæ.

### Við erum að leita að eftirfarandi

Einstakling í fullt starf í smíði á innréttingum úr ryðfríu stáli er hefur:

- Réttindi eða reynslu af vélsmiði, stálsmíði, blikksmíði eða sambærlegri vinnu.
- Góða reynslu af smíði úr ryðfríu stáli.
- Útsjónarsemi og sé lausnaðrmiðaður
- Góða reynslu af tig suðu í þunnu ryðfríu stáli.
- Eru stundvísir og sveiganlegur í vinnu.
- Sýnir frumkvæði og hefur nákvæm og góð vinnubrögð.
- Krafa er að viðkomandi tali og skilji íslensku

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Nýsmíði innréttinga
- Samsetning á vélbúnaði
- Suðuvinna

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Vélsmiður
- Stálsmiður
- Járnsmiður
- Blikksmiður
- Vélstjóri

Áhugasamir eru hvattir til að sækja um rafrænt fyrir 8. febrúar á netfangið borkur@frostverk.is

Reir Verk leitar að öflugum verkefnastjóra sem er tilbúinn að takast á við krefjandi verkefni og skemmtilegar áskoranir. Reir Verk hvetur konur jafnt sem karla að sækja um starfið.

# VERKEFNASTJÓRI

Reir Verk er öflugt byggingarfélag sem vinnur að stórum jafnt sem smáum fasteignaverkefnum bæði á útboðsmarkaði sem og í eigin verkefnum.

Fyrirtækið hefur á að skipa öflugum starfsmönnum, stjórnendum og tækjabúnaði og getur því tekist á við verkefni af hvaða stærðargráðu sem er. Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á heimasíðu félagsins [www.reirverk.is](http://www.reirverk.is)

# REIR VERK

### Helstu verkefni:

- Fagleg og fjárhagsleg ábyrgð með byggingaframkvæmdum
- Undirbúningur og stjórnun verkefna
- Hönnunarrýni og samræming
- Áætlanagerð og eftirfylgni
- Kostnaðareftirlit

### Menntunar og hæfniskröfur:

- Tæknimenntun æskileg
- Starfsleyfi byggingastjóra
- Starfsreynsla af verkefnastjórnun byggingaframkvæmda
- Geta til að vinna sjálfstætt og í teymi
- Góð skipulags- og samskiptahæfni
- Stjórnunarreynsla
- Drifkraftur og þrautseigja

### Nánari upplýsingar

Starfsferilskrá óskast send á [umsokn@reir.is](mailto:umsokn@reir.is).  
Nánari upplýsingar um starfið veitir  
Árni Guðlaugsson, framkvæmdastjóri framkvæmda,  
[arni@reir.is](mailto:arni@reir.is).

Umsóknarfrestur er til og með 14. febrúar 2021.



## Félagsráðgjafi

Laus er til umsóknar staða félagsráðgjafa á Reykjalundi. Um fullt starf er að ræða og er staðan laus nú þegar eða samkvæmt nánara samkomulagi.

Á Reykjalundi er unnið í þverfaglegum teymum þar sem áhersla er lögð á skjólstæðingsmiðaða nálgun og heildræna sýn. Krafist er frumkvæðis, sjálfstæðis í vinnubrögðum, skipulagshæfileika og góðrar hæfni í mannlegum samskiptum. Æskileg er viðbótarmenntun í starfsendurhæfingu og/eða fjölskylduráðgjöf.

### Hæfniskröfur:

- Íslenskt starfsleyfi.
- Víðtæk starfsreynsla æskileg.
- Góð og almenn færni í mannlegum samskiptum og samvinnu.
- Æskileg er reynsla af þverfaglegu teymisstarfi.

Laun greiddast samkvæmt kjarasamningi Félagsráðgjafafélags Íslands og fjármálaráðherra auk stofnana-samnings Félagsráðgjafafélags Íslands og Reykjalundar.

Upplýsingar um starfið veita Óskar Jón Helgason framkvæmdastjóri þjálfunar og ráðgjafar oskarh@reykjalundur.is S: 897-9271 og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri gudbjorg@reykjalundur.is S: 896-3131

### Umsóknarfrestur er til 14. febrúar 2021.

Á Reykjalundi er unnið í þverfaglegum teymum þar sem áhersla er lögð á skjólstæðingsmiðaða nálgun og heildræna sýn.

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

**The EFTA Surveillance Authority**

The EFTA Surveillance Authority (ESA) monitors compliance with the Agreement on the European Economic Area (EEA Agreement) in Iceland, Liechtenstein and Norway, enabling those States to participate in the Internal Market of the European Union.

ESA is an international organisation, independent of the States, which safeguards the rights of individuals and undertakings under the EEA Agreement, ensuring free movement, fair competition and control of state aid. ESA's work helps remove barriers to trade and open up new opportunities to over 500 million Europeans, creating jobs and growth and adding to the international competitiveness of the States.

ESA is based in Brussels. It currently employs staff members of 19 nationalities. ESA is led by a College consisting of three Members, each appointed for a period of four years by the three participating EFTA States.

ESA is recruiting an Economist to work in the Competition and State Aid Directorate (CSA).

CSA is a multi-disciplinary team comprising both economists and lawyers and enforces the competition and state aid rules of the EEA Agreement. These rules largely mirror the competition rules in the EU, both with regard to antitrust and state aid control. In the field of antitrust/competition, the bigger share of CSA's work has been focused to date on cases of abuse of dominance, although potential anti-competitive agreements may also be assessed. In state aid, CSA's portfolio is broad and diverse.

The successful candidate will be responsible for ensuring a high standard of economic reasoning and analysis in the competition cases dealt with by ESA. There will also be opportunities to work on state aid cases.

ESA is looking for a person with a solid academic record and practical experience in the application of industrial organisation / competition economics in the fulfilment of advisory or analytical functions in competition cases and policy. Additional knowledge of the application of economics in state aid cases is desirable, and knowledge of the application of economics in a regulatory environment would be an advantage.

Tasks will include:

- Applying industrial organisation / competition economics to ESA's competition casework. This will involve participating in multi-disciplinary case teams and performing qualitative and quantitative economic analysis on competition issues, as well as regular case-handling duties, within the framework laid down by the EEA competition rules and related case law.
- Communicating technical economic concepts in a clear and accessible manner, both verbally and in writing (e.g. by drafting advisory memos/reports, parts of competition decisions, presentations etc.), including to non-economists.
- Providing general guidance on methodological issues of economics and quantitative techniques in the application of the EEA competition rules.
- Monitoring and participating in international working groups and other fora with other competition and regulatory authorities, including the European Commission.

**Job Reference: 02/2021 - Deadline for applications: 09h00 CET Sunday 14 February 2021 - Start date: 1 September 2021**

For full details of this position and to apply, please visit: <https://jobs.eftasurv.int>



Sterk tengsl  
í íslensku atvinnulífi

 **HAGVANGUR**  
hagvangur.is



# Spennandi sumarstörf hjá traustu fyrirtæki

**Alcoa Fjarðaál leitar að góðu fólki til sumarfléysinga í álverinu við Reyðarfjörð**

Um er að ræða framleiðslustörf á þrískiptum átta tíma vöktum í kerskála, skautsmiðju og steypuskála Fjarðaáls. Sumarstarfsmenn þurfa að geta unnið samfellt í að minnsta kosti tvo og hálfan mánuð. Möguleiki er á áframhaldandi starfi. Umsækjendur verða að hafa náð 18 ára aldri, hafa gild ökuréttindi og hreint sakavottorð.

**Almennar hæfniskröfur**

- Sterk öryggisvitund og árvekni
- Dugnaður og vilji til að takast á við krefjandi verkefni
- Heiðarleiki og stundvísi
- Lipurð í samskiptum og vilji til að vinna í teymi

**Við hvetjum fólk af öllum kynjum til að sækja um.** Frekari upplýsingar veitir mannauðsteymi Fjarðaáls í 470 7700 eða á [starf@alcoa.com](mailto:starf@alcoa.com).

Hægt er að sækja um sumarstarf hjá Fjarðaáli á [www.alcoa.is](http://www.alcoa.is). Áhugasamir eru hvattir til að sækja um sem fyrst. Umsóknir eru trúnaðarmál og verður þeim öllum svarað. Umsóknarfrestur er til og með mánudeginum 1. mars.



## Sumarstörf hjá ISAL í Straumsvík

Umsóknarfrestur er til 12. mars 2021. Nánari upplýsingar um störf og umsókn má finna á vef Rio Tinto, [www.riotinto.is](http://www.riotinto.is).



RioTinto

Umsækjendur verða að hafa náð 18 ára aldri, hafa bílpróf og hreint sakavottorð.



## Lausar stöður hjá Hafnarfjarðarbæ

### Fjármálasvið

- Deildarstjóri - launadeild

### Fjölskyldu- og barnamálasvið

- Félagráðgjafi - ráðgjafa- og húsnæðisteymi

### Grunnskóli

- Skóla- og frístundaliði - Hvaleyrarskóli
- Tónmenntakennari - Hraunvallaskóli
- Umsjónarkennari yngsta stig - Hraunvallaskóli
- Forfallakennari - Hraunvallaskóli
- Safnstjóri skólasafns - Hraunvallaskóli

### Leikskóli

- Aðstoð í eldhúsi - Arnarberg
- Deildarstjóri - Hraunvallaleikskóli
- Leikskólakennari - Hamravellir
- Leikskólakennari - Stekkjarás
- Leikskólakennari - Hlíðarendi
- Sérkennslustjóri - Álfasteinn

### Málefni fatlaðs fólks

- Starfsmaður - Erluás

### Umhverfis- og skipulagssvið

- Verkstjóri vélaverkstæðis - þjónustumiðstöð
- Skráðgarðyrkjufraeðingur - þjónustumiðstöð

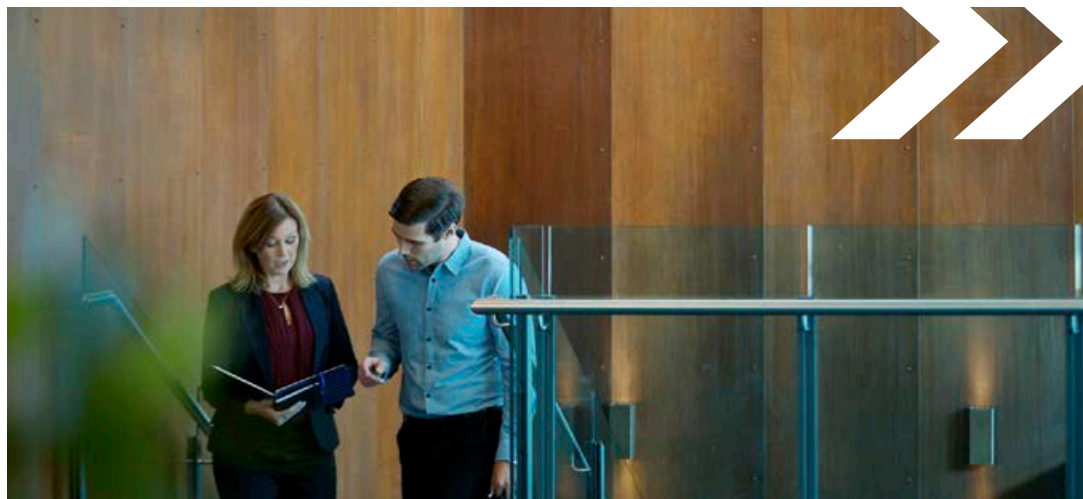
### Vinnuskóli Hafnarfjarðar

- Verkstjóri á skrifstofu - sumarstarf
- Verkstjórar - sumarstarf

Nánari upplýsingar á:  
**Hafnarfjordur.is**



## SAMSKIP



## > Sérfræðingur í hagdeild

Samskip leita að öflugum, talnaglöggu sérfræðingi í hagdeild fyrirtækisins. Sérfræðingur kemur að fjölbreyttum verkefnum þvert á fyrirtækið, vinnur við skýrslugerð og greiningar og tekur þátt í gerð fjárhagsáætlana og uppgjörum félagsins.

### Helstu verkefni

- Umsjón með skýrslugerð og kynningum
- Greiningarvinna
- Vinna og eftirlit með uppgjöri afkomueininga
- Áætlanagerð

### Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi s.s. viðskiptafræði
- Yfirgripsmikil Excel kunnátta, þekking á Power BI (gagnalíkon og DAX)
- Reynsla af skýrslu- og áætlanagerð
- Reynsla af greiningum og framsetningu tölfraeðilegra gagna
- Þekking á reikningshaldi
- Góð enskukunnátta
- Þekking á SAP og QlikView er kostur

### Eiginleikar

- Sjálfstæð vinnubrögð
- Góðir samskiptahæfileikar
- Kraftur og frumkvæði
- Vandvirkni og skipulagshæfni

Sótt er um starfið á vef Samskipa [www.samskip.is](http://www.samskip.is)  
Umsóknarfrestur er til og með 7. febrúar nk.

Umsækjendur eru beðnir um að skila inn ítarlegri ferilskrá ásamt greinargóðu kynningarbréfi sem tilgreinir á skilmerkilegan hátt hvernig umsækjandi uppfyllir kröfur um menntun, reynslu, hæfni og eiginleika.

Nánari upplýsingar um starfið veitir  
**Ingólfur Rúnar Ingólfsson** forstöðumaður hagdeilda,  
[ingolfur.runar.ingolfsson@samskip.com](mailto:ingolfur.runar.ingolfsson@samskip.com)

Við hjá Samskipum einsetjum okkur að vera jákvæð, sveigjanleg og eiga góð samskipti, hvort sem er gagnvart viðskiptavinum, samstarfsfólki, birgjum eða öðrum hagaðilum.

Stefna okkar er að vera ávallt í fararbroddi á sviði umhverfismála. Í starfi okkar leggjum við áherslu á að rækta okkar samfélagslegu ábyrgð í öllum okkar starfsháttum. Við kappkostum að fylgjast vel með þróun og nýjungum og setjum okkur skýr markmið.

**ráðum**  
ráðningarstofa

## Er verið að leita að þér?

Viðskiptavinir Ráðum fela ráðgjöfum okkar oft að finna starfsmenn án þess að auglýsa stöðuna. Skráðu þig í gagnagrunninn okkar til að tryggja að við finnum þig þegar rétta starfið býðst.



**FAST**  
Ráðningar

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

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

# Vilt þú ganga til liðs við ASÍ?

Alþýðusamband Íslands leitar að sérfræðingi í samfélagsmiðlum og pólsku-mælandi sérfræðingi (Polskojęzyczny specjalista).

Umsóknarfrestur er til 8. febrúar.

Sjá nánar á [alfred.is](http://alfred.is)

## Um ASÍ

Alþýðusamband Íslands er stærsta fjöldahreyfing launafólks á landinu með ríflega 130 þúsund félagsmenn í fimm landsamböndum og 46 aðildarfélögum. Alþýðusambandið sinnir margvíslegri þjónustu við aðildarfélögin, berst fyrir bættum kjörum félagsmanna sinna og stendur vörð um réttindi þeirra. Félagsmenn í aðildarfélögum ASÍ eru starfandi á flestum sviðum samfélagsins, á almennum vinnurmarkaði og hjá ríki og sveitarfélögum.



Alþýðusamband Íslands

## Umsjón mótuneytis / ræsting

Faxaflóahafnir sf óska eftir að ráða starfsmann í 50% starf til að annast umsjón mótuneytis og ræstingu í áhaldahúsi Faxaflóahafna sf.

Starfið felst í daglegri umsjón með mótuneyti/kaffistofu og ræstingu.

Starfsmaðurinn mun hafa starfsstöð í Bækistöð Faxaflóahafna að Fiskislóð 12 í Reykjavík.

Kröfur til starfsins eru snyrtimennska og góð samskiptahæfni.

Umsókn, ásamt ferilskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið [olafur@faxafloahafnir.is](mailto:olafur@faxafloahafnir.is), eigi síðar en föstudaginn 12. febrúar n.k.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Jóhann Páll Guðnason yfirverkstjóri bækistöðvar. [johannpall@faxafloahafnir.is](mailto:johannpall@faxafloahafnir.is)

Faxaflóahafnir hafa staðist jafnlaunavottun og hlotið Jafnlaunamerki Jafnréttisstofu.



# Tæknimaður - innri þjónusta og vélbúnaður

Skatturinn leitar að traustum liðsfélaga til starfa á öflugt tæknisvið þar sem fjölbreyttum verkefnum er sinnt til að tryggja hnökralaus stafræn samskipti milli viðskiptavina og Skattsins.

## Helstu verkefni:

Verkefni snúa m.a. að því að sinna notendaaðstoð, uppsetningu og viðhaldi á vél- og hugbúnaði starfsmanna skattkerfisins.

## Hæfnikröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi t.d. tölvunarfræði, kerfisfræði eða sambærilegt.
- Reynsla af kerfisstjórn, netrekstri og notendaaðstoð.
- Þekking á gagnagrunns- og Microsoftlausnum.
- Þekking á Linux.
- Þekking á miðlægum búnaði er æskileg.
- Rík þjónustulund, jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar.
- Skipulögð, nákvæm og sjálfstæð vinnubrögð.
- Sveigjanleiki, frumkvæði og metnaður.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Hreint sakavottorð.

Umsóknir skulu fylltar út á vefsíðu Skattsins eða á vefsíðu Starfatorgs, [starfatorg.is](http://starfatorg.is). Ferilskrá sem inniheldur ítarlegar upplýsingar m.a. um menntun, fyrri störf, umsagnar- aðila og annað er máli skiptir þarf að fylgja með svo umsókn teljist fullnægjandi.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Jens Þór Svansson, sviðsstjóri tæknisviðs, í síma 442-1000 eða með tölvupósti á netfangið [jens.svansson@skatturinn.is](mailto:jens.svansson@skatturinn.is).

Starfshlutfall er 100% og eru laun samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármálaráðherra og viðkomandi stéttarfélags. **Umsóknarfrestur er til og með 9. febrúar nk.**

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



## Móttökuritari óskast til starfa

Heilsugæslan í Lágmúla 4, óskar eftir að ráða móttökuritara í allt að 100% framtíðar starf. Ráðið er í starfið frá 1. mars nk. eða eftir nánara samkomulagi.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Símsvörun - tímabókunir – afgreiðsla við skjólstæðinga.
- Önnur stoðþjónusta við stjórnendur og samstarfsfólk.
- Uppgjör afgreiðslukassa.

### Hæfnikröfur

- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Stundvísi og góð mæting til vinnu.
- Reynsla af sambærilegum móttöku-/afgreiðslustörfum æskileg.
- Mjög góð íslenskukunnátta skilyrði bæði töluð og rituð.
- Góð enskukunnátta.
- Almenn góð tölvukunnátta - excel, word og outlook tölvupóstur.
- Þekking og reynsla á bókunar og skráningakerfinu Sögu er æskileg.
- Faglegur metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð.

Heilsugæslan áskilur sér rétt til að óska eftir staðfestingu á hreinu sakavottorði.

Umsóknarfrestur er til miðnættis **7. febrúar 2021**

Umsóknir óskast fylltar út á [www.alfred.is](http://www.alfred.is)  
- Móttökuritari á heilsugæslu

Nánari upplýsingar um starfið veitir Kristjana Þórey Guðmundsdóttir, skrifstofustjóri [thorey@hglagmulu.is](mailto:thorey@hglagmulu.is)



442 1000

Upplýsingaver opið:  
Mán.-fim. 9:00-15:30  
Fös. 9:00-14:00



# Ertu með iðnmenntun og vilt starfa hjá ISAL í sumar?

Umsóknarfrestur er til 12. mars 2021.  
Nánari upplýsingar um störfín og umsókn má  
finna á vef Rio Tinto, [www.riotinto.is](http://www.riotinto.is).

RioTinto



Umsækjendur verða að hafa náð 18 ára aldri, hafa bílpróf og hreint sakavottorð.



## Við ráðum

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

### Stjórnendaleit

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

### Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

### Almennar ráðningar á markaði

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

### Sveigjanleg nálgun

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

### Matstæki

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

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

### Ráðgjöf við starfslok

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

**ráðum**  
ráðningarstofa

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



## Staða **tengiliðar** vegna stofnana fyrir fötluð börn

**Dómsmálaráðuneytið auglýsir laust til umsóknar starf tengiliðar stofnana fyrir fötluð börn. Um er að ræða tímabundið starf til eins árs í 100% stöðugildi. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst eða eftir nánara samkomulagi.**

Með lögum nr. 148/2020 um breytingu á lögum nr. 47/2010, um sanngirnismætur fyrir misgjörðir á stofnunum eða heimilum sem falla undir lög nr. 26/2007 er mælt fyrir um greiðslu sanngirnismæta úr ríkissjóði til þeirra sem urðu fyrir varanlegum skaða af illri meðferð og ofbeldi á stofnunum fyrir sólarhringsvistun fatlaðra barna og starfræktar voru á vegum hins opinbera fyrir 1. febrúar 1993. Um er að ræða lokauppgjör sanngirnismæta og er miðað við að verkefninu verði lokið og að lögin falli úr gildi í árslok 2023. Dómsmálaráðherra fer með yfirstjórn og framkvæmd laganna en hefur falið sýslumanninum á Norðurlandi eystra að annast verkefni sýslumanns samkvæmt ákvæðum laganna.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Upplýsingagjöf til þeirra sem kunna að eiga bótarétt skv. lögum nr. 47/2010 um sanngirnismætur fyrir misgjörðir á stofnunum fyrir fötluð börn, sbr. lög nr. 148/2020.
- Leiðbeina fyrrverandi vistmönnum um framsetningu bótakrafna.
- Leiðbeina fyrrverandi vistmönnum sem eiga um sárt að binda í kjölfar vistunnar um úrræði sem ríki og sveitarfélög bjóða upp á, svo sem varðandi endurhæfingu og menntun.
- Aðstoða fatlað fólk við að ná fram rétti sínum á grundvelli laganna og tryggja að það nái að koma óskum sínum á framfæri við meðferð máls.
- Önnur tilfallandi verkefni.

Starfið krefst náins samstarfs við hagsmunasamtök, stofnanir á vegum ríkis og sveitarfélaga og Sýslumanninn á Norðurlandi eystra.

### Hæfniskröfur

- Háskólamenntun eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi.
- Jákvætt viðmót og færni í mannlegum samskiptum.
- Faglegur metnaður og ábyrgð í starfi og einlægur áhugi á málaflöknum.
- Frumkvæði og drifkraftur.
- Samskiptafærni og samstarfshæfileikar.
- Færni til að vinna sjálfstætt.
- Góð þekking og/eða reynsla af störfum innan stjórnsýslunnar er kostur.
- Þekking á málefnum fatlaðs fólks, barnavernd og á þeirri félagslegu aðstoð sem í boði er.
- Fjölbreytt reynsla af ráðgjöf og viðtalstækni
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.

Laun greiðast samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert.

Umsóknir skulu berast í gegnum starfatorg.is. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Umsóknarfrestur er til og með **8. febrúar nk.**

Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá, starfsheiti og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig umsækjandi uppfyllir hæfniskröfur fyrir starfið.

Nánari upplýsingar veitir  
Guðmundur Bjarni Ragnarsson, lögfræðingur  
hjá dómsmálaráðuneytinu, í síma 5459000.

Stjórnarráð Íslands  
Dómsmálaráðuneytið





## Starfsmaður óskast á skrifstofu Kjósarhrepps

Sveitarfélagið Kjósarhreppur óskar eftir öflugum og drífandi starfsmanni í 60% starf. Skrifstofan sinnir verkefnum fyrir sveitarsjóð Kjósarhrepps, Kjósarveitur ehf og Leiðarljós ehf. Upplýsingar um sveitarfélagið Kjósarhrepp og dótturfyrirtækin má finna á [www.kjos.is](http://www.kjos.is)

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Greiðsla reikninga
- Aðstoða við skjalavörslu
- Upplýsingagjöf til íbúa og annarra viðskiptavina
- Símsvörun
- Önnur tilfallandi verkefni

### Hæfnikröfur

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun er skilyrði.
- Þekking á Microsoft Dynamics 365 Business Central (NAV) og OneSystems skjalakerfi er kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta og færni í Excel er æskileg.
- Góð íslenskufærni, nákvæm og öguð vinnubrögð.
- Rík þjónustulund, jákvæðni og samskiptahæfni.
- Frumkvæði og sjálfstæði.

Íbúar Kjósarhrepps eru um 250, skrifstofa sveitarfélagsins er staðsett í Ásgarði. Þrír starfsmenn vinna á skrifstofu sveitarfélagsins í dag.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands ísl. sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Ráðið er í öll störf óháð kyni.

Umsóknir skulu innihalda starfsferilsskrá og kynningarbréf sem greinir frá reynslu, menntun og fyrri störfum ásamt rökstuðningi fyrir hæfni í starfið. Nánari upplýsingar um starfið veitir Karl Magnús Kristjánsson í síma 566 7100. Um framtíðarstöðu er að ræða. Öllum umsóknum verður svarað.

Umsóknarfrestur er til og með 1.2.2021.

Umsóknir óskast fylltar út á [www.kjos.is](http://www.kjos.is)



# Fjölbreytt tækifæri hjá EFLU

Vilt þú slást í hóp metnaðarfullra, jákvæðra og kraftmikilla starfsmanna?

Öll starfsemi EFLU byggir á teymishugsun á jafningja-grundvelli þar sem samvinna, þátttaka og samábyrgð í sterkri liðsheild eru grundvallaratriði. Við bjóðum upp á afbragðs starfsumhverfi, sveigjanleika og góðan starfsanda.

Vegna góðrar verkefnastöðu viljum við bæta við okkur fólki og leitum því að:

- Hagfræðingi
- Ráðgjafa í samgönguverkefnum
- Landslagsarkitekt
- Sérfræðingi í umhverfismálum
- Sérfræðingi í raflagnahönnun
- Verkefnastjóra í framkvæmdaefirliti
- Sérfræðingi í byggingartækni
- Lýsingarhönnuði
- Tækniteiknara
- Verkefnastjóra í umhverfisvottun
- Lagna- og loftræsihönnuði

Nánari upplýsingar og umsóknarfyrirkomulag má finna á [efla.is/laus-storf](http://efla.is/laus-storf)

☎ 412 6000 🌐 [efla.is](http://efla.is)





# VERSLUNARSTJÓRI TENGI SELFOSSI

Tengi óskar eftir að ráða árangursdrifinn og metnaðarfullan einstakling í fjölbreytt og spennandi starf í nýrri verslun fyrirtækisins á Selfossi. Um er að ræða verslunarstjórastöðu hjá leiðandi fyrirtæki á sviði pípulagna og hreinlætistækja.

## Starfssvið

- Dagleg stjórnun, birgðahald og umhirða verslunar
- Sala og þjónusta til viðskiptavina
- Tilboðsgerð og eftirfylgni
- Veitir framúrskarandi þjónustu í takt við gildi og framtíðarstefnu fyrirtækisins

## Hæfniskröfur

- Reynsla af sölumennsku eða verslunarrekstri æskileg lönmenntun í pípulögnum æskileg
- Mjög góð þekking á pípulagningaefni og hreinlætistækjum
- Góð þekking á markaðssvæðinu
- Hæfni í mannlegum samskiptum og þjónustulipurð
- Sjálfstæð vinnubrögð, skipulagshæfni og reglusemi
- Góð tölvukunnátta

Umsóknarfrestur er til **8. febrúar** n.k. - um er að ræða framtíðarstarf. Nánari upplýsingar gefur sölustjóri Tengis - Arnar Árnason í síma **414 1000**.

Vinsamlegast sendið umsóknir á netfangið, [atvinna@tengi.is](mailto:atvinna@tengi.is) merkt „Verslunarstjóri – Selfoss“

Tengi er stofnað árið 1981 og sérhæfir sig í ráðgjöf og sölu á hreinlætistækjum og pípulagningaefni. Höfuðstöðvar fyrirtækisins eru í Kópavogi en fyrirtækið er einnig með starfsstöðvar á Akureyri og nú bráðlega á Selfossi.

Hlutverk Tengis er að auðvelda viðskiptavinum val á gæðavörum á sviði hreinlætistækja og lagnaefnis sem studdar eru af framúrskarandi þjónustu. Tengi er metnaðarfullur vinnustaður þar sem rík áhersla er lögð á jákvæðan starfsanda og sterka liðsheild. Tengi er Fyrirtæki ársins hjá VR fyrir árið 2020 og Framúrskarandi fyrirtæki Creditinfo 2020. Tengi er reyklaust fyrirtæki.

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

Kópavogi 414 1000  
Akureyri 414 1050



## Sunnulækjarskóli

Staða safnstjóra skólabókasafns við Sunnulækjarskóla á Selfossi er laus til umsóknar.

Einnig vantar kennara til að sinna forföllum í tímabundna ráðningu til vors.

Í skólanum eru um 740 nemendur og þar er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólustarfinu koma.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Frumkvæði, skipulagshæfileikar og sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni og áhugi á skólustarfi.
- Færni í mannlegum samskiptum.
- Kennsluréttindi vegna stöðu forfallakennara.
- Góð íslenskukunnátta.

Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launa-nefndar Sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Vakin er athygli á stefnu Árborgar um að jafna hlutfall kynja í störfum hjá sveitarfélaginu.

Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu skólans: <http://www.sunnulækjarskoli.is> og hjá Birgi Edwald skólustjóra í síma 480-5400.

Umsóknarfrestur er til **8. febrúar 2021**.

Sækja þarf um stöðuna vef Sveitarfélagsins Árborgar: <http://starf.arborg.is>

**Skólustjóri**

## RÁÐGJÖF

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

## RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

## RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari



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

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 [intellecta.is](http://intellecta.is)

# intellecta

**ráðum**  
ráðningarstofa

# Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

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

## Hjúkrunardeildarstjóri

Hrafnista í Skógarbæ óskar eftir að ráða hjúkrunardeildarstjóra. Deildarstjóri er leiðandi og hefur frumkvæði í þróun starfsemi hjúkrunardeildar. Í starfinu felst m.a. skipulagning á starfi ásamt daglegum rekstri og stjórnun. Deildarstjóri er staðgengill forstöðumanns.

Við bjóðum upp á jákvæðan starfsanda, fjölskylduvænt umhverfi, áhugaverð verkefni og starf sem er í sífelldri þróun.

### Starfssvið

- Dagleg stjórnun og rekstur hjúkrunardeildar
- Skipulagning og þróun á starfsemi í samræmi við þarfir þjónustuþega
- Eftirlit og mat á gæðum hjúkrunar
- Ráðgjöf og fræðsla til íbúa og aðstandenda
- Teymisvinna innan heimilis og þvert á Hrafnistu

### Menntunar- og hæfnikröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi
- Reynsla af stjórnun er kostur
- Reynsla af RAI-mælitækinu kostur
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar

### Umsóknarfrestur er til og með 10. febrúar 2021.

Vinsamlegast skilið inn ferilskrá og kynningarbréfi með umsókninni. Allar nánari upplýsingar veitir **Rebekka Ingadóttir** forstöðumaður, [rebekka.ingadottir@hrafnista.is](mailto:rebekka.ingadottir@hrafnista.is) eða í síma **862-3274**

Hrafnista starfrækir átta öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa tæplega 1.500 manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstaðinga heimilanna.



Erum við  
að leita  
að þér?

**Hrafnista** | Laugarás | Hraunvangur | Boðabing | Nesvellir | Hlévangur | Ísafold | Sléttuvegur | Skógarbær



SAMTÖK FYRIRTÆKJA  
Í VELFERÐARÞJÓNUSTU

SFV eru hagsmunasamtök fyrirtækja sem starfa við velferðarþjónustu og eru sjálfseignarstofnanir, í eigu félagasamtaka, einkaaðila eða opinberra aðila.

Aðildarfélög SFV eru 47 talsins. Mörg aðildarfélaganna eru öldrunarstofnanir, en einnig fyrirtæki með aðra starfsemi eins og dagþjálfun, áfengismeðferð, þjónustu við hreyfihamlaða o.fl.

Sjá nánar á heimasíðu samtakanna [www.samtok.is](http://www.samtok.is)

## Lögfræðingur

**Samtök fyrirtækja í velferðarþjónustu (SFV) auglýsa eftir lögfræðingi til starfa.** Starfið felur í sér að stýra kjaranefnd SFV og veita lagalega ráðgjöf til aðildarfélaga samtakanna, m.a. á sviði vinnumarkaðsréttar. Þá myndi starfsmaðurinn vera aðildarfélögum SFV til stuðnings við gerð þjónustusamninga, sem og í annarri hagsmunagæslu aðildarfélaganna gagnvart stjórnvöldum.

### Umsóknarfrestur er til 2. febrúar nk.

Umsóknum skal skila rafrænt á netfangið [eybjorg@samtok.is](mailto:eybjorg@samtok.is).

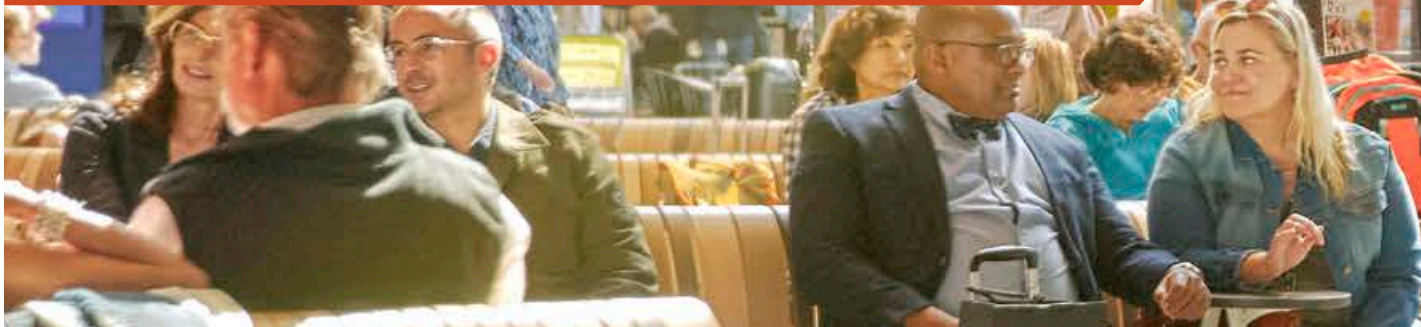
Umsókn skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem umsækjandi gerir grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu.

### Hæfnis – og menntunarkröfur:

- Fullnaðarnám í lögfræði með embættis- eða meistaraþrófi skilyrði
- Að minnsta kosti þriggja ára starfsreynsla sem lögfræðingur skilyrði
- Reynsla af samningagerð skilyrði
- Þekking á vinnumarkaðsrétti og kjarumhverfi opinberra starfsmanna kostur
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu kostur
- Þekking og reynsla á sviði samkeppnisréttar og réttarreglna um opinber innkaup kostur
- Reynsla af lögmannsstörfum kostur
- Mjög gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæð og fagleg vinnubrögð

Nánari upplýsingar um starfið er hægt að nálgast hjá Eybjörgu Hauksdóttur framkvæmdastjóra samtakanna í s: 5 600 200.

# VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?



## SÉRFRÆÐINGUR

Sérfræðingur í áhættustýringu óskast til að halda utan um heildstæða áhættustýringu hjá félaginu. Helstu verkefni eru að halda utan um að áhættugreiningar og áhættumöt séu framkvæmd ásamt því að viðeigandi mót-vægisáðgerðir séu valdar sem og að skilgreina form og efni áhættugreininga og sinna utnumhaldi á áhættuskrá fyrir ólík svið félagsins.

### Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þekking á hugmyndafræði heildstæðrar áhættustýringa er skilyrði
- Skilningur á samspili áhættuþátta og eftirlitsáðgerða
- Reynsla af sambærilegum verkefnum sem krefjast rökhusunar
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð

Umsóknarfrestur er til **7. febrúar**. Nánari upplýsingar veitir Guðfinnur Jóhannsson forstöðumaður, [gudfinnur.johannsson@isavia.is](mailto:gudfinnur.johannsson@isavia.is)

**Starfsstöð: Hafnarfjörður**

## VELKOMIN Í HÓPINN

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið. Nú vantar okkur fleiri til að vera hluti af góðu ferðalagi með okkur.

Þú finnur nánari upplýsingar á [isavia.is/atvinna](https://isavia.is/atvinna)



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

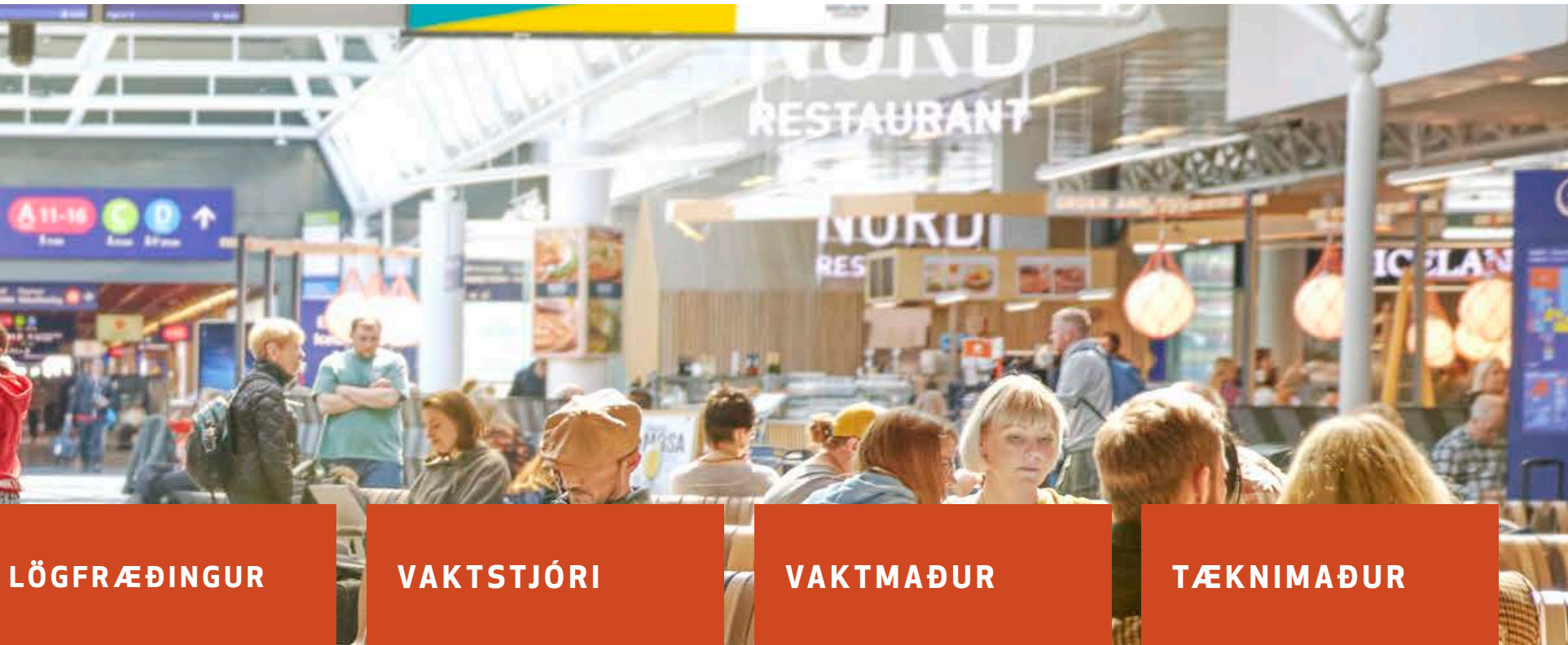
Isavia ber Jafnlaunamerkið með stolti enda er það staðföst trú okkar að launaákvörðanir skuli ávallt byggja á faglegum og málefnalegum rökum.

Sterk tengsl  
í íslensku atvinnulífi

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

 **HAGVANGUR**





## LÖGFRÆÐINGUR

Isavia óskar eftir að ráða lögfræðing til starfa til að veita alhliða lögfræðipjónustu fyrir félagið. Helstu verkefni eru á sviði samningaréttar, innkaupamála, stjórnslu- og samkeppnisréttar, persónuverndar, skipulags- og umhverfisléttar. Einnig gerð umsagna um frumvörp og reglugerðir og ráðgjöf vegna innleiðingar EES gerða sem og innlendra reglna.

### Hæfniskröfur

- Embættis- og/eða meistara-próf í lögfræði er skilyrði
- Starfsreynsla sem nýtist er skilyrði
- Geta til að vinna sjálfstætt að greiningu og úrlausn lögfræðilegra álitafna
- Gott frumkvæði og mikill drifkraftur
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli

Umsóknarfrestur er til **7. febrúar**. Nánari upplýsingar veitir Arna Ósk Arnarsdóttir mannauðsráðgjafi, [arna.arnarsdottir@isavia.is](mailto:arna.arnarsdottir@isavia.is)

**Starfsstöð: Hafnarfjörður**

## VAKTSTJÓRI

Ný stjórnstöð Keflavíkurflugvallar; HCC, sem sér um eftirlit og sam-hæfingu daglegs rekstrar flugvallarins leitar að vaktstjóra. Vaktstjóri stýrir og ber ábyrgð á starfsfólki deildarinnar, samræmingu daglegra verkefna, ákvarðanatökum sem og samskiptum og upplýsingamiðlun til hlutaðeigandi aðila.

### Hæfniskröfur

- Stúdentspróf eða önnur sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli
- Góð tækni- og tölvukunnátta
- Leiðtogaþæfni, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Góðir samskipta- og skipulagshæfileikar

Umsóknarfrestur er til **14. febrúar**. Nánari upplýsingar veitir Bjarni Borgarsson deildarstjóri, [bjarni.borgarsson@isavia.is](mailto:bjarni.borgarsson@isavia.is)

**Starfsstöð: Keflavík**

## VAKTMAÐUR

HCC er ný stjórnstöð Keflavíkurflugvallar sem sér um eftirlit og sam-hæfingu daglegs rekstrar flugvallarins. Isavia óskar eftir að ráða vaktmann í stjórnstöðina. Helstu verkefni eru úthlutun loftfarastæða og annarra innviða og eftirlit með daglegum rekstri, farþegaflæði, fasteignum og búnaði.

### Hæfniskröfur

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli
- Góð tækni- og tölvukunnátta er skilyrði
- Góðir samskipta- og skipulagshæfileikar

Umsóknarfrestur er til **14. febrúar**. Nánari upplýsingar veitir Bjarni Borgarsson deildarstjóri, [bjarni.borgarsson@isavia.is](mailto:bjarni.borgarsson@isavia.is)

**Starfsstöð: Keflavík**

## TÆKNIMAÐUR

Tækniamaður óskast til starfa á Keflavíkurflugvelli. Helstu verkefni snúa að uppsetningu, viðhaldi og eftirliti á krítískum tæknibúnaði, t.d. aðgangsstýringu og flugverndarbúnaði sem og viðhaldi á landgöngubrúum, hliðum ofl. ásamt fjölbreyttri verkstæðisvinnu.

### Hæfniskröfur

- Sveinspróf í rafeindavirkjun, rafvirkjun eða sambærileg menntun
- Góð tölvukunnátta er skilyrði
- Góð íslensku og ensku-kunnátta er skilyrði
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- Þekking á iðnstýringum er kostur

Umsóknarfrestur er til **14. febrúar**. Nánari upplýsingar veitir Jón Haraldsson deildarstjóri, [jon.haraldsson@isavia.is](mailto:jon.haraldsson@isavia.is)

**Starfsstöð: Keflavík**



ISAVIA

Sterk tengsl  
í íslensku atvinnulífi

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

 HAGVANGUR

## THE SCANDINAVIA-JAPAN SASAKAWA FOUNDATION

### AUGLÝSING UM STYRKI

Íslandsdeild Scandinavia-Japan Sasakawa Foundation veitir á árinu 2021 nokkra styrki til að efla tengsl Íslands og Japans. Styrkirnir eru veittir til verkefna í samstarfi eða í tengslum við japanska aðila. Veittir eru m.a. ferðastyrkir, námsstyrkir og styrkir til skammtímadvalar í Japan. Allar upplýsingar um umsóknarferlið er að finna á heimasíðu Scandinavia-Japan Sasakawa Foundation, [www.sjsf.se](http://www.sjsf.se)

Fyrir hönd fulltrúa Íslands í stjórn Scandinavia-Japan Sasakawa Foundation, veitir ritari Íslandsdeildar, Björg Jóhannesdóttir, allar frekari upplýsingar, [bjorgmin@gmail.com](mailto:bjorgmin@gmail.com), sími: 820-5292.

Umsóknarfrestur rennur út 1. mars 2021.



## Styrkir til verkefna í þágu barna árið 2021

Barnavinafélagið Sumargjöf auglýsir hér með til umsóknar styrki á sviði rannsókna, lista og þróunarverkefna í þágu barna. Vakin er athygli á að umsækjendum er gert að fylla út umsókn á sérstöku eyðublaði sem vistað er á vef félagsins og senda það síðan í viðhengi á tölvupóstfang Sumargjafar [sumargjof@simnet.is](mailto:sumargjof@simnet.is) að lokinni útfyllingu.

Nánari upplýsingar er að finna á vef félagsins [sumargjof.is](http://sumargjof.is).

Stjórn Sumargjafar áskilur sér rétt til að óska eftir nánari upplýsingum um verkefni og leita umsagnar fagaðila.

**Umsóknarfrestur er til og með 1. mars 2021.**

Reykjavík, 28. janúar 2021.  
Barnavinafélagið Sumargjöf



## FISKRÆKTARSJÓÐUR

Salmonid Enhancement Fund

### Styrkir 2021

Fiskræktarsjóður starfar á grundvelli laga nr. 72/2008, með síðari breytingum. Meginhlutverk sjóðsins er að veita lán eða styrki til verkefna sem þjóna þeim markmiðum að efla fiskrækt, bæta veiðiaðstöðu, styðja við rannsóknir í ám og vötnum og auka verðmæti veiði úr þeim. Umsóknarfrestur um lán og styrki úr Fiskræktarsjóði, sem koma til greiðslu árið 2021, er til og með 1. mars 2021.

Þeir sem fengið hafa styrk úr sjóðnum og sækja aftur um vegna sama verkefnis, skulu skila inn framvinduskýrslu með nýrri umsókn.

Umsóknareyðublið vegna styrkveitinga úr Fiskræktarsjóði má nálgast á <http://www.fiskistofa.is> undir lax- og silungsveiði, skila skal umsókn í fimmriti. Þar má einnig nálgast verklagsreglur sjóðsins. Einnig er hægt að hafa samband við Höllu Björk Garðarsdóttur, starfsmann Fiskistofu, í síma 569 7900. Umsókn um styrki eða lán úr sjóðnum skal skila til formanns Fiskræktarsjóðs á eftirfarandi heimilisfang:

Fiskistofa  
v/Fiskræktarsjóðs  
Borgum v/Norðurslóð  
600 Akureyri



## Mat á umhverfisáhrifum

### Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

### Ný brú yfir Hverfisfljót, Skaftárhreppi

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar [www.skipulag.is](http://www.skipulag.is). Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 1. mars 2021.



SELTJARNARNESBÆR

### SKIPULAGSAUGLÝSING

#### Búsetukjarni fyrir fatlaða við Kirkjubraut

Seltjarnarnesbær auglýsir tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Seltjarnarnesbæjar 2015-2033 í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Breytingin varðar stækkun á íbúðarsvæði ÍB-1 vegna nýrrar lóðar fyrir búsetukjarna fatlaðra við Kirkjubraut. Tillagan er aðgengileg á vef Seltjarnarnesbæjar. Frestur til að skila inn skriflegum athugasemdum rennur út þann 21. mars 2021.

Athugasemdir skal senda í tölvupósti á netfangið [postur@seltjarnarnes.is](mailto:postur@seltjarnarnes.is) eða í bréfpósti til Þjónustuvefs Seltjarnarnesbæjar, Austurströnd 2, 170 Seltjarnarnes, merkt b.t. skipulagsfulltrúa.

**Skipulags- og byggingarfulltrúi**  
á Seltjarnarnesi,  
Einar Már Steingrímsson.

# ÚTBOD

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Uppfestibúnaður fyrir lýsingu og viðburðarbúnað í Laugardalshöll**, EES útboð nr. 15063.
- **Endumýjun lýsingar í Laugardalshöll Lampabúnaður og stillingar**, útboð nr. 15064.

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



Reykjavíkurborg

Innkaupaskrifstofa  
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík  
Sími 411 1111  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)

# Útboð

## Hringtorg við Flatahraun og Skútahraun

### Gatnagerð og lagnir

Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í gerð hringtorgs á gatnamótum Flatahrauns og Skútahrauns ásamt gerð gangstíga, göngubrúverana og frágangi lagna.

Útboðsgögn verða seld í Þjónustumiðstöð Hafnarfjarðarbæjar, Norðurhelli 2, frá og með 1. febrúar 2021. Verð kr. 5.000,-

Tilboð verða opnuð á sama stað, þriðjudaginn 2. mars 2021, kl. 11:00.

### Helstu magntölur eru:

Fyllingar og burðarlög	3000m <sup>3</sup>
Malbikun gatna, tvöfalt lag	1300m <sup>2</sup>
Malbikun stíga, einfalt lag	400m <sup>2</sup>
Kantsteinar	400m
Hellulögn	300m <sup>2</sup>
Þukulögn	400m <sup>2</sup>
Fráveitulagnir	200m
Ljósastaurar	5 stk
Hitaveitulagnir	100m
Ídráttarrör	1000m

Verklok eru 25. júní 2021.

Nánar á:  
[hafnarfjordur.is](http://hafnarfjordur.is)



Hafnarfjörður



## Sveitarfélagið

# ÁRBORG

# ÚTBOÐ

Fasteignafélag Árborgar óskar eftir tilboðum í framkvæmdina:

**Fjölnota íþróttahús, Árborg – verkframkvæmd – frágangur innahúss, Útboð nr. 21055.**

#### Lauslegt yfirlit yfir verkið:

Verkefnið felur í sér fullnaðarfrágang á lagningu gervi-grass í fjölnota íþróttahúsi á Selfossi. Gervigras skal vera á fyrirhugðum knattspyrnuvelli (aok öryggissvæði-is) og á afmörkuðu geymslusvæði meðfram norðurgaff-vegg hússins, samtals u.þ.b. 4100 m<sup>2</sup>. Þá skal koma fyrir frjálsíþróttasvæði á svæði við suðurenda húss, 1268m<sup>2</sup> með malbik sem undirlag. Gera skal ráð fyrir stökkgrýfju inná frjálsíþróttasvæði, stærð 9,8 m<sup>2</sup> ásamt kastbúrum fyrir frjálsar íþróttir. Leggja skal göngubraut umhverfis gervigrasvöll. Íþróttasvæði skal skipt upp með netum og tölum.

Verktaki kemur að framkvæmdarsvæði þegar verið er að reisa fjölnota íþróttahús. Samræma þarf framkvæmd verks við verkáætlun núverandi verktaka á svæði. Samræming fer fram með byggingarstjóra framkvæmdar.

**Upphaf framkvæmda:** Framkvæmd hefst þegar verkkaupi hefur með formlegum hætti tekið tilboði bjóðanda.

**Lok framkvæmda:** 13. júlí 2021.

Skilyrði þátttöku eru nánar útskýrð í útboðsgögnum sem verða afhent á rafrænu formi frá og með þriðjudeginum 2. febrúar 2021. Þeir sem hyggjast taka þátt í útboðinu skulu hafa samband við Gunnar Kristjánsson hjá Verkís hf. með tölvupósti í netfangið [gk@verkis.is](mailto:gk@verkis.is) og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang sitt og fá útboðsgögnin í kjölfarið send í tölvupósti.

Gögnum þátttakenda skal skila inn rafrænt á verkefnavef verkkaupa fyrir kl. 11.00 föstudaginn 19. febrúar 2021. Fyrirmælum varðandi skil gagna er nánar lýst í útboðsgögnum.

Mannvirka- og umhverfissvið Árborgar

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

**Beinn sími: 550 5625**

**Sölufulltrúar:**

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is  
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

J·U·R·A·L·I·S

LÖGMANNSSTOFA  
SUÐURLANDSBRAUT 20  
108 REYKJAVÍK

## Bókhaldsstofa óskast til kaups

Erum að leita að bókhaldsstofu fyrir ákveðinn viðskiptavin til kaups að hluta eða öllu leyti.

Áhugasamir aðilar vinsamlega sendið póst á netfangið sveinn@jural.is

Fullum trúnaði er heitið.

## Skiptastjóri í protabúi KI2020 ehf. auglýsir eftirfarandi eignir protabúsins til sölu:

Krani af gerðinni Grove GKM 3055 – nýskráður í maí 2004 – með fastanúmerið: TV523.

Krani af gerðinni Grove GMK 3050 – nýskráður í október 2003 (2004 árg) – með fastanúmerið BJ700.

Bífreið af gerðinni Mercedes Benz M, árg. 2000, með fastanúmerið UG917.

Tilboð í framangreindar eignir skulu berast á tölvupóstfangið oe@logos.is fyrir kl 16:00 5. febrúar 2021.

Frekari upplýsingar veitir Bjarki Már, bjarkimar@logos.is fyrir hönd Ólafs Eiríkssonar skiptastjóra

Ólafur Eiríksson, lögmaður og skiptastjóri.



Kommuneqarfið Sermersooq



Reykjavíkurborg



Tórshavnar kommuna

## Vestnorræni höfuðborgasjóður Nuuk, Reykjavíkur og Þórshafnar auglýsir eftir styrkumsóknum fyrir árið 2021

Reykjavíkurborg er aðili að Vestnorræna höfuðborgasjóði Færeyja, Grænlands og Íslands. Sjóðurinn hefur að markmiði að efla skilning og samstarf, m.a. á sviði menningarmála, milli þessara borga, íbúa þeirra, samtaka og stjórnmálamanna og veita fjárstyrki til verkefna sem þjóna þessum markmiðum.

Auglýst er eftir umsóknum um styrki úr sjóðnum til verkefna sem tengjast samskiptum milli höfuðborganna og efla tengsl þeirra með einhverjum hætti, t.d. á sviði menningar, fræðslu eða íþróttar.

Í umsókn skal lýsa fyrirhuguðum verkefnum ítarlega, fyrirkomulagi þeirra, tímasetningu og kostnaði.

**Umsókn skal beint til:**

Vestnorræni höfuðborgasjóður Nuuk,  
Reykjavíkur og Þórshafnar  
b.t. skrifstofu borgarstjóra og borgarritara  
Ráðhúsi Reykjavíkur  
Tjarnargötu 11  
101 Reykjavík

**Umsóknir berist eigi síðar en fimmtudaginn 1. apríl 2021**

og koma umsóknir sem síðar kunna að berast ekki til afgreiðslu. Umsóknir skal senda á ofangreint heimilisfang eða á netfangið vestnor@reykjavik.is á umsóknareyðublaðum sem nálgast má á vefsíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/vestnorræni

Upplýsingar eru veittar á skrifstofu borgarstjóra og borgarritara, Ráðhúsi Reykjavíkur, s. 411 4500.

Stjórn sjóðsins tekur ákvörðun um úthlutun á árlegum fundi sínum í maí 2021.

Reykjavík, 30. janúar 2021  
Borgarritari



Sjúkratryggingar Íslands

## Rekstraraðili hjúkrunarheimila

Sjúkratryggingar Íslands (SÍ) auglýsa hér með eftir viðræðum við aðila, fyrirtæki, félög eða stofnanir í þeim tilgangi að taka við rekstri hjúkrunarheimila sem hér segir:

**Hraunbúðir dvalarheimili aldraðra í Vestmannaeyjum** frá og með 1. apríl 2021: Um er að ræða hjúkrunarheimili með 31 hjúkrunarrými, 4 dvalarrýmum ásamt 10 dagdvalarrýmum. Hjúkrunarþyngdarstuðull heimilisins fyrir árið 2021 er 1,10.

**Hulduhlíð heimili aldraðra á Eskifirði**, frá og með 1. apríl 2021: Um er að ræða hjúkrunarheimili með 20 hjúkrunarrýmum. Hjúkrunarþyngdarstuðull heimilisins fyrir árið 2021 er 1,00.

**Uppsalir dvalarheimili aldraðra á Fáskrúðsfirði**, frá og með 1. apríl 2021: Um er að ræða hjúkrunarheimili með 20 hjúkrunarrýmum. Hjúkrunarþyngdarstuðull heimilisins fyrir árið 2021 er 0,97.

**Öldrunarheimili Akureyrar** (Hlíð og Lögmanshlíð) frá og með 1. maí 2021: Um er að ræða hjúkrunarheimili með 173 hjúkrunarrýmum, þar af 3 sérhæfðum rýmum, 8 dvalarrýmum, 20 almennum dagdvalarrýmum og 16 dagdvalarrýmum fyrir heilabílaða. Fjárveiting vegna 10 hjúkrunarrýma er nýtt í tilraunaverkefni um sveigjanlega dagdvöl (10 af 173). Hjúkrunarþyngdarstuðull heimilisins fyrir árið 2021 er 1,21.

Æskilegt er að rekstraraðilar séu reknir á grundvelli fyrirkomulags um sjálfseignarstofnanir eða þar sem hagnaður er endurfjárfestur í þágu starfseminnar.

Greiðslur til nýs/nýrra rekstraraðila munu byggja á núgildandi samningum um þjónustuna.

Nánari upplýsingar veitir samningadeild SÍ í gegnum netfangið innkaup@sjukra.is.

Áhugasamir rekstraraðilar eru vinsamlega beðnir að tilkynna sig með tölvupósti á innkaup@sjukra.is fyrir 15. febrúar 2021.



EIGNAMIDLUN

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

## EINBÝLISHÚS EÐA RAÐHÚS Í VESTURBORGinni EÐA Á SELTJARNARNESI ÓSKAST

Traustur kaupandi óskar eftir 250 -350 fm eign á framangreindu svæði.  
*Sterkar greiðslur í boði.*

## TRAUSTUR KAUPANDI ÓSKAR EFTIR 140-200 FM SÉRHAÐ Í VESTURBORGinni.

Æskileg staðsetning: Melar,Hagar eða Ægisíða. Afhendingartími samkomulag. *Góðar greiðslur í boði.*

## EINBÝLISHÚS EÐA PARHÚS ÓSKAST

Traustur kaupandi óskar eftir 250-400 fm einbýlishúsi eða parhúsi. Æskileg staðsetning: Selvogsgrunn, Sporðagrunn, Teigar eða Laugarásvegur. *Góðar greiðslu í boði.*

## ÍBÚÐ MEÐ SJÁVARÚTSÝNI ÓSKAST – KÓPAVOGUR, GARÐABÆR, REYKJAVÍK

Traustur kaupandi óskar eftir 140-160 fm íbúð með sjávarútsýni í Kópavogi, Garðabæ eða Reykjavík. Þarf tvö bílastæði í bílajakjallara. *Góðar greiðslur í boði.*



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



Erum við  
að leita **að þér?**

Sterk tengsl  
í íslensku atvinnulífi

hagvangur.is

HAGVANGUR



Kristján s: 867-3040 Guðbjörg G. s: 899-5949 Garðar B. s: 898-0255 Sólveig s: 869-4879 Garðar Hólm s: 899-8811 Guðlaug s: 661-2363 Hallgrímur s: 896-6020 Garðar K. s: 853-9779 Aðalsteinn Jón s: 767-0777



**TRAUSTI**  
fasteignasala

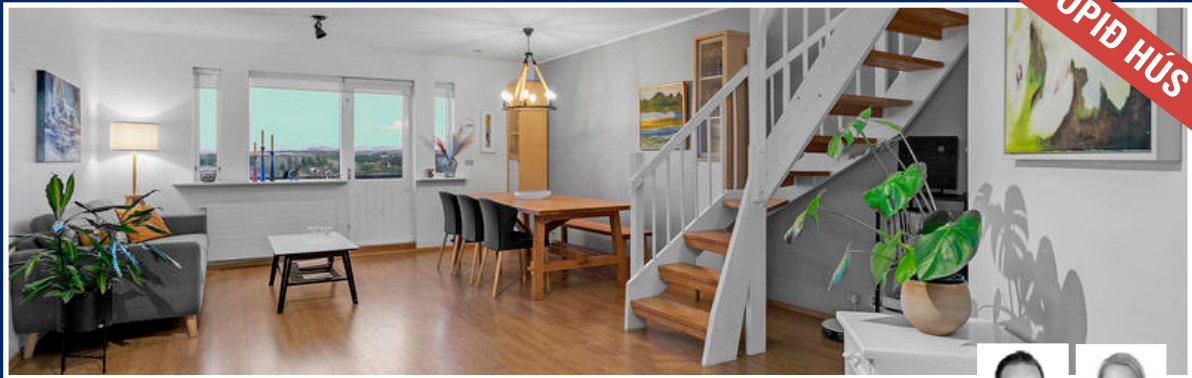
Vegmúla 4 | 108 Reykjavík | s.546-5050  
trausti.is | trausti@trausti.is



Stymir s: 846-6568 Viktoría Larsen s: 618-5741 Ólafur Haukur s: 866-1242 Einar Örn s: 823-4969 Kristín María s: 837-1177 Nanna Dröfn s: 694-2494 Ragnheiður s: 788-3069 Halldór s: 660-5312 Bára s: 693-1837

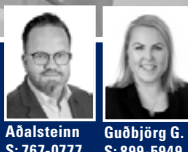
**Vegna fjöldatakmarkana biðjum við alla að bóka skoðun í opin hús.  
Jafnframt að virða 2ja metra regluna, sýna tillitssemi og mæta með grímu og hanska.**

**VIÐ  
ERUM  
TRAUSTI**



**OPIÐ HÚS**

**EYKÁS 25  
110 REYKJAVÍK**



Aðalsteinn S: 767-0777 Guðbjörg G. S: 899-5949

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 1. FEBRÚAR KL. 17:30 – 18:00**

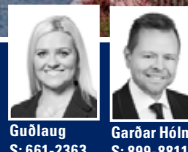
Glæsileg 2ja hæða 123,6 fm. íbúð í Selásnum að Reykás 25. Fallegt útsýni yfir Rauðavatnið og stutt í góðar gönguleiðir og útivist í guðsgrænni náttúrunni. Nánari uppl. veita Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is og Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is

Verð: 57,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**SUÐURGATA 8  
230 REYKJANESBÆ**



Guðlaug S: 661-2363 Garðar Hólm S: 899-8811

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 1. FEBRÚAR KL. 17:00 – 17:30**

Björt og falleg 2ja herbergja 64,4 fm. íbúð í fjölbýlishúsi fyrir 55 ára og eldri. Einstaklega gott innra skipulag. Frábær staðsetning í miðbæ Reykjanesbæjar þar sem stutt er í alla helstu þjónustu. Nánari uppl. veita Guðlaug Jóna lgf. s. 661-2363, gulla@trausti.is og Garðar Hólm lgf. s. 899-8811, gh@trausti.is

Verð: 26,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**SÆVIÐARSUND 7  
104 REYKJAVÍK**

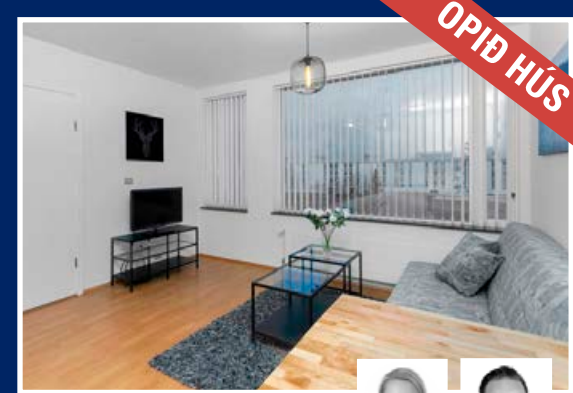


Kristján S: 867-3040 Hallgrímur s: 896-6020

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 1. FEBRÚAR KL. 17:30 – 18:15**

Björt og rúmgóð 4ra herbergja 112 fm. íbúð með bílskúr á frá-bærum stað í Vogunum, við Sæviðarsund 7, fyrstu hæð. Stórar vestursvalir með stiga niður í garð. Laus strax! Nánari uppl. veita Kristján lgf. s. 867-3040, kristjan@trausti.is og Hallgrímur s. 896-6020, hallgrimur@trausti.is

Verð: 49,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**ASPARFELL 10  
111 REYKJAVÍK**



Guðbjörg G. S: 899-5949 Aðalsteinn S: 767-0777

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 1. FEBRÚAR KL. 18:30 – 19:00**

Snyrtileg 2ja herbergja 40,7 fm. íbúð á 4. hæð í góðu lyftuhúsi að Asparfelli 10. Nánari uppl. veita Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is og Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is

Verð: 29,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**HOFSVALLAGATA 18  
101 REYKJAVÍK**

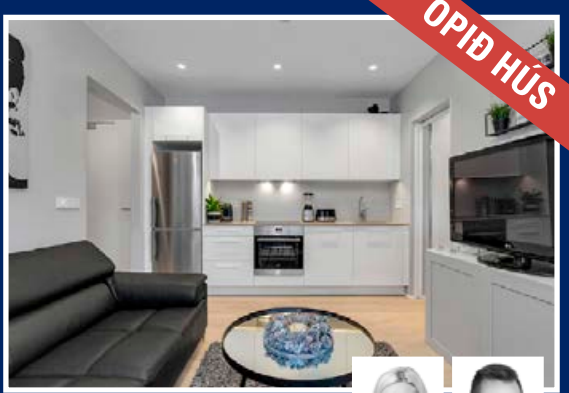


Guðbjörg G. S: 899-5949 Aðalsteinn S: 767-0777

**OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 2. FEBRÚAR KL. 17:30 – 18:00**

Björt og rúmgóð 3ja herbergja 73,3 fm. íbúð á 1. hæð í góðu fjölbýli ásamt rúmgóðri geymslu í kjallara með glugga sem í dag er nýtt sem herbergi. Snyrtileg sameign. Nánari uppl. veita Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is og Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is

Verð: 42,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**HVERFISGATA 85  
101 REYKJAVÍK**



Guðlaug S: 661-2363 Garðar Hólm S: 899-8811

**OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 17:30 – 18:00**

Björt og falleg 2ja herbergja 46,4 fm. íbúð við í nýlegu lyftuhúsi við Hverfisgötu 85, Reykjavík. Merkt stæði í bílajakallara fylgir eigninni. Nánari uppl. veita Guðlaug Jóna lgf. s. 661-2363, gulla@trausti.is og Garðar Hólm lgf. s. 899-8811, gh@trausti.is

Verð: 41,9 millj.



**OPIÐ HÚS**

**UGLUHÓLAR 6  
111 REYKJAVÍK**



Sólveig S: 869-4879

**OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 3. FEBRÚAR KL. 17:30 – 18:00**

Fallega og björt 3ja herbergja 83 fm. íbúð ásamt 21,7 fm. bílskúr í Efra-Breiðholti. Góð staðsetning þar sem stutt er í alla helstu þjónustu. Tilvalin fyrstu kaup. Nánari uppl. veitir Sólveig Regína lgf. s. 869-4879, solveig@trausti.is

Verð: 44,9 millj.



**BÓKIB SKOÐUN**

**ODDABRAUT 24  
815 ÞORLÁKSHÖFN**



Kristján S: 867-3040

**BÓKIB SKOÐUN**

Gistiheimili í góðu 293,2 fm. einbýlishúsi á tveimur hæðum auk frístandandi bílskúrs. Allt húsið er í útleigu og er 9 herbergi í eigninni auk bílskúrs sem einnig er hægt að nýta í útleigu. Nánari uppl. veitir Kristján s. 867-3040, kristjan@trausti.is

Verð: Tilboð



# MIKLABORG



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



Jón Rafn Valdimars  
lökk. fasteignasali  
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 899 5856



Ólafur Finnþogason  
lökk. fasteignasali  
Sími: 822 2307



Atli S. Sigvarðsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 899 1178



Elin Alfreðsdóttir  
lökk. fasteignasali  
Sími: 899 3090



Ingi Þór Ingólfsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 698 4450



Ómar Hvarndal  
hdl. og aðst. fasteignasali  
Sími: 832 3200



Barbara R. Bergþórsd.  
lökk. fasteignasali  
Sími: 823 0339



Svan G. Guðlaugsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 697 9300



Þórunn Pálsdóttir  
lökk. fasteignasali  
Sími: 773 6000



Ásgrímur Ásmundsson  
hdl. og lögg. fasteignasali  
Sími: 865 4120



Þröstur Þórhallsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 897 0634



Jörunn Skúladóttir  
lökk. fasteignasali  
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skaptas  
lökk. fasteignasali  
Sími: 868 4508



Jason Kr. Ólafsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 775 1515



Axel Axelsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 778 7272



Óskar H. Bjarnasen  
lökk. fasteignasali  
Sími: 691 1931



Kjartan I. Guðmunds  
aðst. fasteignasala  
Sími: 663 4392



Þórhallur Biering  
lökk. fasteignasali  
Sími: 896 8232



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



Friðjón Ó. Magnúss.  
lökk. fasteignasali  
Sími: 692 2704



Óskar S. Axelsson  
aðst. fasteignasala  
Sími: 691 2312



Guðrún D. Valdimars  
aðst. fasteignasala  
Sími: 899 6551



Anton Karlsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 771 8601



Páll Þórólfsson  
lökk. fasteignasali  
Sími: 893 9929



Ragnheiður Pétursd.  
hdl. og löggiltur fasteignasali

## Arnarhraun 12 220 Hafnarfjörður

Fallegt tvílyft 239,4 fm einbýli  
á sælureit við við friðað svæði,  
Einarsreit.

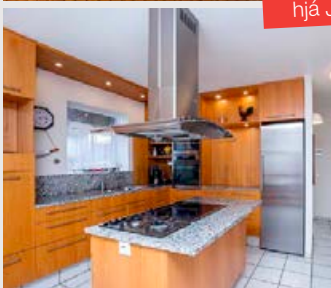
- Eldhús mjög rúmgott og endurnýjað
- Fjögur góð svefnherbergi
- Hiti í gólfi á neðri hæð
- Garður hannaður og unnin af Steinþóri Einarssyni, fengið viðurkenningu
- Garðstofa byggð árið 1999 ca 25 fm með arni
- Heitur pottur og úti sturta Góður bílskúr 41,5 fm

Verð: **109 millj.**



Nánari upplýsingar:

Jörunn Skúladóttir  
lökk. fasteignasali  
Sími: 845 8958  
jorunn@miklaborg.is



**PANTÍÐ SKOÐUN**  
hjá Jörunni í síma **845 8958**



## Hæðarbyggð 7 210 Garðabær

**OPIÐ HÚS**  
sunnudaginn 31. janúar  
milli kl. 15:00 - 15:30

**Einbýlishús 278,2 fm með  
ca 60 fm aukaíbúð**

- Rúmgóður tvöfaldur bílskúr
- Stór endalóð, alls 1574 fm
- 22 fm sólstofa
- Töluvert endurnýjað á árunum 2006-2007



Nánari upplýsingar veitir:

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

Verð: **139,9 millj.**



## Grandavegur 42 F 107 Reykjavík

**PANTÍÐ SKOÐUN**  
hjá Gunnari í síma **899 5856**

**Vel skipulögð 3ja herbergja  
118,1 fm íbúð á 2. hæð  
ásamt stæði í bílageymslu**

- Stofu, eldhús, tvö svefnherbergi, baðherbergi og gestasalerni.
- Yfirbyggðar 21,3 fm svalir sem snúa í suður
- 13,1 fm geymsla í kjallara



Nánari upplýsingar:

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

Verð: **76 millj.**

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

sími

**569 7000**

www.miklaborg.is

Með þér alla leið

# BJARKARHOLT 8-20



Bjarkarholtid.is



Nýjar íbúðir fyrir 50 ára+



Fullbúin sýningaríbúð

## Miðbær Mosfellsbæjar Íbúðir fyrir 50 ára og eldri

Afhent við kaupsamning / Síðustu íbúðirnar

- Stæði í lokaðri bílgeymslu
- Fullkomið loftræstikerfi í öllum íbúðum
- Viðhaldslétt klæðning á húsi
- Sjálfvirkur opnunarbúnaður á hurðum í sameign
- Aukin lofthæð í íbúðum, 270 cm
- Vandaðar innréttingar frá GKS
- Lyfta í öllum stígaþúsum
- Djúpgámar fyrir sorp



Komið, skoðið og ráðfærið ykkur við sölumenn okkar!



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



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



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



Óskar S. Axelsson  
aðst. fasteignasala  
Sími: 691 2312  
osa@miklaborg.is



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

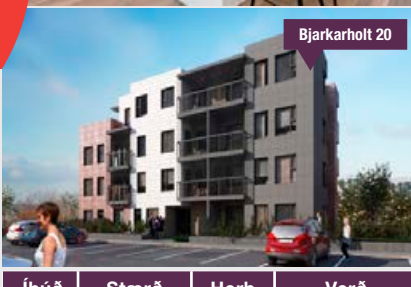
**OPIÐ HÚS**  
sunnudaginn  
31. janúar  
kl. 13:00 - 13:45

Virðum sóttvarnir  
gætum 2ja metra reglunnar



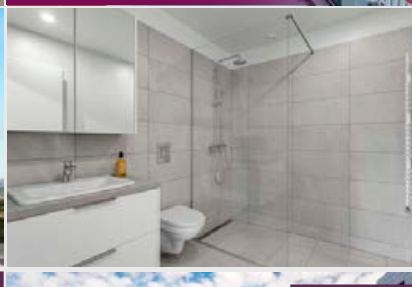
Bjarkarholt 8-10

Íbúð	Stærð	Herb	Verð
101	118,4 fm	3ja	68.400.000
104	108,0 fm	3ja	59.900.000
105	100,4 fm	3ja	57.800.000
201	121,4 fm	3ja	68.400.000
203	117,7 fm	3ja	62.900.000
204	107,3 fm	3ja	61.700.000
205	117,2 fm	4ra	66.600.000
301	123,3 fm	3ja	67.800.000
303	118,8 fm	3ja	64.900.000
304	113,0 fm	3ja	62.900.000
305	121,4 fm	4ra	68.900.000



Bjarkarholt 20

Íbúð	Stærð	Herb	Verð
202	117,6 fm	3ja	69.900.000
201	119,6 fm	3ja	68.400.000
202	106,5 fm	3ja	59.600.000
203	106,9 fm	3ja	59.900.000



Bjarkarholt 16-18



Íbúð	Stærð	Herb	Verð
105	115,7 fm	3ja	65.400.000
206	108,4 fm	3ja	59.900.000
208	122,6 fm	3ja	68.900.000
306	105,1 fm	3ja	61.900.000
308	126,5 fm	3ja	69.500.000

# KUGGAVOGUR

Frábær staðsetning í nýju hverfi við Voginn

Afhending  
mars 2021



Aðeins  
10 íbúðir  
óselðar

**OPIÐ HÚS**  
í dag laugardag  
30. janúar  
kl. 14:00 - 15:00

Virðum sóttvarnir  
gætum 2ja metra reglunnar

kuggavogur.is

Komið, skoðið og ráðfærið ykkur við sölumenn okkar!

## GLÆSILEGAR NÝJAR ÍBÚÐIR VIÐ VOGINN

Vandaðar 2ja - 5 herbergja íbúðir niður við Elliðarárvoginn í nýju og spennandi íbúðarhverfi. Stærðir 67 til 137 fm

Gólfhiti / Svalalokanir / Útsýni yfir Voginn.

Verð frá: 43,9 millj.



Nánari upplýsingar veitir:  
Ólafur Finnbogason  
lögg. fasteignasali  
sími: 822 2307  
olafur@miklaborg.is



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



Þorhallur Biering  
lögg. fasteignasali  
Sími: 896 8232  
thorhallur@miklaborg.is

Vandaður  
verktaki  
í 30 ár

Sérverk ehf  
Byggingaverktakar

MIKLABORG | - Með þér alla leið



**OPID HÚS**  
í dag laugardag 9. jan. kl. 14 - 14:30

**Hverfisgata 68A**  
101 Reykjavík

Hagkvæm og vel skipulögð  
2ja herbergja jarðhæð

- Eignin er 37,6 fm
- Sameiginlegt þvottahús er í sameign
- Stendur á eignarlóð í miðbæ Reykjavíkur
- Eignin er laus við kaupsamning
- Allt innbú fylgt ef óskað er

Verð: **31,9 millj.**

**BÓKID TÍMA**  
hjá Antoni í síma 771 8601



**Anton Karlsson**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 771 8601  
anton@miklaborg.is



**OPID HÚS**  
í dag laugardag 9. jan. kl. 12 - 13:00

**Suðurmýri 36**  
170 Seltjarnarnes

Björt og nýleg 85 fm 3ja herb.  
íbúð með sérinnngangi á  
jarðhæð og verönd

- Eldhús er opið inn í rúmgóðar og bjartar stofur með stóra glugga.
- Útgengt er á bjarta og skjólgóða verönd og þaðan út í sérafnotarétt íbúðarinnar.
- Svefnherbergi er gott og með góðum skápum og glugga.

Verð: **53,9 millj.**

**BÓKID TÍMA**  
hjá Ólafi í síma 822 2307



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



**17. Júnítorg 7**  
210 Garðabær

Sérlega glæsileg 152,2 fm  
íbúð á 4. hæð (efstu)  
í mjög góðu lyftuhúsi

- Stórar stofur og eldhús.
- Mikil lofthæð í borðstofu og svefnherbergi.
- Staði í bilageymslu.
- Fyrir 50 ára eða eldri.
- Aðgangur að þjónstu í Jónshúsi.

Verð: **89,9 millj.**

**PANTID SKOÐUN**  
hjá Þórhalli í síma 896 8232



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



**OPID HÚS**  
sunnudaginn 31. jan. kl. 14:00 - 14:30

**Selvað 11 (407)**  
110 Reykjavík

105 fm 4ra herb. útsýnisíbúð

- Endaíbúð á fjórðu hæð
- Sér bílastæði í lokuðu bílastæðahúsi
- Stórbrotið útsýni yfir Bláfjöllin og Heiðimörk,
- L-laga svalir
- Hús byggt 2006, staðsett í Norðlingaholti

Verð: **55,9 millj.**

**BÓKID TÍMA**  
hjá Antoni í síma 771 8601



**Anton Karlsson**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 771 8601  
anton@miklaborg.is



**AFHENDING  
JÚNÍ 2021**

**Vesturbakki 6**  
815 Þorlákshöfn

Staðsteypt iðnaðar- og  
eða geymsluhúsnæði  
í Þorlákshöfn.

- Þrjú 118,2 fm og tvö 181,5 fm iðnaðarbil
- Innkeyrsluhurðir 4,3 m háar og 4,0 m breiðar
- 18 m djúpur bil 6,3 og 9,6 m breið
- Steyptir milliveggir, 6,24 m mænishæð, möguleiki á millilofti
- 3ja fasa rafmagn
- Afhendist fullfrágengin Aluzink búrúðarklæðning að utan

Verð: Miðjubíl **22,3 millj.**

Verð: Endabil **33,3 millj.**

**PANTID SKOÐUN**  
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520



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



**OPID HÚS**  
sunnudaginn 31. jan. kl. 14:00 - 14:45

**Skipholt 17**  
105 Reykjavík

Virkilega skemmtileg 133,8 fm  
4ra herbergja íbúð á  
tveimur efstu hæðunum

- Spannandi skipulag setur svip sinn á íbúðina.
- Tvö svefnherbergi og tvær stofur.
- Miklar endurbætur á eigninni.
- Baðherb. á báðum hæðum.
- Stórar þaksvilir í suður.
- Glæsilegt útsýni!

Verð: **65,9 millj.**



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



**NÝTT  
Í SÖLU**

**Bæjarlind 7**  
201 Kópavogur

125,5 fm á 4. hæð, endaíbúð  
með tvennum svölum 8,3 fm  
suður og 5,4 fm í austur.

- Sérinnngangur af svölum og sérgeymsla í sameign.
- Eignin er með glæsilegu parketi og votrymi flisalögð.
- Steinplötur eru í borðplötum í eldhúsi og baðherbergi. Íbúð með hærri lofthæð.

Verð: **70,9 millj.**

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



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



**OPID HÚS**  
Þriðjudaginn 2. feb. kl. 16:45 - 17:15

**Grandavegur 42G**  
107 Reykjavík

Glæsileg og vel skipulögð  
2ja herbergja íbúð á 3. hæð  
í lyftuhúsi

- Samliggjandi eldhús og stofa, baðherbergi, svefnherbergi og þvottahús
- 9 fm yfirbyggðar svalir.
- Sér geymsla í sameign.
- Staði í bilgeymslu.

Verð: **50,9 millj.**

**BÓKID TÍMA**  
hjá Barböru í síma 823 0339



**Barbara R. Bergþórs.**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 823 0339  
barbara@miklaborg.is



**Mosagata 1 (102)**  
210 Garðabær

Falleg 76,5 fm íbúð á  
jarðhæð með palli.

- Fallegu útsýni yfir byggðina til suðurs og vesturs.
- Eignin skiptist í forstofu, eldhús, svefnherbergi, baðherbergi með sturtu, stofu með útgengi út í garð og sérgeymslu.

Verð: **44,9 millj.**

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



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



**OPID HÚS**  
Þriðjudaginn 2. feb. kl. 17 - 17:30

**Efstasund 76**  
104 Reykjavík

Vel skipulögð 3ja herb.  
íbúð, 83,5 fm neðri hæð  
í steyptu tvíbýlishúsi

- Eignin telur, anddyri, stofu, hol, eldhús, tvö herbergi, nýtt baðherb.
- Efstirsóttur staður í borginni.
- Laus strax

Verð: **39,9 millj.**



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

**VEGNA COVID-19 SÝNUM VIÐ NÚ ALLAR EIGNIR EFTIR PÖNTUN**  
Hafið samband við sölumenn okkar og bókið skoðun – Gott að byrja leit á vefnum okkar miklaborg.is

**569 7000 · Lág múla 4 · miklaborg.is**

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



**BÓKIÐ SKOÐUN**  
Í SÍMA: 695 5520

## Skálabrekka

801 Þingvellir

Mjög áhugaverð 406,5 hektara jörð

Verð: **Tilboð**

- Skammt frá höfuðborginni
- Í alfaraleið ferðamanna sem sækja Þingvelli heim
- Glæsilegt útsýni yfir Þingvallavatn
- Fyrir liggur tillaga að deiliskipulagi frístundabyggðar
- Frábær fjárfesting

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



**NÝTT**  
Í SÖLU

**BÓKIÐ SKOÐUN**  
Í SÍMA: 689 4450

## Hverfisgata 123

101 Reykjavík

Öll húseignin 394,5 fm á þremur hæðum ásamt rými í risi auk kjallara.

Verð: **Tilboð**

- Í skipulagi má byggja hæð og ris ofan á núverandi byggingu.
- Eignin er á þremur fastanúmerum og þarfnast nokkura endurbóta.
- Jarðhæð: Veitingahús skráð 202.8fm
- Önnur hæð: Íbúð skráð 94,3fm og þriðja hæð: Íbúð skráð 97,4fm

Nánari upplýsingar:  
s. 698 4450 Ingi Þór Ingólfsson löggiltur fasteigna og skipasali



**TILBÚIN TIL**  
afhendingar

**BÓKIÐ SKOÐUN**  
773 6000 & 845 8958

## Barónsstígur 6 (505)

101 Reykjavík

Stórglæsileg 106,6 fm, 3ja herbergja endaíbúð einstökum 45,6 fm þaksvölum

Verð: **79,9 millj.**

- Tilbúin til afhendingar með gólfefnum og ísskáp
- Svallar snúa til suðurs og njóta einnig austur og vestur sólar
- Vönduð nýbygging á besta stað í 101 Stæði í bilageymslu fylgir
- Glæsilegar stofur og tvö góð herbergi. Aukin loft hæð

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

## Glæsileg nýbygging með 69 íbúðum við Skógarveg 6-8 í Fossvogsdal

- Vandaðar innréttingar með steiptum borðplötum
- Íbúðir afhendast án gólfefna
- Gólfhiti í öllum íbúðum
- Stærðir frá 59,3-171,9 fm
- Rótgróið hverfi, stutt í alla þjónustu

Fjögur dæmi um íbúðir af þeim 13 sem eftir eru á þessum vinsæla stað

## SKÓGARVEGUR

F O S S V O G S D A L



**PANTIÐ SÖLUSKOÐUN**  
hjá sölumönnum Miklaborgar

Bókið skoðun og fáðu nánari upplýsingar:



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



Kjartan I. Guðmunds  
vfr. og aðst. fasteignasali  
Sími: 663-4392  
kjartan@miklaborg.is



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



Barbara R. Bergþórsd.  
lögg. fasteignasali  
Sími: 823 0339  
barbara@miklaborg.is



Anton Karlsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 771 8601  
anton@miklaborg.is

Byggingarverktaki:  
**Dverghamrar** ehf.  
Stílhúsið 1906 · Byggingarfrýðtæki

### Skógarvegur 8 - íbúð 208

3ja

Glæsileg 106 fm íbúð á 2. hæð með 6,2 fm suðursvölum



Verð: **66,9 millj.**

### Skógarvegur 8 - íbúð 405

3ja

Glæsileg 90,3 fm endaíbúð á 4. hæð (efstu) með 6,3 fm svölum, ásamt stæði í bilageymslu



Verð: **63,9 millj.**

### Skógarvegur 6 - íbúð 214

4ra

Glæsileg 119,8 fm íbúð á 2. hæð með 12,8 fm vestursvölum, ásamt stæði í bilageymslu

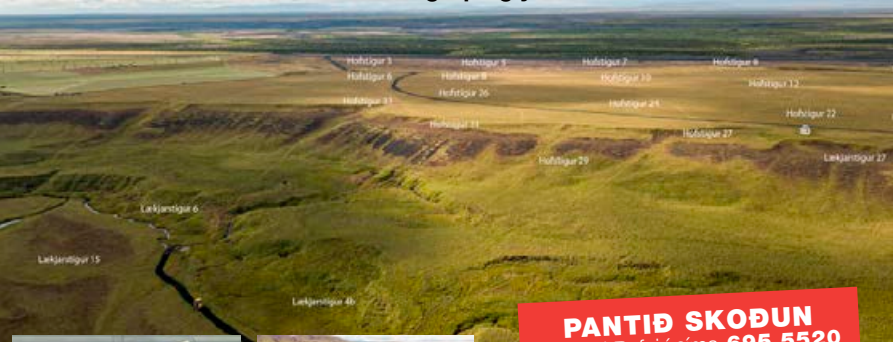


Verð: **71,9 millj.**



**NÝTT**  
Í SÖLU

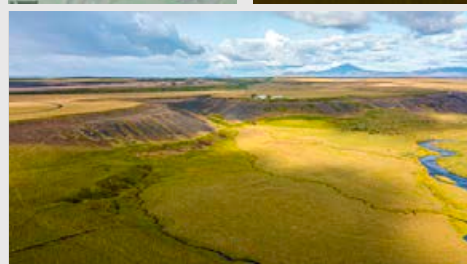
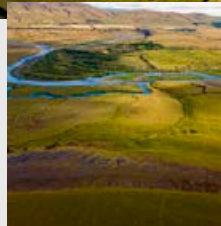
## Litla - Hof 851 Rangárþing ytra



**PANTIÐ SKOÐUN**  
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520

### Deiliskipulögð íbúðabyggð við Eystri Rangá

- Lóðastærðir frá 1,4 - 3 hektara eignarlönd
- 96 km frá Reykjavík, malbik alla leið
- Víðsýnt og ægifagurt útsýni
- Heildar byggingarmagn 600 fm á lóðir
- Hámark 6 byggingar á lóð
- Kalt vatn, rafmagn og ljósleiðari v. lóðarmörk



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

Verð frá: **2,9 millj.**

## Sogavegur 73-75 og 77 108 Reykjavík



**PANTIÐ SÖLUSKOÐUN**  
hjá sölumönnum Miklaborgar

TILBÚNAR  
NÝJAR  
ÍBÚÐIR

### Nýjar og vandaðar íbúðir í 3ja hæða lyftuhúsi

- Stæði í bilageymslu
- Margar íbúðir með sérinngangi
- Tilbúnar íbúðir
- Afhending við kaupsamning

Verð frá: **39,9 millj.**

Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáðu nánari upplýsingar:



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



Óskar S. Axelsson  
aðst. fasteignasala  
S: 691 2312  
osa@miklaborg.is



Kjartan I. Guðmunds  
vfr. og aðst. fasteignasala  
Sími: 663-4392  
kjartan@miklaborg.is



Ingi Þór Ingólfsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 698 4450  
ingj@miklaborg.is



Barbara R. Bergþórsd.  
lögg. fasteignasali  
Sími: 823 0339  
barbara@miklaborg.is



Anton Karlsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 771 8601  
anton@miklaborg.is

**MIKLABORG** | - Með þér alla leið

**569 7000 · Lág múla 4 · miklaborg.is**

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

NÝTT!

ALALIND.IS



NÝTT OG GLÆSILEGT FJÖLBÝLISHÚS Í KÓPAVOGI KOMIÐ Í SÖLU

# ÁLALIND 18-20

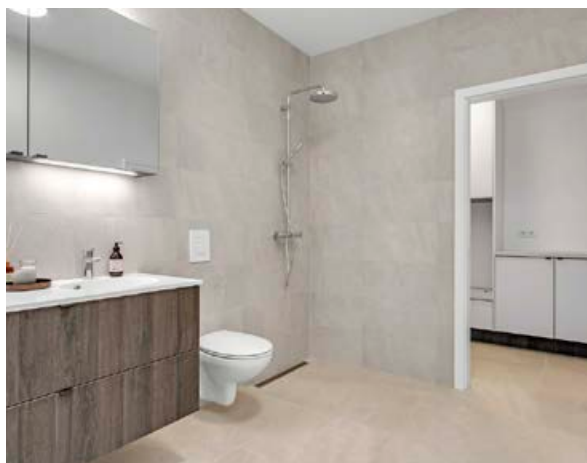
Hægt að skoða og gera tilboð með stuttum fyrirvara alla daga

Síðasta húsið í þessu vinsæla hverfi



- Innanhússhönnun M/STUDIO Reykjavík
- Stærðir frá 52 fm til 204 fm
- Tveggja til fimm herbergja íbúðir
- Einstakt útsýni úr stórum hluta hússins
- Skilast fullbúnar án gólfefna
- Vandaðar Voke innréttingar, aukið skápláss í öllum íbúðum
- Sérinnangangur í átta íbúðir
- Tvö baðherbergi í átta íbúðum
- Sameiginlegur þakgarður með einstöku útsýni
- Geymslur inni í minni íbúðum, hægt að nýta sem fataherbergi
- Álklætt að utan í þremur litum

- Áltré gluggar
- Afhending maí 2021
- Raflagnahönnun er frá Lúmex
- Sér bílastæði í upphituðum bílakjallara
- Tvær íbúðir með sér bílskúrum
- Sér afnotaréttir
- Hitalögn í helstu gönguleiðum
- Tuttugu tveggja herbergja íbúðir
- Tuttugu og þrjár þriggja herbergja íbúðir
- Þrettán fjögurra herbergja íbúðir



OPIÐ  
HÚS  
Í DAG  
KL.13-16

LAUGARDAGINN  
30. JANÚAR

## NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA



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



**Guðrún Antonsdóttir**  
Lögg. fasteignasali  
**621 2020**  
gudrun@fastlind.is



**Heimir Hallgrímsson**  
Lögg. fasteignasali  
Lögmaður  
**849 0672**  
heimir@fastlind.is



**Hrafnkell P.H. Pálmason**  
Lögg. fasteignasali  
**690 8236**  
hrafnkell@fastlind.is

# LIND

## FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4 / Sími: 510 7900 / [www.fastlind.is](http://www.fastlind.is)

Allir kaupendur og seljendur fá  
**Vildarkort Lindar**  
sem veitir **30% afslátt**  
hjá eftirfarandi fyrirtækjum





## Leitum að ...

### 4ra-5 herbergja íbúð í Kvíslum Ártúnsholti.

Helst á fyrstu hæð með sérafnotarétti. Verðhugmynd allt að 60 milljónir.



Nánari upplýsingar veitir

**Jörunn Skúladóttir**, lógg. fasteignasali  
jorunn@miklaborg.is Sími: 845 8958

**MIKLABORG**

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is  
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggjafir fasteignasalar

## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

**Beinn sími: 550 5625**

**Sölufulltrúar:**

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is  
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is



**RÍKISKAUP**

AUGLÝSA EFTIRFARANDI EIGN TIL SÖLU:

### Víðilundur, 671 Kópasker - Einbýlishús



Víðilundur, 671 Kópasker, ásamt öllu því sem eigninni fylgir, þar með talið tilheyrandi lóðarréttindi. Húsið stendur á 1 ha eignarlóð. Um er að ræða 135,8 m<sup>2</sup> einbýlishús, byggt árið 1969. Árið 1975 var frístandandi bílskúr byggð við húsið. Samtals stærð eignarinnar er 178,1 m<sup>2</sup>. Húsið er vel staðsett í Lund í Óxarfirði í nálægð við sundlaug og skóla. Stutt er í ýmsar náttúruperlur eins og Ásbyrgi, Hljóðakletta, Vesturdal og Dettifoss. Auk þess eru fjölmargar vinsælar göngu- og hlaupaleiðir í nágrenninu. **Nánari upplýsingar á heimasíðu Ríkiskaupa: www.rikiskaup.is**  
**Verð: 13,9 mkr.**

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík  
Sími 530 1400  
www.rikiskaup.is

**RÍKISKAUP**



**RÍKISKAUP**

AUGLÝSA EFTIRFARANDI EIGN TIL SÖLU:

### BJARNARBRAUT 8, BORGARNESI - SKRIFSTOFUHÚSNÆÐI



Um er að ræða 629,4 m<sup>2</sup> skrifstofuhúsnæði á 1. hæð við Bjarnarbraut 8, Borgarnesi. Eignin skiptist í tvö skrifstofurými, annars vegar 361,8 m<sup>2</sup> og hins vegar 267,6 m<sup>2</sup>. Samtals 629,4 m<sup>2</sup>. Gengið er inn um bjarta tengibyggingu sem er í sameign. Gott aðgengi er að húsinu og rúmgott sameiginlegt bílplan. Hentar vel til útleigu. **Nánari upplýsingar á heimasíðu Ríkiskaupa: www.rikiskaup.is**  
**Verð: 88,5 mkr.**

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík  
Sími 530 1400  
www.rikiskaup.is

**RÍKISKAUP**



RÁÐGJÖF  
RÁÐNINGAR  
RANNSÓKNIR



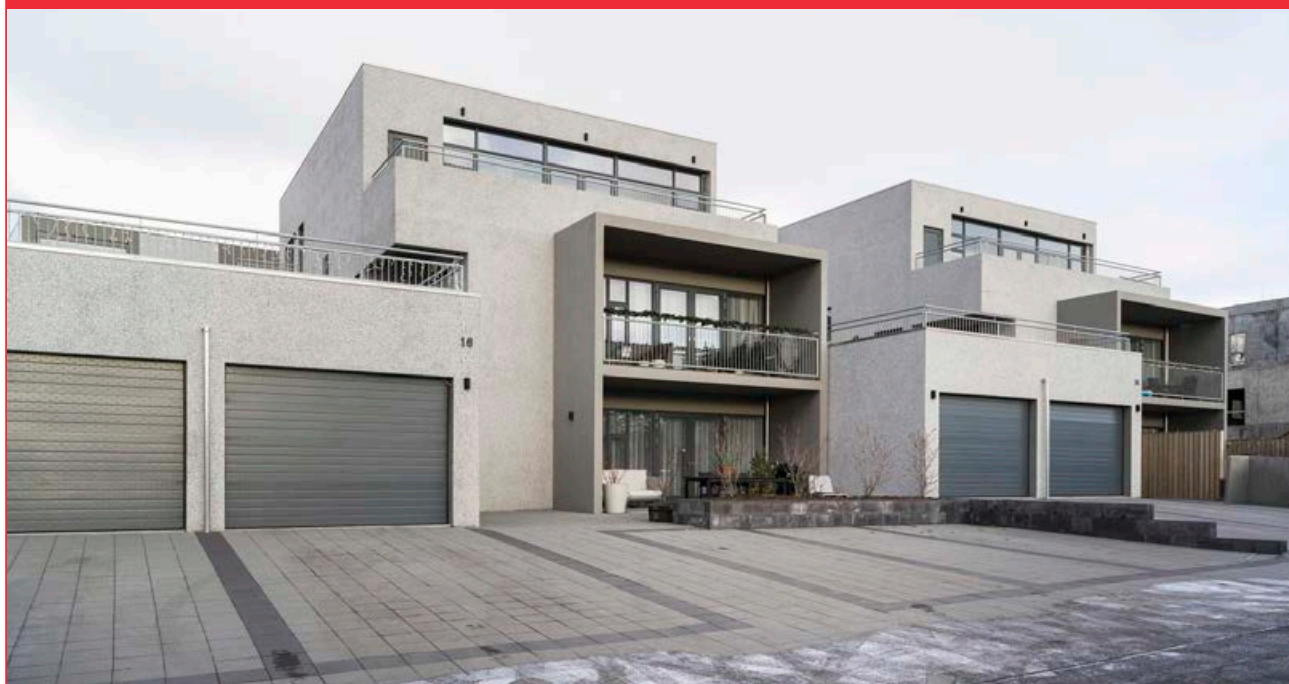
intellecta

Síðumúla 5 • 108 Reykjavík • 511 1225 • intellecta.is

**LIND**  
FASTEIGNASALA

/ Bæjarlind 4 / 201 Kópavogur / [www.FASTLIND.is](http://www.FASTLIND.is)

OPÍÐ HÚS › SUNNUDAGINN 31. JANÚAR 16:00 - 16:30



### Lautarvegur 16

103 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 230 fm HÆÐ HERB: 6

Glæsilega hæð með séringangi og bílskúr, ásamt aukaíbúð í þríbýli við Lautarveg í Fossvogi.

Aukaíbúðin í kjallara er 64 fm (hægt að opna á milli). Hæðin er ákaflega vonduð með sérsmiðuðum innréttingum frá Brúnás.

Kvartssteinn er á öllum borðplötum og eru speglaklæddir skápar í forstofu og í hjónasvítu.

Heildarstærð er 229,9 fm. Hæðin sjálf er 165,7 fm (með bílskúr 30 fm) á hæðinni eru tvö baðherbergi, annað inn af hjóna-herbergi og hitt á gangi.

Eldhús: Sérsmiðuð innrétting frá Brúnás. Spanhelluborð og ofn frá Miele. Kvartssteinn er á borðplötum. Úti og Inni arkitektar hönnuðu húsið.

**119.800.000₰**



Heyrumst

**Hannes Steindórsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sölustjóri

› 699 5008

› hannes@fastlind.is



**Uppspretta ánægjulegra viðskipta**

**OPIÐ HÚS Í GEIRSGÖTU 2 OG 4**  
**SUNNUDAGINN KL. 14-15**



# HAFNARTORG

## NÝJAR ÍBÚÐIR

Hafnartorg skartar 70 hágæða íbúðum, allt frá stílhreinum tveggja herbergja íbúðum upp í stórglæsilegar þakíbúðir með einstöku útsýni. Allar innréttingar og tæki eru sérvaldar af innanhúsarkitekt til að mynda eina stílhreina heild og eru öll tæki og tæknibúnaður fyrsta flokks. Allt ytra efnisval bygginganna er í hæsta gæðaflokki sem og allur lóðarfrágangur. Undir húsunum er stærsti bílakjallari landsins sem nær allt til Hörpunnar. Íbúðirnar eru frábærlega staðsettar í nálægð við menningu, sögu, verslun og þjónustu. Glæsilegar fasteignir í hjarta Reykjavíkur með iðandi mannlíf allt árið um kring.

Upplýsingar er að finna á síðunni [hafnartorg.is](http://hafnartorg.is)

**Aðeins 8 íbúðir eftir**  
 frá 106-160 fm

### Dæmi um íbúð

106,2 fm  
 3ja herb.  
 Verð. 88,9 mkr



### FREKARI UPPLÝSINGAR



**Kjartan Hallgeirsson**  
 Löggiltur fasteignasali  
 Sími 824 9093



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



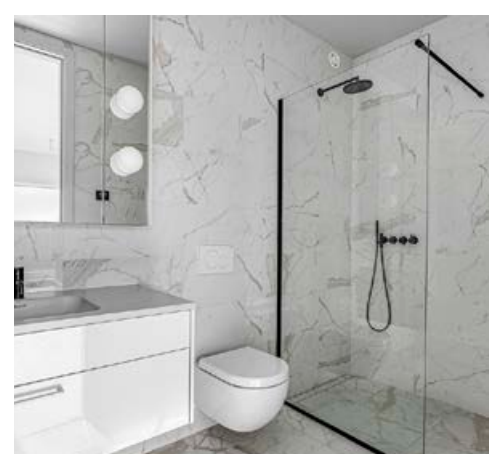
**Bjarni T. Jónsson**  
 Viðskiptafræðingur og löggiltur  
 fasteignasali. Sími 895 9120



**Hreiðar Levy Guðmundsson**  
 Löggiltur fasteignasali  
 Sími 661 6021



**Þóra Birgisdóttir**  
 Löggiltur fasteignasali  
 Sími 777 2882





# EIGNAMIDLUN

## SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957



**Kjartan Hallgeirsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 824 9093



**Guðlaugur I. Guðlaugsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 864 5464



**Sverrir Kristinnsson**  
Löggiltur fasteignasali



**Guðmundur Sigurjónsson**  
Lögræðingur, löggiltur fasteignasali



**Þórarinn M. Friðgeirsson**  
Löggiltur fasteignasali, sölustjóri  
Sími 899 1882



**Þóra Birgisdóttir**  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 777 2882



**Magnea S. Sverrisdóttir**  
MBA, löggiltur fasteignasali  
Sími 861 8511



**Hilmar Þór Hafsteinnsson**  
Löggiltur fasteignasali, löggiltur leigumidlari  
Sími 824 9098



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



**Daði Hafþórsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 824 9096



**Hreiðar Levy Guðmundsson**  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 661 6021

### STIGAHLIÐ 46, 202,1 m<sup>2</sup> 105 REYKJAVÍK, 98.900.000 kr.



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



### GILJALAND 17, 236.9 m<sup>2</sup> 108 REYKJAVÍK, 109,9 mkr.



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

**OPIÐ HÚS** **mánudaginn 1. febrúar kl. 17:00 - 17:30**  
Fallett og töluvert endurnýjað endarahúsið á fjórum þöllum. Húsið er staðsett fyrir neðan götu með bílskúr beint á móti. Nýlegt eldhús. Suðurgarður. 4-5 svefnherbergi. Húsið er vel staðsett í hverfinu, stutt í skóla, leikskóla og Víkina. Góð lofthæð í stofu og fallett útsýni. Laust fljótlega.

### HOFVALLAGATA 55, 230,9 m<sup>2</sup> 107 REYKJAVÍK, 129,0 mkr.



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

**OPIÐ HÚS** **Þriðjudaginn 2. febrúar kl. 17:00 - 17:30**  
Fallett efri sérhæð og ris með sérinngangi og stórum garði og bílskúr í Vesturbænum. Íbúðin hefur verið mikið endurnýjuð og húsinu hefur verið vel við haldið. Ris byggð 2008 allt nýtt þá. Mögulegt er að nýta risið sem sér íbúð. 6 svefnherbergi og mögulegt að útbúa íbúð í bílskúr.

### KVISTALAND 20, 330 m<sup>2</sup> 108 RVK, ÓSKAÐ EFTIR TILBOÐI



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

**PANTIÐ SKOÐUN Í SÍMA 824 9093**  
330 fm einbýlishús á tveimur hæðum. Húsið er vel staðsett á rólegum stað ofan við götu rétt við Fossvogsskóla og Kvistaborg. Yfirbyggð bílskúli fyrir tvo bíla er fyrir framan bílskúr sem er í dag 2ja herbergja íbúð. 4-5 svefnherbergi. Garður er mjög stór og gróin með timburvernd, hellulagðri vernd og garðhúsum. Kallari er með góðri lofthæð, gluggum og bakinngangi.

### LAUGARNESVEGUR 64, 87,3 m<sup>2</sup> 105 REYKJAVÍK, 49,9 mkr.



### Daði Hafþórsson Lögg. fasteignasali S.824 9096/dadi@eignamidlun.is

**BÓKIÐ SKOÐUN**  
**3ja HERBERGJA**  
Laugarnesvegur 62, virkilega góð 3ja herbergja 87.3 fm íbúð merkt 02-02. Vel skipulögð eign með þvottahúsi innan íbúðar og fallettu eldhúsi.

**OPIÐ HÚS** **sunnudaginn 31. janúar kl 13:00 - 14:30**

Einkar fallett og björt 202,1fm neðri sérhæð með sérinngangi og bílskúr á vinsælum stað stað Hlíðarhverfinu í Reykjavík. Húsið er teiknað af Kjartani Sveinssyni arkitekt. Eignin hefur verið mikið endurnýjuð bæði innan sem utanhúss á síðustu árum. Eignin skiptist í stóra, opna, bjarta stofu og borðstofu með góðri tengingu við fallett og stórt eldhús, sérþvottahús innaf eldhúsi. 4 svefnherbergi, rúmgott baðherbergi með baði og sturtu, forstofu, gestasalerni, rúmgóðum bílskúr og geymslu í kjallara. Stórar svalir í sem snúa til suðurs og vesturs.

### FURUGRUND 44-Íbúð 20, 62,6 m<sup>2</sup> 200 KÓPAVOGUR, 42,9 mkr.



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

**BÓKIÐ SKOÐUN**

Mjög fallett tveggja herbergja íbúð á annarri hæð í nýlegu hús með óvanalega stórum svölum, 23,4 fermetrar, til vesturs. Rúmgóð stofa, eldhúskrúkur með mjög fallettri innréttingu, forstofa, rúmgott svefnherbergi, fallett flisalagt baðherbergi og sér þvottahús.

### BODAGRANDI 1-Íbúð 304, 83 m<sup>2</sup> 107 REYKJAVÍK, 46,9 mkr.



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

**BÓKIÐ SKOÐUN**

Sérlega fallett og notalegt þriggja herbergja íbúð á þriðju hæð með stórum svölum og fjallasyn. Tvö herbergi ásamt sjónvarpsrími, rúmgóð stofa og stórt eldhús. Mjög vel um gengin íbúð. Húsið nýlega endurnýjað að utan, flestir gluggar nýir og allt gler.

### RAUÐALÆKUR 36, 152 m<sup>2</sup> 104 REYKJAVÍK, 84,9 mkr.



### Þóra Birgisdóttir Lögg. fasteignasali S. 777 2882/thora@eignamidlun.is

**OPIÐ HÚS** **Þriðjudaginn 2. febrúar kl. 17:00-17:30**

Stórglæsileg og mikið endurnýjuð hæð með sérinngangi, bílskúr og stórum þaksvölum í Laugardalnum. Vel skipulögð og björt íbúð með góðum herbergjum, stórum stofum og opnu eldhúsi og borðstofu. Frábærar svalir mót suðri og fallett útsýni.

### DRAGAVEGUR 9, 156,1 m<sup>2</sup> 104 REYKJAVÍK, 79,9 mkr.



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

**BÓKIÐ SKOÐUN**

Mjög fallett tveggja herbergja íbúð á annarri hæð í nýlegu hús með óvanalega stórum svölum, 23,4 fermetrar, til vesturs. Rúmgóð stofa, eldhúskrúkur með mjög fallettri innréttingu, forstofa, rúmgott svefnherbergi, fallett flisalagt baðherbergi og sér þvottahús.

### FRAKKASTÍGUR 8c, 64,2 m<sup>2</sup> 101 REYKJAVÍK, 47,9 mkr.



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

**OPIÐ HÚS** **mánudaginn 1. febrúar kl. 17:00 - 17:30**

Mjög góð tveggja herbergja 64,2 fm íbúð í nýlegu fljóbýli á frábærum stað í miðbæ Reykjavíkur við Frakkastíg 8. Fallettur skjólgóður sameiginlegur garður með lýsingu, beðum og gróðri.

### VESTURGATA 7, 46 m<sup>2</sup> 101 REYKJAVÍK, 29,9 mkr.



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

**BÓKIÐ SKOÐUN** hjá Þóranri í síma 899 1882 eða Unnari í síma 867 0968

46fm íbúð fyrir 67 ára og eldri í vinsælu fljóbýli að Vesturgötu 7 í Reykjavík. Á jarðhæð er þjónusta fyrir íbúa, matur í hádeginu og heilsugæsla. Sameiginleg setustofa og borðsalur.



GRENSÁSVEGUR 11

SÍMI 588 9090



Ármann Þór Gunnarsson  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 847 7000



Herdís Valb. Hölldóttir  
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali  
Sími 694 6166



Bjarni T. Jónsson  
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali  
Sími 895 9120



Ólafur H. Guðgeirsson  
Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali  
Sími 694 6166



Unnar Kjartansson  
Nemi til löggildingar fasteignasala  
Sími 867 0968



Kári Sighvatsson  
Nemi til löggildingar fasteignasala  
Sími 899 8815



Guðný Ösp Ragnarsdóttir  
Lögfræðingur Löggiltur fasteignasali  
Sími 665 8909



Gunnar Helgi Einarsson  
Löggiltur fasteignasali  
Sími 615 6181



Jenny Sandra Gunnarsdóttir  
Skrifstofustjóri



Ásdís H. Júlíusdóttir  
Ritari



María Waltersdóttir  
Móttökuritari

**JÖTUNASALIR 2, 124 m<sup>2</sup>**  
**201 KÓPAVOGUR, 59,9 mkr.**

**Þóra Birgisdóttir**  
Lögg. fasteignasali  
S. 777 2882/thora@eignamidlun.is



**OPIÐ HÚS** mánudaginn 1. febrúar kl. 17.30-18.00

**FJÖLDI HERB. 5**  
Björt og vel skipulögð íbúð í lyftuhúsi með stæði í bilageymslu, stórum, yfirbyggðum svölum mót suðri. Gott skipulag, rúmgóð herbergi, sofa og sjónvarshol, sér þvottahús innan íbúðar.

**TJARNARGATA 10a, 124,2 m<sup>2</sup>**  
**101 REYKJAVÍK, 68,9 mkr.**

**Þóra Birgisdóttir**  
Lögg. fasteignasali  
S. 777 2882/thora@eignamidlun.is



**OPIÐ HÚS** sunnudaginn 31. janúar kl.15.30-16.00

**FJÖLDI HERB. 4.**  
Stórglæsileg og mikið endurnýjuð eign við Tjarnargötuna. Íbúðin er á 2. hæð með glæsilegum stofum og auka lofthæð. Einstaklega sjarmerandi eign í hjarta miðborgarinnar.

**LYNGMÓAR 6, 113,5 m<sup>2</sup>**  
**210 GARDABÆR, 58,5mkr.**

**Þóra Birgisdóttir**  
Lögg. fasteignasali  
S. 777 2882/thora@eignamidlun.is



**OPIÐ HÚS** sunnudaginn 31. janúar kl. 13.00-13.30

Glæsileg og nánast algjörlega endurnýjuð íbúð með bílskúr og yfirbyggðum suður-svölum í hjarta Gardabæjar. Íbúðin er vel skipulögð með stórrí stofu með frábæru útsýni til norðurs. Bílskúr með hita og vatni.

**STARHAGI 10, 129,3 m<sup>2</sup>**  
**107 REYKJAVÍK, 82,9 mkr.**

**OPIÐ HÚS** mánudaginn 1. febrúar kl. 17:00-17:30



Glæsileg og mikið endurnýjuð 5 herb. hæð við Starhaga ásamt bílskúr sem býið er að innrétta sem studíó íbúð. Íbúðin skiptist í fjögur svefnherbergi, baðherbergi, stofu, borðstofu og eldhús.

**Guðlaugur I. Guðlaugsson**  
Lögg. fasteignasali  
S.864 5464/gudlaugur@eignamidlun.is



**EFSTALEITI 11, 106,1 m<sup>2</sup>**  
**103 REYKJAVÍK, 77,9 mkr.**

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



**OPIÐ HÚS** sunnudaginn 31. janúar kl. 13:00- 13:30

Glæsileg 3ja herbergja útsýnisíbúð á 4. hæð í 5 hæða nýju lyftuhúsi ásamt stæði í bilageymslu. Vandaðar innréttingar, steinn á borði, fallett parket, sér þvottahús og einungis tvær íbúðir á hæð!

**BERGSTAÐAST. 48a, 85,7 m<sup>2</sup>**  
**101 REYKJAVÍK, 48,9 mkr,**

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

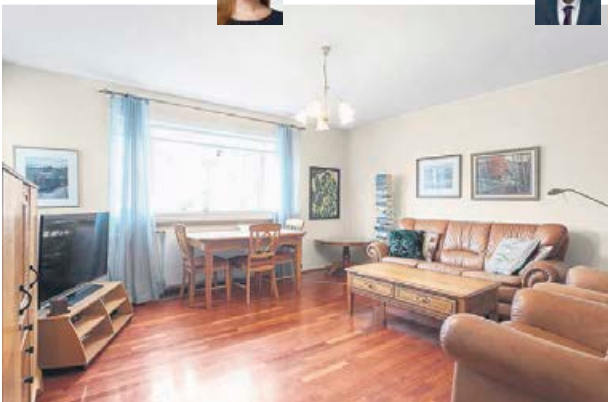


Björt og vel skipulögð 3ja herb. íbúð á 1. hæð í fallegu húsi í 101 Reykjavík. Rúmgóð íbúð með tveimur svefnherb. góðri stofu og skjólgóðum svölum. Frábær staðsetning!

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



**Sverrir Kristinnsson**  
Lögg. fasteignasali  
S. 861 8514



**BRÆÐRAB.ST. 24, 59,4 m<sup>2</sup>**  
**101 REYKJAVÍK, 39,9 mkr.**

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



**OPIÐ HÚS** mánudaginn 1. febrúar kl. 17:00 - 18:00

Falleg, vel skipulögð og mikið uppgerð 59.4 fm 3 herbergja íbúð með sérinnangi og sérmerktu bílastæði á vinsælum stað í gamla Vesturbænum. Eignin hefur fengið gott viðhald bæði að innan og utan. Eignin skiptist í forstofu, baðherbergi, þvottahús og geymslu innan íbúðar, alrými með samliggjandi stofu og eldhúsi og 2 svefnherbergi.

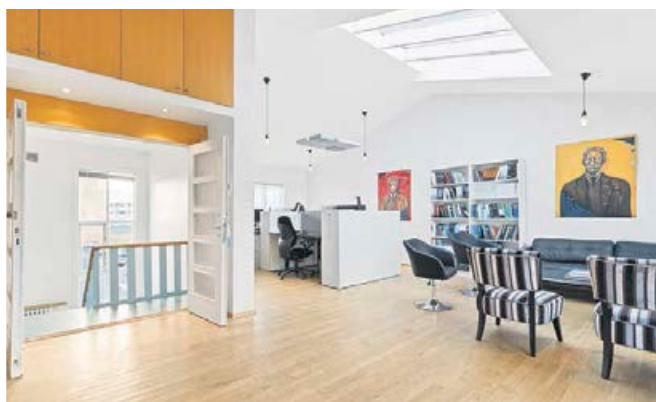
**BERGÞÓRUGATA 55, 364 m<sup>2</sup>**  
**101 REYKJAVÍK, 159 mkr.**

**BÓKIÐ SKOÐUN**

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



**Sverrir Kristinnsson**  
Lögg. fasteignasali  
S. 861 8514/sverrir@eignamidlun.is



Glæsilegt 364 fm Einbýlishús teiknuð af Einari Sveinssyni við Bergþórugötu 55 í miðbæ Reykjavíkur. Húsið er á þremur hæðum auk kjallara. Upprunalega voru þrjár íbúðir í húsinu en húsið er nú nýtt sem ein heild. Í dag er húsið nýtt sem skrifstofuhúsnæði. Einstakt tækifæri til að eignast heilt hús á Bergþórugötu. Frábær staðsetning með sundhöllina í nokkurra metra göngufjarlægð, Austurbæjarskóla og alla þá fjölbreyttu þjónustu og menningu sem miðbærinn hefur upp á að bjóða.

**GOÐATÚN 19, 229,7 m<sup>2</sup>**  
**210 GARDABÆ, 95,9 mkr.**

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



Glæsilegt og mikið uppgerð 4 herbergja einbýlishús á einni hæð með stórrí verönd og geymsluskúr í garði á vinsælum stað í túnunum í Gardabæ. Eignin hefur verið mikið uppgerð á síðustu árum og býður upp á mikla möguleika. Glæsilegt, opið og stórt alrými með samliggjandi stofum og eldhúsi.



## SÖKKLAR – TIL SÖLU – HVERAGERÐI

Til sölu sökklar undir raðhús við Þelamörk 47 og 49 í Hveragerði.  
Til afhendingar strax og tilbúnir til áframhaldandi framkvæmda.  
Mikil eftirspurn er eftir eignum í Hveragerði.

- Sökkla undir átta raðhúsaíbúðir í tveim lengjum
- Teikningar fylgja – bæði fyrir staðsteypt hús eða forsteyptar einingar
- Púði kominn og búið að fylla inn í annan sökkulinn
- Allar raðhúsaloðir hjá Hveragerðisbæ úr síðustu úthlutun eru seldar
- Gróíð hverfi í hjarta Hveragerðis
- Verð 108 milljónir



**Elin Káradóttir**  
Sími 859 5885  
elin@byrfasteign.is



**Agnar Agnarsson**  
Sími 820 1002  
agnar@domusnova.is



## Ólafsbraut 2 – Ólafsvík

Fallegt einbýli-opið hús.

**OPIÐ  
HÚS**



**Sunnudaginn 31. janúar 2021. Kl. 13,30 – 14.00**

Fallegt mikið endurnýjað 103,2 fm einbýli hæð+ris á góðum stað í Ólafsvík. Stutt í alla verslun og þjónustu. Húsið hefur nýlega verið mikið endurnýjað að utan sem innan af fagmönnum og ásatnd gott. Gott skipulag 4 herbergi. Húsið gæti hentað einstaklega vel sem orlofshús fyrir ferðamenn eða brottflutta Snæfellinga auk þess að henta vel sem fjölskylduhús. **Verð 27,3 milljónir.**

**Opið hús Sunnudaginn 31. janúar 2021. Kl. 13,30 – 14.00. Munið sóttvarnir. Nánari upplýsingar veitir Pétur aðstm.fast.sala 893-4718. psj@simnet.is eða Ingólfur Gissurarson lg.fs. 896-5222 ingolfur@valholl.is**



Framúrskarandi  
fyrirtæki

**Ingólfur Gissurarson**  
lg.fs.  
s: 896-5222  
ingolfur@valholl.is  
30 ára farsælt starf við  
fasteignasölu á Íslandi.



EINSTÖK HÖNNUN Í HJARTA REYKJAVÍKUR

# 102 HLÍÐARENDI

**Glæsilegar og mjög vandaðar íbúðir** í skemmtilega skipulögðu hverfi í nýju pósthúsi, 102. Íbúðirnar eru 2-4 herbergja á bilinu 70-240 fermetrar með góðum svölum og margar með stórbrotnu útsýni yfir borgina.

Aðgengi er að fallegum, lokuðum og skjólgóðum garði. Íbúðunum fylgir stæði í bílakjallara. Frábær staðsetning, stutt í alla þjónustu og fallegar gönguleiðir.



102HLIDARENDI.IS

**OPIÐ  
HÚS**  
sunnudaginn  
31. janúar  
KL. 13-14

### NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA



**Stefanía Eggertsdóttir**  
Lögg. fasteignasali  
**895 0903**  
Stefania@fastlind.is



**Kristján Þórir Hauksson**  
Lögg. fasteignasali  
**696 1122**  
Kristjan@fastlind.is



**Gunnar Þórisson**  
Lögg. fasteignasali  
**692 6226**  
gth@fastlind.is



Bæjarlind 4  
Sími: 510 7900  
www.fastlind.is



## 102 REYKJAVÍK.IS

Smyrilshlíð 1,3-5 | Valshlíð 2, 4, 6 og 8 | Fálkahlíð 2-4 | Haukahlíð 1,3

- Öllum íbúðum fylgir uppbyggð vél og ísskápur
- Sæluveritur þar sem borgarlíf og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri

**Elka Fasteignasali**  
863 8813

**Ragnar Fasteignasali**  
844 6516

**Góðar fjölskyldu-íbúðir**

### OPÍÐ HÚS | sunnud. 31. jan kl. 13:00-13:30

í sýningaríbúð 106 í Smyrilshlíð 3

## EINUNGIS 3 ÍBÚÐIR EFTIR Í SÍÐASTA ÁFANGA

- Síðustu íbúðirnar í Smyrilshlíð 1!
- Frábærar og vandaðar 3-5 herb. í boði.

Áætl. afhendingar á íbúðum í síðasta áfanga, Smyrilshlíð 1 er mars 2021.  
ALLAR MED STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU.

### Efstaleiti 13

103 Reykjavík **69.900.000**

**OPÍÐ HÚS** sunnudaginn 31. jan. kl. 14:30 – 15:00

Herbergi: 3 Stærð: 114,5 m<sup>2</sup>

Um er að ræða nýja íbúð á jarðhæð með stæði í bilageymslu. Afhendist fullbúin án gólfefna, 2 góð svefnherbergi, þvottaherb. Og góð verönd inn í sameiginlegan garð, til suðurs.

Upplýsingar veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813

### Geirsgata 2

101 Reykjavík **88.900.000**

**Laus Strax**

### Mariugata 10

210 Garðabæ **120.000.000**

**HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN S. 820 2222**

Herbergi: 4 Stærð: 194,6 m<sup>2</sup>

Glæsilegt 4ra herb raðhús á einni hæð ásamt innbyggðum bílskúr á þessum eftirsóttu stað í Urriðaholti. Húsið selst fullbúit án gólfefna en votrymi og forstofa eru flísalögð. Eignin er til afhendingar við kaupsamning. Byggingaraðili er Ingvar og Kristján ehf. Mikil lofthæð, stórir gluggar og gólfhitu.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222



### OPÍÐ HÚS

mánudaginn 1. feb. kl 17.30-18.00

Vinsamlegast bókið skoðun

Herbergi: 3 Stærð: 106,2 m<sup>2</sup>

Glæsilega 3ja herbergja 106,2 fm íbúð (301) í lyftuhúsi við Geirsgötu 2, Hafnartorgi. Íbúðin er á þriðju hæð á einu skemmtilegasta svæði miðborgarinnar. Í eigninni er aukin lofthæð með stórum björtum gluggum. Allar innréttingar og tæki eru sérvaldar af innanhúarsarkitekt til að mynda eina stílhreina heild og eru öll tæki og tæknibúnaður fyrsta flokks. Íbúðin skiptist í tvö svefnherbergi, stóra stofu, borðstofu, eldhús, tvö baðherbergi, þvottaherbogi og geymslu. Íbúðin er fullbúin með innbyggðum ísskáp og uppbyggðum vél og afhendist án gólfefna á aðalrymum en votrymi eru flísalögð. Undir byggingunum er einn stærsti bílajakallari landsins með um 1160 bílastæðum.

Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580

### Lynghólar 1

210 Garðabæ

**Verð: 140.000.000**

**OPÍÐ HÚS** mánudaginn 1. feb. kl. 17.00-17.30

Herbergi: 5 Stærð: 239,4 m<sup>2</sup>

Glæsilegt einbýlishús á einni hæð á þessum eftirsóttu stað í Garðabæ þar sem örstutt er í skóla, leikskóla, íþróttastöðu og út í fallegt hraunið. Um er að ræða einbýlishús sem er skráð skv. F.M.R 239,4fm og þar af er innbyggður bílskúr 42,1fm. Innréttingar eru sérsmíðaðar frá Við & Við, gólfefni er flísar og eikarplankaparket. Eignin skiptist í forstofu, sjónvarpshol, stofu, borðstofu, eldhús, tvö baðherbergi, þvottahús og svefnherbergin eru fjögur. Innbyggð lýsing, stórir gluggar og falleg aðkoma með hnelluögðu bílapani og timburveröndum í garði.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

### Vatnsstígur 19

101 Reykjavík **66.800.000**

**Laus Strax**

**OPÍÐ HÚS** mánudaginn 1. feb. kl 16.30-17.00

Vinsamlegast bókið skoðun

Herbergi: 2 Stærð: 96,5 m<sup>2</sup>

Falleg og vel skipulögð tveggja herbergja, 95,4 fm íbúð á annarri hæð með einstöku útsýni á besta stað í miðbæ Reykjavíkur. Íbúðin skiptist í anddyri, alrymi með stofu og eldhúsi, svefnherbergi, baðherbergi og geymslu. Sameiginlegt þvottahús í sameign. Eigninni fylgir stæði í bílajakallara.

Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580

### Garðastræti 38

101 Reykjavík **279.000.000**

4 íbúðir ásamt bílskúr.

**BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA: 780 2700**

Herbergi: 15 Stærð: 511,7 m<sup>2</sup>

Einstakt tækifæri. Heil húseign 511,7fm með fjórum íbúðum ásamt geymslu og bílskúr. Eignin stendur á 577,5fm eignarlóð í fallegri götu í miðborginni. Eignin er að hluta til í leigu með góðum leigutekjum. Íbúð 1 er 26,5fm. Íbúð 2 er 115,3fm 5 herbergja. Íbúð 3 er 145,5fm fimm herbergja miðhæð. Íbúð 4 er 145,5fm fimm herbergja efn. hæð. Eignin fylgir einnig 21,5fm bílskúr. Upplýsingar veitir Helgi fasteignasali í gsm: 780 2700

### Hamraborg 14

200 Kópavogur **43.000.000**

**HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN Í S. 780 2700**

Herbergi: 3 Stærð: 77,7 m<sup>2</sup>

Mjög falleg 77,7fm 3 herbergja enda íbúð á 1 hæð með vestur svölum. Mjög fallegt útsýni út á sundin. Eignin skiptist í: Forstofu, eldhús, stofu, borðstofu, 2 herbergi, baðherbergi, geymslu, stæði í bilageymslu og sam.þvottahús.

Upplýsingar veitir Helgi fasteignasali í gsm: 780 2700

### Grandavegur

107 Reykjavík **64.900.000**

**OPÍÐ HÚS** þriðjudaginn 2. feb. kl. 17.30-18.00

Vinsamlegast bókið skoðun

Herbergi: 4 Stærð: 111,8 m<sup>2</sup>

Sérlega rúmgöð og falleg 4ra herbergja endaíbúð á 2. hæð í þessu vandaða fjölbýlishúsi á besta stað í Vesturbænum. Eignin er skráð samkvæmt fasteignamat ríkisins 111,8 fm, íbúðin er 104,7 fm og geymslan skráð 7.1 fm. Íbúðin skiptist í 3 rúmgöð svefnherbergi, eldhús, stofu, borðstofu, baðherbergi, geymslu og þvottahús.

Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580



# BORG

FASTEIGNASALA

# 519 5500

SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS

**Bókið skoðun**

**Stórikriki 13** **270 Mosfellsbæ**

Einbýli	6 herbergi	244,5 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Fallegt einbýli með útsýni	
<b>119 m</b>	<b>Brandur Gunnarsson 8971401</b>	

**Bókið skoðun**

**Bókhöðustigur 10** **101 Reykjavík**

Einbýli	7 herbergi	188,5 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Fallegt timburhús á þremur hæðum – sér bílastæði	
<b>105 m</b>	<b>Úlfar 7889030 og Börkur 8328844</b>	

**Bókið skoðun**

**Skúlagata 20** **101 Reykjavík**

Íbúð	3 herbergi	93 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Íbúð á 4. hæð, Suður svalir og útsýni yfir Esjuna til norðurs	
<b>58 m</b>	<b>David Ólafsson 897 1533</b>	

**Bókið skoðun**

**Neshagi 5** **107 Reykjavík**

Íbúð	3-4 herbergi	126,7 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Bílskúr og auka herbergi	
<b>63,9 m</b>	<b>Böðvar 6604777</b>	

**Bókið skoðun**

**Hringbraut 48** **101 Reykjavík**

Íbúð	5 herbergi	123,5 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Endaíbúð með mikla möguleika	
<b>54,5 m</b>	<b>Heiða Guðmundsdóttir 7791929</b>	

**Bókið skoðun**

**17. Júnitorg 1** **210 Garðabæ**

Íbúð	2 herbergi	86,2 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Lyftuhús f. 50 ára og eldri – stæði i bílageymslu	
<b>54,2 m</b>	<b>Heiða Guðmundsdóttir 7791929</b>	

**Bókið skoðun**

**Úthlíð 7** **105 Reykjavík**

Fjölbýli	3 herbergi	105,6 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Falleg íbúð með sérinngangi	
<b>52,9 m</b>	<b>Brandur Gunnarsson 8971401</b>	

**Opið hús** þriðjudaginn 2. feb. kl 17:30 – 18:00

**Eskihlíð 14A** **105 Reykjavík**

Íbúð	4 herbergi	100 m <sup>2</sup>
<b>Verð:</b>	Vel skipulögð íbúð með aukaherbergi	
<b>48,5 m</b>	<b>Böðvar 6604777</b>	

**Bókið skoðun**

**Kerengi 2** **805 Selfoss**

Lóð fyrir sumarhús		
<b>Verð:</b>	Vel staðsett lóð, tilbúin til framkvæmda	
<b>10 m</b>	<b>Sigurður Fannar 8975930 og Gunnlaugur 8446447</b>	

Íbúð A	Íbúð B	Íbúð C	Íbúð D	Íbúð E	Íbúð F	Íbúð G
<b>SELD</b>	<b>LAUS</b>	<b>LAUS</b>	<b>LAUS</b>	<b>SELD</b>	<b>SELD</b>	<b>SELD</b>
109,5m <sup>2</sup>	68,6m <sup>2</sup>	68,6m <sup>2</sup>	68,6m <sup>2</sup>	68,6m <sup>2</sup>	68,6m <sup>2</sup>	109,5m <sup>2</sup>

**HRAFNBORG 10** **190 VOGAR**

Raðhús	2-3 herbergi	68,6 - 109,5 m <sup>2</sup>	<b>Hlutdeildarlán frá HMS – Afhending sumar 2021</b>
<b>Verð frá:</b>	<b>Sigurður Fannar 8975930 og Gunnlaugur 8446447</b>		
<b>36,5 m</b>			

# Sjálfbærni og framtíð orkukerfa

KPMG á Íslandi festi nýverið kaup á ráðgjafarfyrtækinu CIRCULAR Solutions, sem hefur á stuttum tíma skipað sér í fremstu röð í ráðgjöf og þjónustu á sviði sjálfbærni og sjálfbærra fjármála.

**M**ed sameinuðum kröftum þessara tveggja, telst KPMG leiðandi fyrirtæki á Íslandi í ráðgjöf og þjónustu til orkugeirans með aukinni áherslu á sjálfbærni og sjálfbær fjármál.

Bládamadur settist niður með þeim Magnúsi Gunnari Erlendsyni, meðeiganda hjá KPMG, og Bjarna Herrera, fyrrverandi framkvæmdastjóra CIRCULAR Solutions og nú starfsmanni KPMG, og fór yfir það sem er efst á baugi þegar kemur að orkumálum, orkuskiptum og sjálfbærni.

*Margir telja að þegar tekst að koma böndum yfir COVID-19 faraldurinn muni augu heimsins beinast að orkuskiptunum sem ætlað er að minnka losun gróðurhúsalofttegunda og flýta vegferðinni að sjálfbærni. Hver er ykkar skoðun á því?*

**Bjarni:** „Orkumarkaðir heimsins hafa verið að ná vopnum sínum eftir mikla niðursveiflu sökum COVID-19. Við sjáum undiröldu breytinga í orkukerfum heimsins og ég tel að hin margumtöluðu orkuskipti muni gerast hratt á næstu árum. Samkvæmt fyrirbyggjandi spám mun oliuotkun fara minnkandi í kringum árið 2028. Frá árinu 2035 er talið að um helmingur orkunotkunar í heiminum muni koma frá endurnýjanlegum orkugjöfum. Samt sem áður verða orkuskiptin mögulega ekki nógu hröð til þess að hægt verði að ná 1,5°C markmiði Parísarsáttmálans. Fleira þarf að koma til.“

*Umræðan um orkuskipti snýst að miklu leyti um rafvæðingu en þó hafa fleiri grænir orkugjafar verið nefndir til sögunnar. Hvað teljið þið að muni verða ofan á?*

**Bjarni:** „Samkvæmt spám mun eftirspurn eftir orku í heiminum tvöfaldast milli 2020 og 2050, en á sama tíma mun orkukræfni



**Bjarni Herrera, fyrrverandi framkvæmdastjóri CIRCULAR Solutions, nú starfsmaður KPMG, og Magnús Gunnar Erlendsson, meðeigandi hjá KPMG. Fyrirtækið er leiðandi í ráðgjöf og þjónustu í orkugeiranum. MYND/GEIR ÓLAFSSON**

miðað við verga þjóðarframleiðslu minnka um 40%. Sem þýðir að bílarnir okkar og ísskápar munu nota 40% minni orku, en fjöldi þeirra mun tvöfaldast. Ljóst er að, samkvæmt spám, muni hlutfall rafmagns aukast úr 19% í 30%. Vetni mun einnig leika stórt hlutverk og líklega eiga um 40% af vextinum milli árána 2023 og 2050. Svokallað „grænt vetni“, eða það vetni sem framleitt er með endurnýjanlegu rafmagni líkt og gert er hér á landi, mun geta breytt orkulandslaginu á heimssviði.“

Bjarni bendir á að mikil þekking og reynsla Íslendinga geti nýst við þróun á endurnýjanlegri orku víða um heim. „Þetta er útflutningsvara og við getum aðstoðað erlenda aðila og flýtt þeirra vegferð í átt að sjálfbærni.“

*Ef við snúum okkur að fjármál-*

*unum – hvernig hefur það umhverfi þróast á Íslandi að undanfögnu? Umræðan um græn skuldabréf hefur verið áberandi, hvað er að gerast á því sviði?*

**Bjarni:** „Það hefur myndast markaður héraðs með sjálfbæra fjármálagerninga (græna, félagslega, bláa) en bæði Landsvirkjun og Orkuveita Reykjavíkur hafa fjármagnað sig með slíkum bréfum og sjálfbærnilánalínunum. Þá hafa Íslandsbanki og Landsbankinn gefið út sjálfbæra fjármögnunarramma þar sem þeir ætla meðal annars að lána til orkugeirans og í orkuskipti. Einnig stofnaði Arion banki fyrsta græna innlánsreikninginn sem ætlað er að fjármagna græn verkefni, meðal annars orkuskipti. Áhuginn á útgáfum slíkra fjármálagerninga og fjárfestingum í þeim fer hratt vaxandi, bæði á

Íslandi og á heimssviði. CIRCULAR hefur komið að flestum þeirra fjármálagerninga á Íslandi.“

Magnús bendir á að áhersla fjárfesta á svokallaðar UFS-fjárfestingar (umhverfismál, félagslegir þættir og stjórnaðar) hafi aukist mikið undanfögnu misseri. Við sjáum sífellt meiri áherslu á UFS í öllum ákvörðunum fyrirtækja, ekki síst í orkugeiranum. Rannsóknir hafa líka sýnt að fyrirtæki sem nálgast UFS heildstætt og út frá atvinnugeira sínum geti náð fram ýmsum ábata, svo sem aukningu í tekjum og kostnaðarhagræði, auk þess að laða að sér ábyrga fjárfesta. Slík fyrirtæki geta því mögulega átt greiðara aðgengi að fjármagni á hagstæðari kjörum með betri UFS-frammistöðu, þar sem þau eru að stýra áhættum í rekstri með markvissari hætti.

KPMG á heimssviði hefur unnið með orkufélögum eins og Vattenfall, Saudi Aramco, Shell, Chevron og fleirum. Sú vinna hefur miðað að því að horfa heildstætt á aðfangakeðju fyrirtækjanna með það meðal annars að markmiði að minnka losun gróðurhúsalofttegunda, meðal annars með breyttri innkaupastefnu. Hvatinn liggur í kostnaðarhagræðingu, sterkara vörumerki og skuldbindingu gagnvart orkuskiptum. Þegar vel tekst til er niðurstaðan traustari virðis-keðja sem stenst þær áskoranir sem loftslagsbreytingar geta haft í för með sér.

Magnús bendir jafnframt á þá staðreynd að erlendis hafi í auknum mæli verið tekið tillit til umhverfismála og sjálfbærni í arðsemisgreiningum, í tengslum við samburð á virkjanakostum. „Þannig er ekki víst að sá virkjanakostur sem kemur best út úr gamaldags arðsemisútreikningum sé sá besti. Þegar tekið er tillit til þátta eins og kostnaðar samfélagsins við óafturkræfar framkvæmdir, umhverfis- og loftslagsáhrif á framkvæmdatíma, ruðningsáhrif á aðra starfsemi og fleira þess háttar, getur virkjunarkostur sem virkar mjög arðbær við fyrstu sýn reynst mjög kostnaðarsamur. Á móti getur kostur sem virðist í fyrstu vera dýr og óhagkvæmur samkvæmt hefðbundnu mati, einmitt reynst sá álitlegasti.“

Hvað sem öðru líður er ljóst að gamlir mælikvarðar duga ekki lengur fyrir fyrirtæki til að takast á við þær áskoranir sem loftslagsbreytingar og skuldbindingar okkar í þeim málum færa okkur. Traust stefna í sjálfbærnimálum er líkleg til að gera aðfanga- og virðis-keðju þeirra traustari og þar með líkleg til að hjálpa fyrirtækjum að þrífast og dafna í nútíð og framtíð.

## Leiðin að sjálfbærni

Sjálfbærni og sjálfbær fjármál verða mikilvægur þáttur í starfsemi fyrirtækja og opinberra aðila á næstu árum. Markmiðið er að hraða vegferð Íslands að sjálfbærni og skapa þannig aukin verðmæti með bestu starfsvenjum.

Nánari upplýsingar veitir Bjarni Herrera í síma 853 0088 eða á netfangið [bhererra@kpmg.is](mailto:bhererra@kpmg.is)



# Tilbúin undir áskoranir framtíðarinnar

Á Norðurlandi eystra fer fram öflugt nýsköpunar- og þróunarstarf í gegnum sjálfbærni- og nýsköpunarverkefnið Eim. Aðstandendur þess eru bjartsýnir á framtíð nýsköpunar í orkumálum.

**E**imur er sjálfbærni- og nýsköpunarverkefni á Norðurlandi eystra, en markmið þess er að stuðla að bættri nýtingu orkuauðlinda svæðisins, að styðja við frumkvöðla og draga fram þau tækifæri svæðisins sem hafa sjálfbærni að leiðarljósi, segir Sesselja Ingibjörg Barðdal Reynisdóttir, framkvæmdastjóri Eims. „Landsvirkjun átti frumkvæðið að verkefninu en það var sett á fót árið 2016. Ég og Ottó Eliasson höfum störf hjá Eimi í september 2020 og erum ráðin til þriggja ára. Stóra markmið okkar er að auka samkeppnishæfni svæðisins, svo við séum tilbúin fyrir áskoranir framtíðarinnar.“ Bakhjarlar Eims eru orkufyrirtæki svæðisins, Landsvirkjun, Norðurorka og Orkuveita Húsavíkur, ásamt SSNE.

Á stuttum tíma hafa skipast mörg flott tækifæri að hennar sögn. „Þar má til dæmis nefna Sumarskóla Eims sem hefur skilað inn metnaðarfullum hugmyndum á svæðið, meðal annars frá erlendum nemum. Einnig má nefna Crowdthermal-verkefnið, sem er alþjóðlegt rannsóknarverkefni, styrkt gegnum Horizon 2020 rannsóknáætlun Evrópusambandsins. Markmið þess er



Ottó Eliasson, rannsókn- og þróunarstjóri, og Sesselja Ingibjörg Barðdal Reynisdóttir, framkvæmdastjóri Eims. Hlutverk Eims er að þróa hugmynd um samfélagsgróðurhús á Húsavík. FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN NIELSSON

að efla tækifæri Evrópubúa í að taka beinan þátt í þróun verkefna sem byggja á nýtingu jarðhita. Hlutverk Eims í þessu verkefni er að þróa hugmynd um samfélagsgróðurhús á Húsavík. Einnig

hafa verið haldnar nýsköpunar-samkeppnir í nýtingu jarðvarma í matvælaframleiðslu og samkeppni um nýtingu heita vatnsins úr Vaðlaheiðargöngum ásamt mörgum fleirum verkefnum.“

## Byggja öflugt samfélag frumkvöðla

Á næstu þremur árum vilja þau byggja upp öflugt samfélag frumkvöðla á svæðinu. „Við gerum það með því að vinna með ólíkum

Stóra markmið okkar er að auka samkeppnishæfni svæðisins, svo við séum tilbúin fyrir áskoranir framtíðarinnar.

aðilum og búa til vettvang og byggja upp staðbundna þekkingu á svæðinu í nýsköpun. Einnig munum við sækja þekkingu í öflugt stuðningsnet nýsköpunar af höfuðborgarsvæðinu, sem er komið töluvert lengra en við á landsbyggðinni í þessum málum. Við viljum fá þau með okkur í lið ásamt atvinnuráðgjöfum svæðisins, öðrum nýsköpunarverkefnum eins og Nýsköpun í norðri í Mývatnssveit og fleira kraftmiklu fólki.“ Einnig er stefnt á að sækja fjármagn í stóra, erlenda rannsóknasjóði og nýta það fjármagn til að koma af stað öflugum hugmyndum sem auka samkeppnishæfni svæðisins.

Hún gerir ráð fyrir mistökum á leiðinni en þannig læri þau best. „Mikilvægast er að gefast ekki upp heldur endurskoða hlutina og reyna aftur. Þótt eitthvað virki vel á höfuðborgarsvæðinu þarf það ekki að þýða sömu velgengni á Norðurlandi eða Suðurlandi. Okkur dremmir um að árið 2023 verðum við búin að byggja upp fjárhagsleg verðmæti, staðbundna þekkingu, sterkt stuðningsnet frumkvöðla, sérfræðipækkingu í návígi við auðlindirnar og hafa skapað tækifæri til að sækja fjármagn til flottra verkefna í erlenda sjóði og að hafa aukið þannig samkeppnishæfni landshlutans.“

## Mörg spennandi tækifæri

Nýsköpun í orkumálum felur í sér mörg spennandi tækifæri, að sögn Sesselju. „Hér er hreint vatn, hrein orka og mikið landsvæði. Tækifærin liggja til dæmis í matvælaframleiðslu með aðstoð hátækni og spennandi tækifæri eru fyrir hendi í framleiðslu á vetni eða metani sem orkugjafa.“ Mývatnssveit gæti orðið miðstöð jarðvarma- og eldfjallafræða í heiminum. „Þar er borhóla sem er einstök á heimsvísu, því þar var borað ofan í eldfjallakvíku á sínum tíma og hún gæti leitt af sér einstakt tækifæri fyrir vísindamenn og fræðimenn á þessum sviðum alls staðar að úr heiminum. Í Mývatni er gróskumikil þörungaflóra sem hefur mikið verið rannsökuð. Þá þekkingu má til dæmis nýta til ræktunar á þörungum og gera úr þeim öflug fæðubótarefni.“

Loftslagsmálin og umhverfismálin kalla einnig á skipandi hugsun og endurnýjanlegir orkugjafar gegna lykilhlutverki í því samhengi, að hennar sögn og möguleikarnir takmarkast bara við myndunaraflið. „Nýsköpun á landsbyggðinni á heilmikið inni og er nýsköpun í sjálfbærni með nýtingu þeirra auðlinda sem hér er að finna, tækifæri sem við getum og ættum að grípa. Við viljum byggja ofan á það sem við höfum og finna tækifærin í því. Við erum bjartsýn á framtíð nýsköpunar í orkumálum og mjög spennt að takast á við nýjar áskoranir.“

## Smávirkjanir

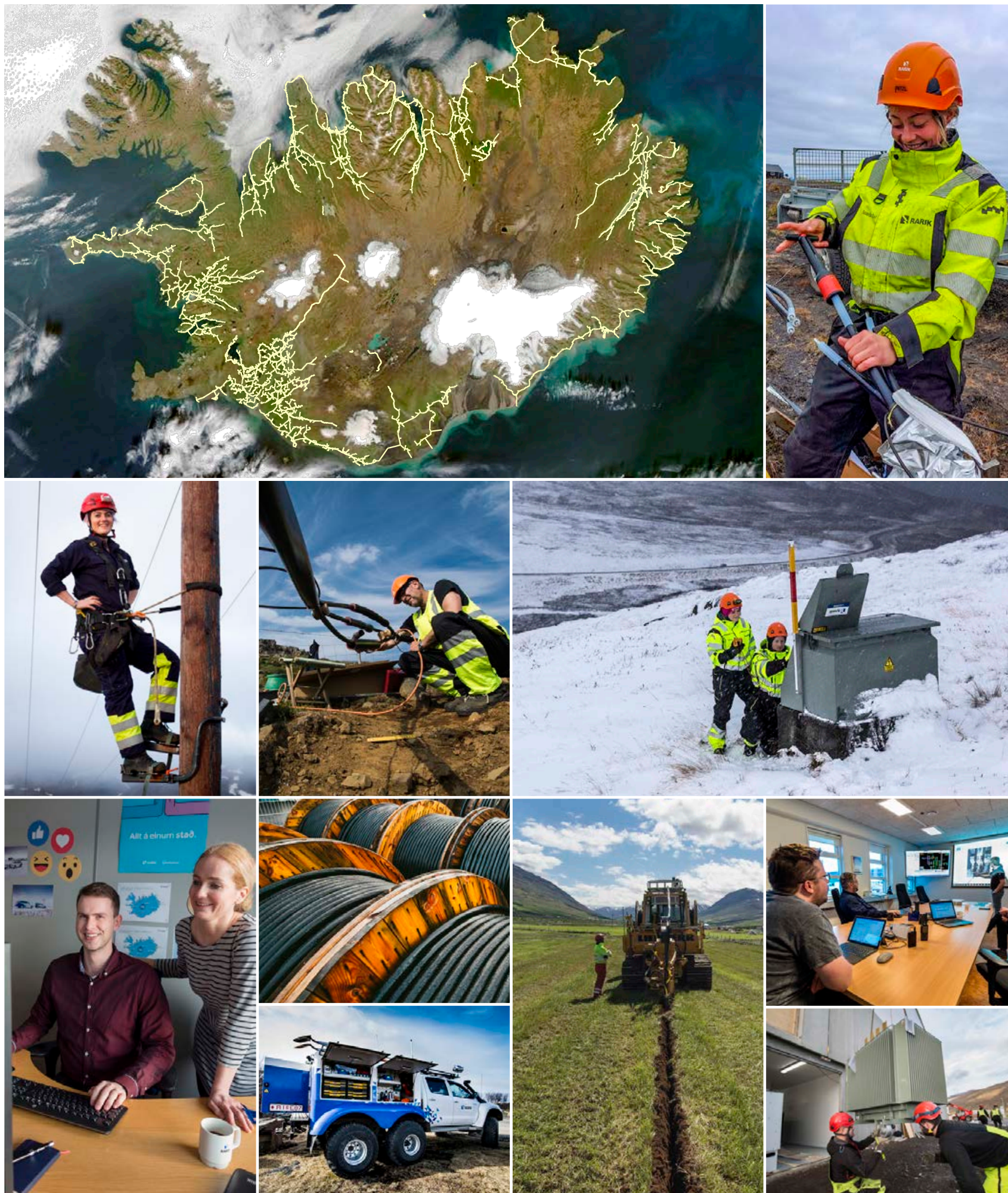
Mannvit veitir víðtæka þjónustu vegna forathugana, áætlanagerðar og undirbúnings smávirkjana. Þjónustan innifelur undirbúningsrannsóknir, vatnamælingar, hönnunarvinnu og mat á umhverfisáhrifum þar sem við á. Einnig veitum við þjónustu á sviði veituhönnunar og bortækni til jarðhitanytingar.



MANNVIT

www.mannvit.is

# Getur þú hugsað þér daglegt líf án rafmagns?



Í tæknivæddu samfélagi nútímans er erfitt að hugsa sér daglegt líf án rafmagns, svo samofið er það öllu sem við tökum okkur fyrir hendur. RARIK rekur umfangsmesta rafdreifikerfi á Íslandi sem nær til 90% af sveitum landsins og til 44 þéttbýliskjarna. Lengd dreifikerfisins er 9.000 km og þar af eru 67% jarðstrengir.

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



# Hitað með hamborgurum og súkkulaði

Í leit að lausnum á orkuvanda heimsins velta vísindamenn, tæknifræðingar og arkitektar æ meira fyrir sér hvernig megi nýta líkamshita manna til húshitunar og jafnvel til að knýja smærri raftæki.

Brynhildur Björnsdóttir  
brynhildur@frettabladid.is



**Þ**að er þekkt, vísindaleg staðreynd að orka eyðist ekki heldur umbreytist. Og það er ekki síður þekkt að manneskur gefa frá sér hita við daglegar athafnir, eins og að ganga, hlaupa og fara í búðina. Sænskir vísindamenn fundu árið 2011 aðferð til að nýta þennan mannhitu til að draga úr brennslu á kolefnaeldsneyti við hitun bygginga og hún hefur verið tekin í notkun um allan heim.

Sjö hæða bygging í hjarta Parísar hefur til að mynda verið hituð með daglegu amstri fólks sem á leið um neðanjarðarlestarstöð skammt frá. Hitinn í göngunum sem neðanjarðarlestir fara um er að meðaltali tíu gráðum hærri en ofanjarðar og stór hluti af þessum hita kemur frá fólkinu sem ferðast með lestunum, sem auðvitað búa líka til hita með ferðum sínum. Þetta loft er dregið gegnum síu sem breytir því í heitt vatn, sem síðan sér húsinu við hliðina fyrir rúmum þriðjungi af þeirri húshitun sem íbúðirnar tuttu og verslunarrekstur á jarðhæð þarfnast. Þar sem húshitun er einn stærsti orsakavaldur brennslu óumhverfsvænna orkugjafa má



Risaverslunarmiðstöðin Mall of America í Minnesota í Bandaríkjunum er hituð upp eingöngu með líkamshita starfsfólks og viðskiptavina og hitanum frá þúsundum rafljósa sem þar brenna allan sólarhringinn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

segja að það að breyta súkkulaði og orkudrykkjum í nýtanlega orku með mannlegum millistykjum sé mikilvægt framfaraskref einkum þar sem þessi orka er ekki nýtt á hagkvæman hátt að öðru leyti nema að sjálfsgöðu af hverjum og einum til viðurværis.

Lestarsstöðvar hafa reynt

gjöfull akur þegar kemur að því að endurnýta mannorku, þar kemur fjöldi fólks saman undir einu þaki og hreyfir sig yfirleitt hratt, sem hækkar hitastig loftsins sem síðan má breyta í heitt vatn. Á aðalbrautarstöðinni í Stokkhólmi er áætlað að um 250.000 manns fari um daglega og orkan sem þetta

fólk framleiðir er nýtt til að hita að hluta 17 hæða íbúðabyggingu skammt frá. Þar er sjór notaður til að kæla loftræstikerfi lestarstöðvarinnar og hitnar við það og sá sjór svo notaður til að hita íbúðarhúsið ásamt öðrum endurnýjanlegum orkugjöfum eins og völdum garðaúrangi.

En önnur kafinn mannfjölda er ekki aðeins að finna á lestarstöðvum. Risaverslunarmiðstöðin Mall of America í Minnesota í Bandaríkjunum, sem mörgum Íslendingum er að góðu kunn úr verslunarferðum fyrri ára, var byggð án hitakerfis árið 1991, sem má teljast frekar djörf ákvörðun þar sem hitastig fer niður í mínus 15°C í dæmigerðum janúarmánuði. Þess í stað nýtir húsnæðið nægan hita frá líkama þeirra 110.000 gesta sem eiga þar leið um daglega, auk sólarhita frá stórum loftgluggum og þúsundum rafmagnsljósa til að halda hitastiginu þægilegu allan veturinn.

Þá hefur sex hæða spítali í Frankfurt í Þýskalandi, Klinikum Frankfurt Höchst, einnig beitt svipuðum aðferðum, með því meðal annars að nota þrefalt gler sem kemur í veg fyrir að hiti yfirgefi bygginguna.

Að hita hús með hlýjunni frá lifandi mannlíkómum eingöngu er þó ekki raunhæfur möguleiki enn sem komið er. En það er sannarlega jákvæð tilhugsun að maturinn sem við borðum og hreyfingin sem við stundum geti, þegar fram líða stundir, orðið til þess að halda á okkur hita í fleiri en einum skilningi og jafnvel öðrum líka.

Heimild: BBC.

## Mikilvægt að sýna gott fordæmi

Í kjölfar þess að Orkusalan hóf að kolefnisjafna rekstur og vinnslu raforku hefur fyrirtækið einblínt í meira mæli á ýmis græn verkefni, meðal annars í samvinnu við sveitarfélög landsins.

**O**rkusalan er eina orkufyrirtækið hér á landi sem er búið að kolefnisjafna bæði rekstur og vinnslu raforku, sem gerir það að eina kolefnishlutlausu orkufyrirtæki landsins. Fyrir vikið hefur fyrirtækið einblínt æ meira á ýmis græn verkefni á undanförunum árum en starfsemi þess snýst fyrst og fremst um að framleiða og selja rafmagn til fyrirtækja og heimila, að sögn Höllu Marinós-dóttur, umhverfisstjóra Orkusölnunnar.

„Hugmyndin að grænu verkefnunum kom til vegna markmiða okkar í umhverfismálum. Eitt árið gáfum við öllum sveitarfélögum landsins hleðslustöðvar, en þar vildum við taka þátt í að auka aðgengi rafbilaeigenda að hleðslustöðvum um allt land. Við höfum einnig gefið grænar greinar Orkusölnunnar, en þá fóru orkuráðgjafar okkar um landið og afhentu öllum sveitarfélögum landsins plöntur til gróðursetningar. Verkefnið var mjög skemmtilegt og gefandi þar sem leikskólar, vinnuflokkar og sveitarstjórar tóku þátt í þessu með okkur.“

Orkusalan gróðursetti síðan í kjölfarið til jafns á við sveitarfélögin í skógi sínum við Skeiðsfossvirkjun en Halla segir bæði þessi verkefni hafa verið hugsuð til vitundarvakningar og skemmtunar og að stefnt sé að því að halda þau árlega.

### Setja sér háleit markmið

Halla segir Orkusölnuna setja sér háleit markmið þegar kemur að umhverfismálum. „Við erum eina orkufyrirtækið á almennum markaði sem kolefnisjafnar eigin vinnslu og því er kolefnis-



Halla Marinós-dóttir, umhverfisstjóri Orkusölnunnar, segir að hugmyndin að grænu verkefnunum hafi komið til vegna markmiða í umhverfismálum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

spor raforkunnar með tilliti til bindingar ekkert. Allur rekstur Orkusölnunnar hefur frá upphafi verið kolefnisjafnaður með eigin skógrækt, en við ákváðum að taka stærra skref og kolefnisjafna einnig alla vinnslu frá eigin virkjunum.“

Hún segir vinnslu á rafmagni valda mismikilli losun, en öll vinnsla fyrirtækisins komi frá vatnsaflsvirkjunum sem eru með losun í lágmarki miðað við aðrar

vinnsluáðferðir. „Þar sem skógurinn okkar bindur alla losun sem hlýst af rekstri Orkusölnunnar og umfram það, þá nýtum við þá umfram bindingu til að jafna hluta af eigin vinnslu.“

Orkusalan mun á hverju ári kolefnisjafna alla losun gróðurhúsalofttegunda, bæði vegna reksturs fyrirtækisins og vinnslu orkunnar. „Okkur finnst mikilvægt að orkufyrirtækin sýni fordæmi þegar kemur að

umhverfismálum óháð stærð og umgjörð.“

### Orkugeirinn stefnir hátt

Það eru mörg spennandi verkefni fram undan hjá Orkusölnunni og koma þar virkjanakostir fyrst upp í hugann, segir Halla. „Við stefnum að sjálfsgöðu á áframhaldandi rannsóknir á endurnýjanlegum virkjanakostum, bæði nýjum og gömlum.“

Orkugeirinn í heild sinni stefnir

hátt þegar kemur að umhverfismálum og hafa margir gefið út þá yfirlýsingu að ná kolefnishlutleysi á næstu árum. Við ætlum okkur að halda áfram að vera kolefnishlutlaus og á sama tíma að reyna að draga úr losun okkar eins og unnt er.“ Hún segir að fyrirtækið eigi eftir að mæta mörgum áskorunum sem ekki séu alltaf fyrirsjáanlegar. „Við hlökkum til að takast á við þær, og afgreiða með stæl eins og við höfum alltaf gert.“



# Fjölmarginir gífurlega spennandi smávirkjanakostir á Vestfjörðum

Verkfræðistofan Verkís vann yfirgripsmikla skýrslu síðastliðið vor, um frumúttekt á smávirkjanakostum á Vestfjörðum. Þeir Jóhann Birkir Helgason og Unnar Númi Almarsson hjá Verkís unnu skýrsluna fyrir Vestfjarðastofu og hafa bent á 18 hagkvæma og spennandi smávirkjanakosti.

Áð sögn Unnars og Jóhanns eru flestar ár á Vestfjörðum svokallaðar dragár með missterkum lindaréinkennum. Þannig er bæði hitastig og rennsli í ánum sveiflukennt, en vegna lindaréinkenna sýna þær þó sumar fram á ákveðinn stöðugleika í rennsli sem gerir þær að fýsilegri virkjanakostum. „Hvatinn að gerð skýrslunnar var þá að finna og skilgreina hagkvæma kosti fyrir smávirkjanir á Vestfjörðum,“ segir Jóhann.

## Afhendingaröryggi ábótavant

Um 60 prósent af raforkuþörf Vestfjarða koma af svæðinu sjálfu. „Hin 40 prósentin koma um flutningskerfið frá öðrum virkjunum á landinu. Afhendingaröryggi á raforku á Vestfjörðum hefur ekki verið fullnægjandi um árabil. Með tilkomu 10,8 MW disilvaraafstöðvar Landsnets í Bolungarvík, sem var formlega tekin í notkun árið 2015 og er eingöngu keyrð við sérstakar aðstæður, hefur afhendingaröryggi á rafmagni aukist töluvert á norðanverðum Vestfjörðum. Það getur þó ekki talist algert,“ segir Jóhann og Unnar bætir við að svo megi alveg búast við aukinni eftirspurn eftir orku á Vestfjörðum vegna aukinna umsvifa, svo sem kalkþörungavinnslu, fiskeldis og ferðapjónustu.

## Aukin eftirspurn krefst meiri orku

Í skýrslunni mátu Jóhann og Unnar 68 mögulega smávirkjanakosti á Vestfjörðum. Úttektin er langt í frá tæmandi, en þeir kostir sem voru skoðaðir voru fundnir með kerfisbundinni yfirferð loftmynda, korta og landlíkana. „Útkoman er sú að 18 þessara kosta teljist vera hagkvæmir. Eftir að hafa staðsett þá kosti sem við vildum skoða útfærðum við þá nánar. Við ákvörðunum hentuga tilhögun, fundum stiflustræði, skoduðum mögulega legu vatnsvega og hentugt stöðvarhússtæði. Þá máttum við uppsett afl og orkuframleiðslu kostanna út frá orkulíkani og svo var kostnaður við hverja virkjun fyrir sig metinn með kostnaðarlíkani. Þannig fékkst mat á hagkvæmni kostanna. Þar sem um samræmda aðferðafræði var að ræða voru þeir vel samanburðarhæfir. Ef farið væri í allar þessar 18 smávirkjanir, sem við gerum ekki endilega ráð fyrir að verði gert, myndi uppsett afl þeirra til samans vera um 43 MW,“ segir Unnar. Þá bendir Jóhann á að til samanburðar muni kalkþörungaverksmiðja sem áformað er að rísi í Súðavík krefjast um 10 MW, sem er fjórðungur af orku úr öllum þessum kostum. „Fleiri virkjanir og aukin raforkuframleiðsla myndu bæta ástandið á svæðinu, en í tilfelli iðnaðar á svæðinu getur verið sérlega óheppilegt að verða fyrir rafmagnsleysi,“ segir Jóhann.

„Það má bæta við að einn af þeim kostum sem við máttum í skýrslunni sem mögulega hagkvæman virðist mega flokka sem hagkvæman. Um var að ræða Hólsárvirkjun í Tálknafirði, en nýjar mælingar á rennsli árinna á vegum Tálknafjarðarhræpps sýndu að rennislislangæi var talsvert hagstæðara til virkjanareksturs en okkar forsendur höfðu gert ráð



Hér má sjá 1 MW smávirkjunina í Tungudal í Skutulsfirði sem Verkís tók þátt í að hanna. MYND/ADSEND



Unnar Númi Almarsson hjá Verkís



Jóhann Birkir Helgason hjá Verkís

fyrir. Því voru hæg heimatökin að uppfæra okkar forsendur þegar rennislismælingar frá hreppnum lágu fyrir. Frá því við gáfum út skýrsluna hafa um fimm kostir verið skoðaðir nánar, nokkrir kostir hafa reynst hagkvæmari en við máttum, á meðan aðrir hafa reynst óhagkvæmari. Við hvetjum því landeigendur og aðra áhugasama til að kynna sér efni skýrslunnar og hafa samband ef þeir hafa uppi hugmyndir um álitlega virkjanakosti sem þeir vilja láta kanna nánar,“ segir Unnar.

## Heimarafstöðvar

Löng hefð er fyrir heimarafstöðvum á Íslandi og þar eru Vestfirðir engin undantekning. „Á fyrri hluta síðustu aldar voru víða byggðar litlar heimarafstöðvar, með virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW. Þó svo að rafbúnaður til búrekstrar og heimilislífráðist hratt var ekki búð að virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW. Þó svo að rafbúnaður til búrekstrar og heimilislífráðist hratt var ekki búð að virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW. Þó svo að rafbúnaður til búrekstrar og heimilislífráðist hratt var ekki búð að virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW. Þó svo að rafbúnaður til búrekstrar og heimilislífráðist hratt var ekki búð að virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW. Þó svo að rafbúnaður til búrekstrar og heimilislífráðist hratt var ekki búð að virkjun vatnsafls, flestar um eða undir 30 kW.“



Hagkvæmniflokkun	Fjöldi kosta	Uppsett afl samtals (MW)	Orkuframleiðsla samtals (GWh/a)
Hagkvæmt	18	43	202
Mögulega hagkvæmt	15	17	82
Líklega óhagkvæmt	15	12	57
Óhagkvæmt	20	7	38
Samtals	68	79	378

## Hagkvæmniflokkun, fjöldi kosta, samanlagt afl og orkuframleiðsla.

heima og/eda selja inn á kerfið,“ segir Unnar.

## Þrjú flokkar vatnsaflsvirkjana

Þegar kemur að vatnsaflsvirkjunum skiptast þær upp í þrjú flokka, út frá uppsettu afli. „Oft er rætt um smávirkjanir sem þær virkjanir sem hafa uppsett afl undir 10 MW. Þær sem eru stærri og hafa 10 MW uppsett afl og meira fara sjálfkrafa í rammaáætlun og eru háðar mati á umhverfisáhrifum. En þeim minni má skipta upp í tvo flokka, ekki síst þegar kemur að leyfismálum. Þá eru smávirkjanir sem framleiða frá 200 kW upp í 10 MW, en það eru þær sem fjallað er um í skýrslunni. Þær virkjanir falla undir B-flokk og eru tilkynningarskyldar til Skipulagsstofnunar

„Fleiri virkjanir og aukin raforkuframleiðsla myndu bæta ástandið á svæðinu.“

og kunna að vera háðar mati á umhverfisáhrifum. Svo eru það minni virkjanir, með uppsett afl undir 200 kW, þær falla í C-flokk og eru tilkynningarskyldar til sveitarfélags og kunna að vera tilkynningarskyldar til Skipulagsstofnunar ef þeim fylgja til dæmis framkvæmdir á verndarsvæðum. Þó er óalengt að leyfum fyrir þesslags virkjanakostum sé hafnað, nema um verndarsvæði sé að ræða eða annað slíkt,“ segir Jóhann.

## Umfangsmikið ferli

Að sögn Unnars eiga landeigendur í flestum tilvikum vatnsréttindi á sínum landsvæðum. Þá segir hann að ýmis vinna þurfi að fara í gang samhliða skoðun á hverjum smávirkjanakosti fyrir sig. „Þetta byrjar allt á hugmynd. Landeigendur, bændur og staðkunnugir hafa oft góða þekkingu á staðhátum og fá góðar hugmyndir að nýtingu auðlinda á landi sínu. Það er þó að mörgu að hyggja. Frumúttekt á virkjanakostum er einungis fyrsta skrefið. Í framhaldinu þarf að vinna forathugun sem leiðir til nákvæmara hagkvæmnimats. Þá er tilhögun virkjunarinnar útfærð nánar og allar forsendur metnar líkt og tiltæk gögn gefa kost á. Ef kosturinn sýnist hagkvæmur tekur við leyfis- og skipulagsferli samhliða frekari öflun gagna, svo sem rennislismælingum sem gott er að standi í sem lengstan tíma. Það þarf að sækja um ýmis leyfi, ganga frá samningum og huga að umhverfis- og skipulagsmálum. Því getur ferlið frá hugmynd að veruleika tekið mörg ár.“

Nauðsynleg skref í þróun smávirkjanakosta:

- Forathugun sem leiðir til hagkvæmnimats
- Samningar um vatnsréttindi
- Undirbúningsrannsóknir (mælingar á rennsli, könnun jarðlaga og jarðefna, greining vatnasviða)
- Hönnun virkjunar og innkaup búnaðar
- Tenging við dreifiveitur, samningamál
- Framkvæmd og gangsetning

Einnig þarf að huga að leyfismálum en þau eru fjölmörg:

- Aðalskipulag
- Tilkynning til skipulagsstofnunar
- Deiliskipulag
- Rannsóknaleyfi
- Virkjanaleyfi
- Framkvæmda- og byggingarleyfi

## Verkís veitir ráðgjöf og þjónustu á öllum stigum ferlisins

Verkís hefur tekið þátt í hönnun flestra virkjana á Íslandi og hefur einnig komið á verkefnum á sviði endurnýjanlegrar orku víða um heim. Verkefni spanna bilið allt frá 1 MW Tungudalsvirkjun í Skutulsfirði að 100 MW Búrfellsvirkjun II svo dæmi séu tekin. „Við hjá Verkís gerum út á að geta sinnt verkkaupum frá upphafi til enda í hlvivetna. Þá erum við með sérfræðinga á okkar snærum á öllum sviðum, og meðal annars þegar kemur að frekari skoðun á hagkvæmni virkjunarkosta, hönnun mannvirkja, kaupum á búnaði og umhverfis- og skipulagsmálum. Þá erum við til aðstoðar við allt ferlið, allt frá hugmynd, til reksturs og viðhalds,“ segir Jóhann.

„Við byrjuðum að vinna skýrsluna í febrúar 2020 og hún kom út í apríl tveimur mánuðum síðar. Við gerum ráð fyrir að Vestfjarðastofa muni nú í framhaldinu kynna skýrsluna enn betur fyrir íbúum og landeigendum á Vestfjörðum. En þar sem skýrslan kom út í byrjun faraldursins hefur ekki enn gefist gott tækifæri til að halda fund um útkomuna,“ segir Jóhann að lokum.



Glæsileg, rauð rafmagnsmöstur á Hellisheiði. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

## Uppruni hreinnar íslenskrar orku

Víð vitum það flest að orkan sem framleidd er á Íslandi kemur úr jarðvarma- og vatnsfallsvirkjunum sem teljast til endurnýjanlegra orkuauðlinda. Nánar tiltekið fara 99,9% af raforkuframleiðslu á markaði á Íslandi fram með endurnýjanlegum orkugjöfum. Þá hefur Evrópusambandið skilgreint endurnýjanlega orkugjafa sem vindorku, sólarorku, jarðvarma, sjávaröldur, sjávarfallaorku, vatnsafl og lífmassa.

Tilkoma útflutnings upprunaábyrgða og skráningarskyldu má segja að hafi umbreytt uppruna raforku á Íslandi. Með því að kaupa upprunaábyrgðir endurnýjanlegrar raforku er orkuframleiðanda, sem framleiðir raforku með til dæmis olíu eða kolum, heimilt að selja viðskiptavinum sínum raforkuframleiðslu sína sem orku framleidda með endurnýjanlegum hætti. Er svo komið að samkvæmt Orkustofnun kom einungis 9% upprunaraforku á Íslandi frá endurnýjanlegum orkugjöfum árið 2019.

Heimild: Skiptir upprunaábyrgð raforku á Íslandi máli? Lokaritgerð Fríðar Birnu Stefánsdóttur til BS í viðskiptafræði 2019.



Jarðhitaskólinn hefur starfað í yfir 40 ár, nú undir regnhlíf UNESCO.

## Jarðhitaskólinn

Jarðhitaskólinn er rekinn á Orkustofnun. Þann 1. janúar 2020 tengdist Jarðhitaskólinn, ásamt Sjávarútvegs-, Landgræðslu- og Jafnréttisskólunum Menningarmálastofnun Sameinuðu þjóðanna, UNESCO, í gegnum GRÓ – Þekkingarmiðstöð þróunarsamvinnu Íslands (International Centre for Capacity Development) en það er ný miðstöð sem sett hefur verið á stofn.

Skólarnir fjórir voru áður undir hatti Háskóla Sameinuðu þjóðanna hér á landi, en vegna áherslubreytinga innan hans var ákveðið að skólarnir myndu starfa undir regnhlíf UNESCO þess í stað.

- Hlutverk skólans er að veita ungum sérfræðingum frá þróunarlöndum sérhæfða þjálfun í rannsóknum og nýtingu jarðhita.
- Skólinn er mikilvægur þáttur í þróunaraðstoð Íslendinga.
- Á yfir 40 ára starfsferli sínum, hefur skólinn útskrifað meira en 700 nema.
- Kennarar koma frá ÍSOR, Háskóla Íslands, Háskólanum í Reykjavík, orkufyrirtækjum og verkfræðistofum, auk Orkustofnunar.

Heimild: [orkustofnun.is](http://orkustofnun.is)

# Virkjun í yfir 100 ár

Vatnsafl hefur verið nýtt á ýmsan hátt í gegnum aldirnar en undir lok 19. aldar varð rafallinn til og þá varð mögulegt að nýta það til rafmagnsframleiðslu.

Fyrsta vatnsaflsvirkjunin á Íslandi var byggð árið 1904 þegar Hamarskotslækur í Hafnarfirði var virkjaður af Jóhannesi Reykdal. Virkjunin sá fimmtán húsum og fjórum götuljósnum fyrir rafmagn.

Ellíðaárnar voru virkjaðar á árunum 1921-1933 og á árunum eftir seinni heimsstyrjöld jókst raforkunotkun mikið og fjölmargar heimarafstöðvar voru byggðar. Árið 1950

var búið að reisa 530 smávirkanir um allt land, en fyrsta virkjunin til að framleiða 10 MW var Írafossvirkjun árið 1953.

Landsvirkjun var svo stofnuð árið 1965 og þá hófst markaðssetning á raforku. Í kjölfarið risu nokkrar stórar vatnsaflsvirkjanir, en sú fyrsta til að ná 200 MW var Búrfellsvirkjun árið 1969. Árið 2007 varð Kárahnjúkavirkjun stærsta vatnsaflsvirkjun landsins, en hún framleiðir 650 MW. Samkvæmt Orkustofnun komu um 70% af allri raforku á Íslandi frá vatnsaflsvirkjunum árið 2018.



Rafmagnsframleiðsla við Kárahnjúkavirkjun, stærstu vatnsaflsvirkjun landsins. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



# Góð yfirsýn yfir reksturinn

Með nýjum rafrænum lausnum sjáum við um bókhald þitt á einfaldan og öruggan hátt meðan þú sinnir rekstrinum og hefur góða yfirsýn yfir stöðuna.

Taktu skrefið inn í framtíðina með okkur, útvistaðu bókhaldinu og njóttu þess að hafa meiri tíma fyrir þig.

Bókhald / Laun / Skattur / Ráðgjöf

PwC | Sími 550 5300 | [www.pwc.is](http://www.pwc.is)

PwC á Íslandi er framsækið og traust fyrirtæki sem veitir sérfræðisþjónustu á sviði fyrirtækja- skatta- og lögfræðiráðgjafar, endurskoðunar og reikningsskila. Fyrirtækið er íslenskt og er hluti af alþjóðlegu neti sjálfstæðra fyrirtækja sem aðstoðar viðskiptavini sína við að auka verðmæti, stjórna áhættu og bæta árangur sinn.

Reykjavík | Akureyri | Reykjanesbær | Húsavík | Selfoss | Hvolsvöllur | Vestmannaeyjar



# ÚTSALAN ER HAFIN



**icebreaker**

**30-50%**  
afsláttur

Einnig fáanleg í barna-  
stærðum



**OSPREY**

## OSPREY BAKPOKAR

Hágæða bakpokar  
Eitt mesta úrval landsins!

Klifurbakpokar  
Leiðsögumannabakpokar  
Fjallgöngubakpokar • Dufflar  
Krakkabakpokar • Fjallaskíðabakpokar  
Hjólabakpokar • Ferðatöskur

**30-50%**  
afsláttur



**sherpa**  
ADVENTURE GEAR

**30-50%**  
afsláttur



**FERRINO**

**30%**  
afsláttur



**30-50%**  
afsláttur



**KEEN**

GÖNGUSKÓR  
OG SANDALAR

**20-50%**  
afsláttur

**PeakPerformance**

ALLAR **singling rock** OG **GRIVEL** VÖRUR  
MEÐ GÓÐUM AFSLÆTTI

**GG SPORT**



Í vefverslun okkar á [ggsport.is](http://ggsport.is) má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!

@ggsport.is @gg\_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • [ggsport.is](http://ggsport.is)  
Opnunartími: Föstudagur: 10:30-18. Laugardagur: 11-18. Sunnudagur: 12-16

# Hafragrautur með hindberjamauki

Systurnar Guðrún og Jóhanna Kristjánsdætur eiga og reka heilsuhofið Systrasamlagið á Óðinsgötu 1 í hjarta borgarinnar. Það er bæði kaffihús og smávöruverslun sem nærir bæði hjarta og sál.

## Matarást Sjafnar

Sjöfn Þórðardóttir sjofn@torg.is



Hjá Systrasamlaginu er matur og munúð í forgrunni þar sem ástríðan fyrir lífrænu og hollu góðgæti er í hávegum höfð. Þær systur vita fært þetta en að njóta sælkeramatar sem gefur góða orku og gleður bæði auga og sál. „Við systur aðhyllumst báðar hreint sælkeramataræði. Við borðum mikið grænmeti, baunir og korn. Fiskur kemur við sögu 1 til 2 sinnum í viku og lamb af og til. Ætli við flokkumst ekki sem „sælkerætur“. Við erum báðar mikið fyrir næringarrikan mat með andlegri orku. Því það skiptir okkur líka miklu máli að vita hvaðan maturinn kemur.“

### Vinsælast á seðlinum

Við fengum systurnar hjá Systrasamlaginu til að deila með lesendum uppskriftinni að því vinsælasta á matseðlinum og hvernig hefðbundinn dagur lítur út. „Að fenginni reynslu höfum við þróað okkar vinsæla kaffihúsa-

seðil. Við leikum okkur mest með drykki, þeytinga, súpur og grauta og stillum okkur gjarnan inn á árstíðir og þau gæðahræfni sem í boði eru hverju sinni. Til að mynda er súpan okkar gjarnan bundin við það sem við fáum lífrænt hverju sinni. Til dæmis þegar íslensku Hæðarendagúlæturnar koma á haustin eða þegar graskerstíminn stendur yfir, notum við það í alls konar galdrasúpur. Við hugsum það sama fyrir okkur og Systrasamlagið sem má lýsa svona: „Matur sem gefur og nærir en ekki matur sem tekur og særir.“ Flest er lífrænt, sumt glútenlaust, margt vegan en ekkert bragðlaust. Til að eiga góðan og orkuríkan dag í vændum er hafragrauturinn efst á baugi en líka góður cacaoóbolli. Þá er maður vel nærður vel fram eftir degi.“

### Hafragrautur með chia og acaiskál

Aðspurð segir Guðrún að þeim finnist skipta miklu máli hvað þær borði, þegar kemur að því að huga að orku og úthaldi. „Okkur finnst mikilvægt að hafa kolvetni, próteín og trefjar. Flest er líka lífrænt og við verslum gjarnan við líttu aðilana.“ Góður dagur hjá Guðrúnu byrjar gjarnan á hafragraut með chiafræjum og fleira góðgæti, en Jóhanna kýs heldur



Jóhanna og Guðrún Kristjánsdætur reka Systrasamlagið. Þær leggja áherslu á hollustuvörur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

“Matur sem gefur og nærir en ekki matur sem tekur og særir.“ Flest er lífrænt, sumt glútenlaust, margt vegan en ekkert bragðlaust.

djúsi acaiskál. „Við erum nefnilega ólíkar en um leið góð blanda. Svo er það annaðhvort cacaoóbolli og/ eða góður kaffibolli.“

### Rétti tíminn til að hreinsa líkamann og andann

Systurnar Guðrún og Jóhanna segjast ávallt breyta mataræðinu í upphafi árs eftir að hafa lifað í vel-lystingum eftir hátíðarnar. „Maður er oft búinn að borða yfir sig í desember, sem er svo sem alveg í finu lagi með flest nema of mikil sætindi. Þá er gott að fara aftur inn á beinu brautina. En svo finnst okkur þetta að taka góða hreinsun í mars/apríl. Nær páskum eins og flestar menningarþjóðir gera. Þá er rétti tíminn fyrir líkamann að hreinsa enda árangurinn magnaður. Við erum jú hluti af náttúrunni. Bæði í kínversku lækisfræðinni og indversku lífsvísindunum er talað um að vorið sér tími hreinsunar. Við mælum sannarlega með hreinsinámskeiði með Heiðu Björk og okkur systur, sem haldið verður um miðjan mars og má skoða betur á systrasamlagid.is.“

### Hefðbundinn matseðill

En hvernig lítur hefðbundinn dagur út hjá ykkur þegar kemur að því að ræða saman matseðli fyrir daginn?

„Hafragrautur og alls kyns skálar, súrdeigssamlukur eða grænn, bleikur eða súkkulaði-brúnn súperþeytingur í morgunmat eða hádegismat, er alltaf vinsælt í Systrasamlaginu. Síðan eru það allir okkar undursamlega hollu jurtalettédrykkir á Boðefnabarnum. Við bætum gjarnan við íslenskum ofurjurtum en þó aldrei á kostnað bragðsins. Í hádeginu bjóðum við upp á lífrænar grænmetissúpur og eðal samlokur. Síðdegis mæta margir til að eiga



Hafragrautur með ristudu bókhveitikorni og hindberjamauki.

slakandi stund í Systrasamlaginu og njóta þess að fá sér ljúfa kökusneið, eða annað góðgæti úr gæðahræfni og drykk með.“

### Hafragrautur með ristudu bókhveitikorni og hindberjamauki

- 1 bolli góðir, glútenlausir, lífrænar hafrar
- 1 bolli vatn
- 1 bolli möndlurismjólk salt
- Vanilla á hnífsoðni
- ½ tsk. kanill
- 1 tsk. saxaður engifer

Sjóðið grautinn við vægan hita, eins og sagt er til um á umbúðum. Bætið við meiri vökva ef með þarf.

### Bókhveitikorn

Ristið bókhveitikornið þar til það hefur tekið gullinn lit. Það er hægt að gera á pönnu við háan hita eða í ofni við vægari hita. Ristið góðan slatta og eigið tilbúið í krukku. Punkturinn yfir i-ið er gott heimgert hindberjamauk.

### Hindberjamauk

- 1 bolli hindber, frosin eða fersk.
- 1 til 2 msk. maple eða kókossykur
- ½ tsk. chia-fræ



Krækiberjacacaó, hollur drykkur og nærandi hjá Systrasamlaginu.

Hitið berin í potti ásamt sætunni við vægan hita, þar til þau verða að mauki. Takið af hellunni. Bætið við 1 tsk. af chia-fræjum. Hrærið vel í. Chia-fræin eru frábær til að þykkja sultur. Setjið 1 til 2 msk. út á grautinn. Eigið helst alltaf í isskápnunum því hún er frábær á flest.

### Krækiberjacacaó

- 20 g gott cacao frá Gvatemala (við mælum með frá Firefly sem er einstaklega mjúkt).
- 1 tsk. íslenskt krækiberjaduft frá Íslenskri hollustu
- 120 ml létt kókosmjólk

Blandið og hitið að suðu, en þó alls ekki of mikið. Gefið ykkur frekar tíma til að hræra vel í uns bollinn verður silkimjúkur. Kakó er frábært veganesti út í daginn. Því það er uppfyllt af magnesíum og alls konar hjartastyrkjandi og -opnandi snefilefnum.

Systurnar vilja gjarnan nota tækifærið og nefna að um leið og allt kemst í eðlilegt horf opni þær á ný fyrir morgunhugleiðslu í Systrasamlaginu á miðvikudögum. Það hefur skapast einstök stemning í kringum þá stund undanfarin þrjú ár. Í millitíðinni er hægt að hugleiða með Thelmu Björk í beinni á Facebook-síðu Systrasamlagsins alla miðvikudaga klukkan 9.30.

## Náttúruleg & öflug blanda frá ICEHERBS



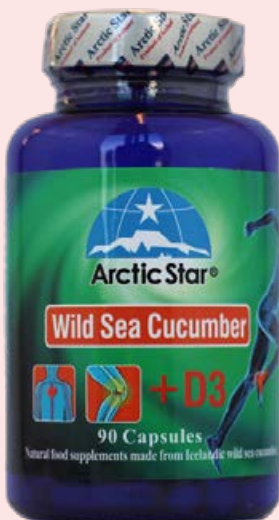
Hamingjusöm & heilbrigð melting

Vöðvaslakandi & gott fyrir liði og bein

ICEHERBS  
NATURAL SUPPLEMENTS

## SÆBJÚGNAHYLKI +D3 FYRIR HEILSUNA

Arctic Star sæbjúgnahylki+D3 innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum og eru þekkt fyrir:



- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjós og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húð- próteins og insúlíns
- Stuðla að eðlilegri upptöku kalsíums og fosfórs
- Stuðla að viðhaldi beina, tanna og vöðva
- Stuðla að bættri starfsemi ónæmiskerfisins
- D-vítamín hefur hlutverki að gegna við frumuskiptingu.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA, Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fast á [www.arcticstar.is](http://www.arcticstar.is)

Arctic Star Sæbjúgnahylki +D3 Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum, Hagkaupum, og Fjarðakaup.

info@arcticstar.is - [www.arcticstar.is](http://www.arcticstar.is)

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

## Þjónusta

### Málarar

Gelum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

### Búsíðaflytningar

Ert þú að flytja? Búsíðaflytja, fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búsíðaflytja. Flytningaj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

### Nudd

#### NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

### Húsaviðhald



Rúnar Múrari ehf  
S - 780 - 28 38

Húsaviðgerðir Tröppuviðgerðir  
Flotun Lökaviðgerðir Flísalögn  
Málningarvinna-Pakmálun o.m.fl.

40 ára reynsla í utanhússviðhaldi.

Við gerum tilboð þér að kostnaðarlausu.  
runarmur@gmail.com

LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

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

### FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

### Rafvirkjun

#### RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Þjódum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktafi. straumblik@gmail.com

### Keypt & Selt

### Til sölu

### Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
www.gitarinn.is



### Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali

Verð við allra hæfi

### Ábendingahnaupinn má finna á BARNHEILL.IS



Gæða ungnautakjöt beint frá byli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

### Óskast keypt

### STADGREIDUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupungull.is

Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

### GEFÐU HÆNU

gjofsemgefur.is  
907 2003



# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



## FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN

Beinn sími: 550 5625

### Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is  
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

# HÚSBÍLASÝNING UM HELGINA!



TILBOÐSVERÐ

### Sunlight A 70

Árgerð 2016. Svefnastaða fyrir 6, Truma Combi 6kW, samlit áklæði á framsætum, kapteinstólar, rafdrifin trappa, stór sjálfvirkur isskápur, stór geymsla, flugnanet í hurð, 16" dekk, 6 gíra, cruise control, loftkæling, ofl. ofl.

Tilboðsverð: 5.590.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Sunlight Cliff 640

Árgerð 2018. FIAT Maxi grindin, 16" álfelgur, markisa, gott geymslupláss aftur í, LED lýsing, 12V pressuisskápur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, bakkskynjarar o.fl. o.fl.

Verð: 8.980.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Sunlight T 65

Árgerð 2018. Markisa, hjólagrind, silfurgráar hlíðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, stór isskápur, fellirúm í toppi, samlit áklæði á framsætum, stór geymsla aðgengileg beggia vegna ofl. ofl.

Verð: 9.890.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Sunlight T 64

Árgerð 2018. Sjálfskiptur. Markisa, hjólagrind, silfurgráar hlíðar, 16" álfelgur, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, LED lýsing, samlit áklæði á framsætum, fellirúm í toppi, stór isskápur, gott geymslupláss ofl. ofl.

Verð: 10.590.000.



TILBOÐSVERÐ

### Carado T 135

Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, markisa, hjólagrind, champagne litaðar hlíðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, LED lýsing, samlit áklæði á framsætum, leiðsögukerfi ofl. ofl.

Tilboðsverð: 12.790.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Sunlight T 64

Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, markisa, hjólagrind, Truma Combi 6, fellirúm í toppi, stór isskápur, flugnanet í hurð, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, leiðsögukerfi o.fl. ofl.

Verð: 13.990.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Sunlight T 69 L

Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, markisa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, hjónarúm með aðgengi báðum megin, fellirúm í toppi, stór isskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, leiðsögukerfi o.fl. o.fl.

Verð: 14.980.000.



HLAÐINN BÚNAÐI

### Dethleffs Trend T 7057 DBM

Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markisa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, breið inngangshurð með glugga og samlæsi, rafmagnsdrifid fellirúm í toppi, stór isskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. o.fl. Verð: 15.960.000.



OPIÐ UM HELGINA  
30.-31. JANÚAR FRÁ 12-16

P. KARLSSON EHF.

www.pkarlsson.is

P. Karlsson ehf | Smiðjuvöllum 5a, 230 Reykjanesbæ | 517 5200

## Skólar &amp; Námskeið

## Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Only 1-5 students per course! Icelandic for Thais and Vietnamese. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/Also Special Courses for Health Personnel. Enska fyrir Leiðsögumenn/Icelandic for Guides. Start: 1/2, 1/3, 29/3, 26/4, 24/5, 21/6, 19/7, 16/8. 4 weeks x 5 workdays or Sat/Sun x 10 weeks. AM & PM. Price: 49.50. Labour Unions/Labour Directorate pay back 50-90% of price/Stéttafélag/Vinumálastofnun endurgreiða 50-90% gjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans.is. facebook.com/iceschool. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108, s. 8981175.

## Heimilið

## Barnavörur



VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA

Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hliðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

## Húsnæði

## Húsnæði í boði

Mjög góð 2ja herb. stúdíó íbúð til leigu á 4 hæð í lyftuhúsi, 104 Reykjavík. Langtímaleiga - laus 1. mars nk. Uppl. í s-8940040.

## Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS  
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.veyslur.is

## 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.

## Einkamál



DEIT.IS  
STEFNUMÓTASÍÐA

Finndu félagsskap fyrir framtíðina. 30 daga áskrift kostar aðeins 999 kr.



www.makaleit.is

Vandaður íslenskur stefnumótavefur. Makaleit.is - aðeins 999 kr

## Íbúð fyrir 60 ára og eldri til leigu:

Falleg þriggja herbergja íbúð í nýbyggingu að Hraunbæ 103, Reykjavík, til leigu. Íbúðin er á jarðhæð með skjólgóðum palli. Stutt er í alla helstu þjónustu.

Um er að ræða 114 fm íbúð með tveimur herbergjum og tveimur baðherbergjum.

Nánari upplýsingar veitir Magnús í síma 663-7029.

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is



Fylgstu með!



## Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum  
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is



Gamli glugginn úr,  
nýi glugginn í  
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,  
ásamt ísetningum og viðhaldi.

Haðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

## Þjónustuauglýsingar Sími 550 5055

## LOK Á HEITA POTTA



Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta. Metum ástand og gerum við. [www.fjardarbolstrun.is](http://www.fjardarbolstrun.is)

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

NAGLADEKKIN  
EKKERT VANDAMÁL

Gólfíð verður rykfrítt og hart sem stál

[harka@harka.is](mailto:harka@harka.is) [www.harka.is](http://www.harka.is)

HARKA

## viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

## íshúsið

S: 566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR  
ÞARF ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

HAÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | [smaar@frettabladid.is](mailto:smaar@frettabladid.is)

Alla fimmtudaga og laugardaga

[arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)

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

## RÁÐNINGAR



intellecta

# Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is



## 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

Kristinn Haukur Guðnason  
kristinnhaukur@frettabladid.is



**N**æturvæta er mjög útbreitt vandamál hjá börnum, sérstaklega yngri börnum. Viðar Örn Eðvarðsson, sérfræðingur í nýrnalækningum barna á Barnaspítala Hringssins og prófessor í barnalæknisfræði við lækna-deild Háskóla Íslands, hefur fengið við bæði rannsóknir og lækningar á næturvætu í nærri aldarfjórðung. Viðar er einn af höfundum vísindagreinar sem birtist í Lancet, en hann hefur ásamt fleiri barnalæknum unnið lengi að þessu verkefni með vísindamönnum Íslenskrar erfðagreiningar. Hann segir að um það bil fimmtán prósent fimm ára barna glími við næturvætu, tíu prósent tíu ára barna og hálft prósent þeirra sem náð hafa átján ára aldri. Kynjahlutfall þeirra sem leita sér hjálpar er nokkuð jafnt, en niðurstöður erlendra rannsókna benda til þess að næturvæta sé heldur algengari hjá drengjum en stúlkum.

„Næturvætu fylgir ákveðið óöruggi og það hefur áhrif á hvernig börnin þroska með sér samband við önnur börn að því leyti að þau eiga til dæmis oft erfitt með að gista utan heimilisins,“ segir Viðar. Þetta geti meðal annars, í alvarlegustu tilfellunum, haft áhrif á þátttöku barna í íþróttastarfi. „Foreldrar þurfa stundum að leggja nokkuð á sig til þess að halda þessu leyndu fyrir öðrum í hópnum.“ Viðar bendir þó á að þetta sé auðvitað einstaklingsbundið og sumir með næturvætu séu auðvitað áráðnari en aðrir þegar kemur að því að gista utan heimilis.

Næturvæta getur einnig tekið sinn toll af sjálfsálitinu. „Ef þetta er útskýrt fyrir börnunum af nærgætni líður þeim yfirleitt vel, en þegar börnunum hefur batnað kemur þó oft í ljós að þetta ástand hefur legið svolítið þungt á þeim,“ segir Viðar. „Það er því mikilvægt að lækna bregðist vel við þegar fólk leitar sér lækninga með börn sem glíma við næturvætu.“

#### Vandi sem fer sínar eigin leiðir

Viðar leggur áherslu á að tilhneiging til næturvætu sé klárlega arfgeng en auðvitað geta umhverfisþættir eða áunin vandamál í vissum tilfellum gert ástandið erfiðara viðureignar. „Tilfinning mín er að næturvæta er vandamál sem fer sínar eigin leiðir,“ segir hann. „Sumir byrja jafnvel ekki að pissa undir fyrr en við fimm eða sex ára aldur. Stundum gengur vel og stundum illa en yfirleitt læknaþetta af sjálfu sér með tíma, en biðin eftir sjálfkrafa bata getur verið mjög löng fyrir suma. Meðal annars þess vegna er mikilvægt að leita sér hjálpar fyrr en síðar.“

Í vísindarannsókninni kemur meðal annars fram að næturvæta er algengari í sumum fjölskyldum en öðrum. Viðar segir að börn pissi ekki undir vegna kvíða eða annarra gedrænna vandamála, heldur geti óöruggi og kvíði í vissum aðstæðum verið afleiðing af næturvætu. Utanadkoma þættir eins og fráfall nákominna, breytingar á hógum eða slíkt valdi ekki næturvætu nema í undantekningartilfellum. Heldur ekki aðrir sjúkdómar, og er því alls ekki ráðlagt að leggja umfangsmiklar rannsóknir á börn sem pissa undir. Leiðrétting líkamlegra þátta eins og blöðruvandamála og hæðatregðu skipta þó miklu máli, og eru lykilkættir þegar kemur að meðferð næturvætu.

Samkvæmt alþjóðlegum ráðleggingum um meðferð næturvætu er ekki mælt með virkri meðferð fyrr en við fimm ára aldur. Hundruð barna leita árlega til læknis á Íslandi vegna næturvætu, eflaust eru þó margir sem ekki koma til viðtals, „en vonandi erum við að minnsta kosti að sjá þau börn sem eru með mestu einkennin.“ Flest börn og unglingar með næturvætu



Næturvæta eldist af flestum um kynþroskaskeið en sumir fást við vandamálið alla ævi. Rannsókn bendir til að börnin sofi of fast. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

# Næturvæta getur tekið toll af sjálfsálitinu

Vísindamenn háskólans í Árósum hafa í samstarfi við Íslendinga náð að greina erfðafreðilega þætti sem auka líkur á næturvætu, sem í daglegu tali er kallað að pissa undir. Einnig kemur fram að sömu þættir auki líkurnar á athyglisbresti og ofvirkni.

pissa undir flestar eða allar nætur, og mörg þeirra oftar en einu sinni hverja nótt.

Þetta getur truflað svefninn hjá fjölskyldum, en alls ekki hjá öllum. „Mjög margir sofa fast og djúpt og erfitt er að vekja þá,“ segir Viðar. „Ég tel reyndar að það sé einmitt hluti af vandanum og samrýmist því sem kemur fram í rannsókn okkar með dönsku vísindamönnum. Eitt af þeim þremur megingenum sem fram komu í rannsókninni, stjórna því hversu djúpt fólk sefur og hversu auðveldlega það vaknar eða grynir svefn við áreiti eins og fulla blöðru.“

Rannsóknin fann einnig gen sem hefur áhrif á getu heilans til þess að stjórna því hversu mikið þvag myndast á nóttunni, og annað gen sem mögulega hefur áhrif á vöðvaspennu þvagblöðrunnar og fleiri þætti sem gætu aukið hættu á næturvætu. „Sagan er ekki öll sögð og þörf er frekari rannsókna á erfðafreði næturvætu með það í huga að finna fleiri leiðir til meðferðar.“

#### Lyf eða næturþjálf

Þeir sem leita til læknis vegna næturvætu glíma einnig í mörgum tilfellum við blöðruvandamál yfir daginn líka. Viðar segir að brýnt sé að takast á við blöðruvandann



#### FORELDRARIN ÞURFA

#### STUNDUM AÐ LEGGJA

#### NOKKUÐ Á SIG TIL ÞESS

#### AÐ HALDA ÞESSU LEYNDU

#### FYRIR ÖÐRUM Í HÓPNUM.

til þess að hámarka árangur meðferðar við næturvætu. Hjá sumum kemur þetta í bylgjum, og oft koma nokkrar þurrar nætur eða jafnvel vikur inn á milli. „Það er erfitt að spá fyrir um hvernig bataferli hvers einstaklings verður, nánast ómögulegt,“ segir Viðar. „En ef rétt meðferð er notuð, og nokkur heppni með í för, lagast þetta ídulega nokkuð hratt og vel.“

Aðspurður um hvað sé hægt að gera segir Viðar meðhöndlunina tvenns konar. Annars vegar er það lyfjagjöf, sem gefin er rúnum

hálf tíma fyrir svefn. En lyfjagjöfin hefur þó sýnt sig að virka aðeins á um helming barnanna. „Lyfjameðferðin virkar þó oftast mjög vel fyrir þá sem á annað borð svara henni og aukaverkanir eru fáar,“ segir Viðar. „En með lyfjum er í raun ekki verið að taka á vandamálinu sjálfu heldur stöðva einkennin. Barnið hættir að pissa undir, en ef það hættir á lyfjunum koma einkenni oft aftur.“

Hin meðferðin er atferlismeðferð, næturþjálfameðferð, sem virkar í 80 til 90 prósentum tilvika mjög vel, að sögn Viðars. Meðferðin hentar best börnum sem hafa náð minnst 6 til 7 ára aldri, en hún tekur að minnsta kosti nokkrar vikur. Fær barnið þá lítið tæki sem vekur það og foreldrana þegar viðkomandi er að pissa undir. Þeir sem svara þessu læknaþegar nær alfaríð af næturvættunni, en bakslag getur þó átt sér stað.

Annað ráð sem hægt er að nota til hliðar er að barnið drekki ekki mikið á kvöldin, og þau sem eru á lyfjum mega alls ekki drekka eftir lyfjagjöfina. Í sumum tilfellum er engin meðhöndlun, og eru margar mögulegar ástæður fyrir því, en í sumum tilfellum velja foreldrar og börnin að biða með meðferð.

**Snúnara vandamál með ADHD** Háskólinn í Árósum rannsakaði erfðamengi 3.900 danskra barna



Viðar meðhöndlar börn með næturvætu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK.

og ungmenna með næturvætu og bar það saman við erfðamengi 31 þúsund Dana sem ekki kljást við vandamálið. Til staðfestingar á niðurstöðum Dananna var erfðamengi 5.500 Íslendinga rannsakað hjá Íslenskri erfðagreiningu og sýndi sú rannsókn sömu niðurstöðu. Í rannsókninni, koma tengsl næturvætu við ADHD fram, að rætunar séu þær sömu, en ekki beint orsakasambandi á milli þeirra.

Tengsl ADHD og næturvætu í rannsókninni koma Viðari ekki á óvart og í viðtölum við fólk þarf meðal annars að fara yfir mögulegan brest á athygli. „Það er stundum snúnara að hjálpa þeim sem glíma við athyglisbrest eða ofvirkni, en meðferðin gengur engu að síður oftast mjög vel,“ segir hann.

ADHD getur haft bein áhrif á vandann, sér í lagi af því að þau lyf sem notuð eru við ADHD virka aðeins á daginn en ekki nóttunni. Lyfjameðferð vegna ADHD getur þó hjálpað þeim börnum verulega sem einnig glíma við blöðruvandamál yfir daginn.

Næturvæta eldist af langflestum um kynþroskaaldurinn en sumir kljást við hana vel fram á unglings-ár og jafnvel lengur. Örfáir glíma við vandann alla ævi en þá eru einkennin yfirleitt vægari og fólk lærir að lifa með vandanum. „Þessir einstaklingar geta leitað sér hjálpar og þá gilda sömu lögmál um meðferð. Það er aldrei of seint að byrja að nota næturþjálfu eða aðra meðferð,“ segir Viðar.





Nú er rétti tíminn til að lýsa upp skammdegið!



**20%**

**AFSLÁTTUR  
AF ÖLLUM LJÓSUM**

MIÐAÐ VIÐ ALMENNT VERÐ

TILBOÐIN GILDA FRÁ FIMMTUDEGINUM 28. JANÚAR TIL OG MEÐ MÁNUDEGINUM 1. FEBRÚAR



**VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18**

Með fyrirvara um myndbrenslu, prentvillur, mistök hjá birgjum og uppseldar vörur. Verð er með vsk. Tilboðin gilda aðeins til og með mánudeginum 1. febrúar meðan birgðir endast.

BAUHAUS REYKJAVÍK - Lambhagavegur 2-4 - 113 Reykjavík - 515-0800  
upplýsingar@bauhaus.is - www.bauhaus.is

# Út fyrir kassann

Sigmundur Ernir Rúnarsson



## Líf mitt sem kona



Höfundur er sjónvarpstjóri Hringbrautar, sem rekinn er af Torgi, sem jafnframt gefur út Fréttablaðið.

**É**ger þrjú alda maður. Búinn til úr konum og körlum, en öðru fremur konum – og ber þar fyrst að nefna ömmurnar, þá eldri fædda á níttjándu öld, nefnilega 1895 – og hina litlu seinna, í upphafi þeirrar tuttugustu. Sum sé á síðustu og þar síðustu öld.

Óg svo er ég að skrifa þetta á enn einni öldinni.

Þær hétu Guðrún og Sigrún. Verkakona og bóndakona. Dæmigerðir fulltrúar gamla afturhalds-samfélagsins sem steypti konur í eitt og sama mótið, burtséð frá óskum þeirra og þrá, hæfileikum og styrk, því þær skyldu vera körlunum til halds og trausts og sjá um börnin og búð, basta.

Eða eins og það hét í denn: Vera þeim góð eiginkona. Gott ef ekki þrúð og hæfilega óframfærin. En þar var komið erindið, eina hlutverkið sem var í boði fyrir konur á sviði lífsins, sjálft aukahlutverkið.

Ólíkt þessum konum komst mamma til mennta, þótt ekki væri það í Háskóla Íslands. Þabbi fór í hann. Mamma í Húsmæðraskólann. Þannig var það um og upp úr síðustu öld. Konur gengu ekki menntavegin á enda á þessum tíma, nema þær væru sérstaklega kostaðar til þess af stórfjölskyldunni – og þá sakir svo óumdeildra hæfileika að jafnvel feðraveldið gat vart hugsað sér að atgervið og gáfurnar nýttust ekki fullvalda þjóð, jafnvel þótt kona ætti í hlut.

Lengi vel var því kannski ein kona á útskriftarmyndum menntaskólanna tveggja, norðan heiða og sunnan, en sú fór raunar sjaldnast í frekara nám, hvað þá að hún héldi utan í þeim erindagjörðum. Þessar konur urðu kennarar. Oftast – og það í besta falli. En karlarnir lækna, lögfræðingar. Helst þó ædstu embættismenn og ráðherrar.



**HÚN KVEÐST NEFNILEGA**

**EKKERT ENDILEGA VERA**

**TEKIN MEÐ Í SAMTALIÐ**

**FYRR EN KARLARNIR Í**

**KRINGUM HANA HAGA**

**ÁTTAÐ SIG Á MENNTUN**

**HENNA OG MÆTTI.**



Aldrei vissi ég með vissu hvað ömmur mínar langaði að verða í lífinu. Önnur þeirra var sérlega hagamælt – og orti býsni öll í skúffuna, eins og skáldkvenna var síður á síðustu öldum þegar listakonur fóru með veggjum og sinntu kúnt sinni í kyrrþey. Og ógleymanleg eru mér hádegin, eftir að mamma byrjaði að vinna úti, hvar ég sat þá með þessari ömmu eftir signa fiskinn og tólgina og hún réri mér í gráðið með aðra hönd á öxl og hina á kvíðnum svo að hrynjandin sæti í mér fyrir líftíð.

Hin amman var einstaklega elsk að matseld og hefði getað rekið hvaða mötuneyti sem var á sinni tíð, ellegar gildaskála og vertshús af viðeigandi stærð, enda kraftakokkur af kræsilegustu sort sem ég man varla öðruvísi en með svuntuna reynda um mjóðm, ellegar Hagkaupssloppinn á herðum, með þær eilífu áhyggjur að ég fengi ekki nóg að borða.

Man eftir þeim báðum úr eldhúsum í Helgamagrastræti og Gilsbakkavegi. Það var þeirra verelsi. Þeirra varnarþing. Framan við Rafha-eldavélina, þótt hugurinn, hugsanlega, hafi verið annars staðar. Við skriftir. Og uppskriftir. Og guð má vita hvað dagdraumar þeirra snerust um. Kannski menntun, launavinna, útlönd, ævintýri.

En hlutskipti þeirra hverfðist um annað. Nægjusemi. Öðru fremur. Sparnað og nýtni. Amma skáld reykti jafnvel stubbana úr vinnuskyrtu afa upp til agna, þótt hún reykti ekki að staðaldri, af því bara að hún hafði það ekki í sér að henda verðmætum. Amma krás tók það ekki í mál að henda mörnum ef út af bar í sláturgerðinni og blandaði síðasta blóðinu og lifrinni með svo stórra glás af fitu að keppirnir urðu hvítir að innan. Það þótti nú matur.

Ég er búinn til úr þessum konum, auk mömmu náttúrlega. Þær voru alltaf til staðar. En karlarnir úti. Alltaf að vinna. Helst mikið. Það hét að slæpast í huga þeirra að vera of mikið heima.

Og ég hef á seinni árum – með eiginkonunni, franskmennnaðri, en þannig breyttist tíminn – áttað mig á því í ríkari mæli en áður, að ég er mótaður af þessari sýn og reynslu. Kvenlegu hlutskipti. Kvenlegu inn-sæi. Hvoru tveggja er grunnurinn að gildum mínum og viðmiðunum.

Ég er ekki síður kona en karl.



Tímarnir hafa breyst. Og tímarnir hafa ekki breyst.

Því jafn hrífandi og það er að kynnast öllum tækifærum kvenna á nýrri öld, jafnt til náms og frama, innan fyrirtækja og stofnana, í félagsmálum og pólitík, íþróttum og listum, er það grátlega pirrandi að verða vitni að þeirri vandræðalegu þögn sem enn hjúpar hæfustu konur atvinnulífsins, þessu glóansins eftirtektarleysi sem þær glíma enn og aftur við í starfi og leik.

Fida Abu Libdeh lýsti þessu ágætlega fyrir mér á dögum í viðtali sem ég átti við hana suður með sjó. Þessi vel menntaði og framúrskarandi frumkvöðull innan orku- og umhverfistæknifræðinnar hreppti hvatningarverðlaun Félags kvenna í atvinnulífinu á miðvikudag, en veggirnir sem mæta henni á markaði vinnunnar eru enn sem fyrr þeirrar ættar sem við þekkjum frá síðustu öld.

Í fyrsta lagi hefur hún þurft að

sanna sig sem kona. Í öðru lagi sem kona af erlendum uppruna. Í þriðja lagi sem kona í karllægum atvinnugeira. Í fjórða lagi sem hámenntaður hugsuður í framandi frjóanga íslenskrar nýsköpunar. Og sjálfsagt í fimmta lagi sem móðir þrjú barna, sem þarf að samhæfa rekstur heimilis og eigin fyrirtækis.

Hún kveðst nefnilega ekkert endilega vera tekin með í samtalið fyrir en karlarnir í kringum hana – og það eru eiginlega bara karlar í kringum hana á vettvangi vinnunnar – hafa áttað sig á menntun hennar og mætti, altsó hvaða leiðtogi hún er í raun og sann, þótt lágvaxin sé. Og útlensk, með hreim. Kona.

Fida fluttist hingað sextán ára frá Palestínu með einstæðri móður sinni og fjórum systkinum og komst í gegnum íslenskan framhaldsskóla á hnefanum til jafns við hugvitið – á framandi tungu, vinalaus – og lagðist svo í framhaldsnám, sérhæfði sig á sviði jarðorkunnar, uppgötvaði heilnæmi kísilsins sem fellur til við varmavirkjanir, en fyrirtækið hennar, Geosilica sem framleiðir fæðubótarefni og selur á erlendum mörkuðum, er nú metið á 700 milljónir króna.

Fida fékk tækifærið. Draumur hennar réttist. En samt þarf hún að segja sem svo þegar fimmtungur er liðinn af nýrri öld: „Sumir horfa ekki á mig sem jafningja, því ég er bæði kona og innflytjandi, en þegar ég hef sagt þeim að ég sé hámenntuð og eigi mitt eigið fyrirtæki þá fer fólk að tala við mig eins og við eigum eitthvað sameiginlegt.“





Og mér verður hugsað til dóttur minnar, þritugrar, sem er innflytjandi í Englandi og starfar þar á fréttastofu BBC í Lundúnum, hámenntuð og hæfileikarík. Skyldi henni líða eins? Og mér verður hugsað til dóttur hennar, fimm ára, sem fær vonandi fjölda tækifæra í framtíðinni. Mun henni líða svipað á fullorðinsárum?

Því tímarnir breytast um margt. Frá ömmunum til okkar tíma. Og annað breyttist ekki.



**Í KVÖLD 18:55 - Í BEINNI ÚTSENDINGU**

Stórskemmtilegur þáttur fyrir alla fjölskylduna á Stöð 2 þar sem spilað er bingó undir stjórn Vilhelms Antons Jónssonar. Veglegir vinningar verða í boði fyrir þátttakendur heima í stofu. **Bingóspjöld er hægt að nálgast á [visir.is](http://visir.is)**

 +  = **7.990 kr./mán.**  
Lægra verð á Stöð 2 & Stöð 2+ saman

Tryggðu þér áskrift í dag á **[stod2.is](http://stod2.is)**



Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

**Sveinn Guðjónsson**

Stekkjárvöllum,  
Staðarsveit,

lést á Dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, fimmtudaginn 28. janúar.

Útförin fer fram frá Akranes Kirkju þriðjudaginn 9. febrúar kl. 13. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu munu einungis nánustu aðstandendur verða viðstaddir. Útförinni verður streymt frá vef Akranes Kirkju. [www.akraneskirkyja.is](http://www.akraneskirkyja.is)

**Ragnheiður Lilja Þorsteinsdóttir**

**Erla Björg Sveinsdóttir**

**Ævar Þór Sveinsson**

**Ólöf Sveinsdóttir**

**Fríða Sveinsdóttir**

**Þorvaldur Sveinsson**

**Þórdís Sveinsdóttir**

**Margrét Sigríður Birgisdóttir**

**Ingólfur Aðalsteinsson**

**Hjörleifur Guðmundsson**

**Selma Sigurðardóttir**

**Dagbjartur Vilhjálmsson**

barnabörn og barnabarnabörn.



Elsku eiginmaður, faðir, tengdafaðir, afi og langafi okkar,

**Haukur Helgason**

fv. skólastjóri,

sem lést 22. janúar verður jarðsunnin frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði, mánudaginn 1. febrúar klukkan 13.

Nánustu aðstandendur verða við athöfnina og henni streymt: <https://youtu.be/S-m1UuSDCLg>

**Sigrún Davíðsdóttir**

**Helgi J. Hauksson**

**Unnur A. Hauksdóttir**

**Alda M. Hauksdóttir**

tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

*Mergættu, hlýja og virðing* *Vid andlát ástvinar*



**Ísleifur Jónsson**  
Útfararstjóri  
Farsími 821 5353

**Steinunn Magnúsdóttir**  
Útfararþjónusta  
Farsími 861 3441

Álfheimum 35, 104 Reykjavík

Sími 553 5353 og 821 5353

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

[isleifur@usr.is](mailto:isleifur@usr.is)

**Þjónusta allan sólarhringinn**

## ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUÐ • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:

**581 3300 & 896 8242**

Komum heim til aðstandenda og

ræðum skipulag útfarar ef óskað er

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



Sverrir Einarsson



SÍÐAN 1996

## ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

[www.utfararstofa.is](http://www.utfararstofa.is) • Símar: 565 5892 & 896 8242



# Alltaf verið smekkkfullt

Matargerð Japana, menning, tungumál og trúarbrögð ásamt manga-teikningum verður á dagskrá Japanshátíðar Háskóla Íslands frá næsta mánudegi til sunnudags – á netinu.

Japanshátíð Háskólans á sér langa sögu og almenningur hefur sýnt henni því líkan áhuga að hún hefur nánast sprengt af sér hús-næðið hverju sinni, í aðalbyggingu, á Háskólatorgi og í Veröld. Alltaf verið smekkkfullt. Út af COVID-19 færur við hátíðina nú á netið og dreifum viðburðum yfir fyrstu viku febrúar,“ segir Kristín Ingvarsdóttir, lektor í japönskum fræðum. „Það er margt við japanska menningu sem heillar. Við reynum að hafa dagskrána fjölbreytta svo allir geti fundið eitthvað við sitt hæfi. Við kynnum japanska matargerð, fjöllum um bókmenntir í japönsku samhengi, skoðum þjóðtrúna því Japanir eiga sér marga verndarvætti.“

Kristín kveðst hlakka til að spjalla við rithöfundinn Ólaf Jóhann á fimmtudag. „Ólafur Jóhann hefur einstaka reynslu úr japönskum fyrirtækjaheimi og nýjasta skáldsagan hans, Snerting, gerist að miklu leyti á japönskum veitingastað og í Japan.“

Fyrirverandi og núverandi nemendur í japönsku og japönskum fræðum taka þátt í dagskránni eins og hefð er fyrir, að sögn Kristínar. „Nökkvi Jarl Bjarnason, doktorsnemi í menningarfræði, ætlar á föstudag að beina sjónum að japönskum hlutverkaleikjum og bera þá saman við vesturlenska. Á laugardag mun Ásrún María Óttarsdóttir, BA-nemi í japönskum fræðum, kynna byrjendaskref í japönsku tungumáli, einföld skriftákn og algengar kveðjur, en við lofum engum kraftaverkum eins og að fólk verði fulln-uma á klukkutíma!“

Á laugardag er líka föndrið. „Guðrún Helga Halldórsdóttir, formaður íslensk-japanska félagsins, kennir vinsæl origami- pappirsbrot og Irena Þóll og Ásrún María, BA-nemar í japönskum fræðum, sýna hvernig teikna má vinsælar mangafígúru á einfaldan hátt,“ lýsir Kristín.

Shintó-presturinn Yukimasa Atsum



Kristín Ingvarsdóttir hlakkar til að ræða við Ólaf Jóhann. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

mun á sunnudag kynna aldagömul, japönsk trúarbrögð og bjóða í heim-sókn í Yasue-Hachimangu helgidóm-inn í Kanazawa í Vestur-Japan. Síðasta atriði hátíðarinnar er að Kristlaug Inga Sigurpálsdóttir og Gesine Kernchen,

BA-nemar í japönskum fræðum, segja frá japönskunáminu við HÍ og reynslu sinni af skiptinámi í Japan.

Allar upplýsingar eru á: <https://www.facebook.com/Japan.Festival.Iceland> [gung@frettabladid.is](mailto:gung@frettabladid.is)



Ástkær móðir mín, systir, tengdamóðir og amma,

**Hrönn Geirlausdóttir**

flugfreyja og flödluleikari,

lést miðvikudaginn 20. janúar.

Útförin fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 5. febrúar kl. 13.

Vegna aðstæðna eru ættingjar og vinir velkomnir meðan húsrúm leyfir. Athöfninni verður einnig streymt, hlekk á streymi má finna á [www.mbl.is/andlat](http://www.mbl.is/andlat)

**Freyr Ómarsson**

**Sigrún Ásta Einarsdóttir**

**Katrín María Freysdóttir**

**Sigríður Hulda Geirlausdóttir Paulo Malaguti Weglinski**

**Thor Weglinski**

**Jóhanna Weglinski**



Hjartans þakkir sendum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð, vináttu og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra eiginmanns, föður, tengdafaður, afa og langafa,

**Erlings Ragnars Lúðvíkssonar**

fv. slökkviliðsmanns,

sem lést á lungnadeild Landspítalans 7. janúar sl. Guð blessi ykkur öll.

**Jakobína R. Ingadóttir**

**Ingi Einar Erlingsson**

**Elvar Örn Erlingsson**

**Björg Ragna Erlingsdóttir**

**Sólveig Valgeirsdóttir**

barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Vilhjálmur K. Hjartarson**

bifreiðastjóri,

Fossvegi 8, Selfossi,

áður Bakkaseli 24, Reykjavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands þann 28. janúar síðastliðinn. Útför verður auglýst síðar.

**Þ. Harpa Jónsdóttir**

**Hjörtur V. W. Vilhjálmsson Sangwan Wium**

**Ragnhildur Vilhjálmssdóttir Ingibjörn Jóhannsson**

**Gunnar Örn Vilhjálmsson**

**Jón Vilhjálmsson**

**Kristinn Þ. Vilhjálmsson**

**Súsanna Gunnarsdóttir**

**Anna Lilja Rafnsdóttir**

barnabörn og barnabarnabörn.



Okkar ástkæri faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

**Pétur Blöndal**

frá Seyðisfirði,

sem lést 19. janúar, verður jarðsunnin frá Grafarvogskirkju þriðjudaginn 2. febrúar kl. 15 að viðstöddum nánustu aðstandendum. Streymt verður frá útförinni á YouTube-rás Grafarvogskirkju.

**Theodór Blöndal**

**Gísli Blöndal**

**Ásdis Blöndal**

**Margrét Blöndal**

**Emelía Blöndal**

**Björg S. Blöndal**

**Anton Antonsson**

**Ólafur Einarsson**

**Þóroddur Hjörleifsson**

**Emelía Blöndal**

barnabörn og barnabarnabörn.



*Útfararþjónusta í yfir 70 ár*

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | [utfor@utfor.is](mailto:utfor@utfor.is) | [utfor.is](http://utfor.is)

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



Lily Erla gerði verkin á sýninguna í Hannelsarholti með veggrýmið þar í huga. FRÉTTAÐLAÐIÐ/VALGARDUR

## Sterk öfl undiröldunnar

Lily Erla Adamsdóttir textillistakona opnar sýninguna Undiröldu í dag í Hannelsarholti við Grundarstig. Hún segir hana óð til orkunnar sem búi undir yfirborðinu.

**I**vinnustofu sinni á Korpúlfsstöðum stendur Lily Erla Adamsdóttir við strekktan striga og skapar listaverk – ekki með málningu og pensli heldur náttúrulegu garni og nál sem knúin er rafmagn og loftpressu. Verkfærið líkist byssu og Lily Erla stendur við bakhlið verksins þegar hún vinnur. Þráðirnir skjótast út hinum megin. „Þessi aðferð kallast tuft á ensku og ég hugsa að heitið sé dregið af hljóðinu sem hún myndar, tuft, tuft, tuft,“ segir Lily Erla glaðlega. „Það er ekkert íslenskt nafn á aðferðinni en hún er sambland af flosi og rýa og áferðin svipuð. Í flosi verða til lykkjur en í rýa er þráðurinn einfaldur – ég get ráðið hvort ég vel.“ Lily Erla býr til mynstrin jafnóðum, sem byggjast mörg á endurtekningu. „Myndmálið sækir ég meðal annars í náttúrufyrirbrigði, stef sem komast nærri eigin kjarna og kannski okkar allra – við göngum gegnum lífið saman og lendum í svipuðum aðstæðum. Ég

leitast alltaf við að fara inn á einlægar tilfinningar, flétta þær inn í verkin og kannski snúa upp á þær, þannig að þær mýkist og verði aðeins bjartari fyrir vikið. En svo verða alltaf að vera til andstæður, birta og myrkur.“

### Lærði margt hjá ömmu

Hún kveðst snemma hafa byrjað að fönndra með garn. „Ég lærði að prjóna fimm, sex ára hjá ömmu minni sem er alnafna mín og býr á Akureyri. Hún hefur kennt mér ótrúlega margt sem hefur fylgt mér.“ Frekari námsferli lýsir hún svo: „Ég fylgdi vinum mínum gegnum Menntaskólann á Akureyri, en leiddist, fór bara í allt félagslíf sem í boði var. Svo tók ég alla verklegu kúrsana í Verkmenntaskólanum sem ég gat á einum vetri. Þaðan fór ég í Listaháskólann og tók BA próf í myndlist, svo í Textíleild Myndlistaskólans í Reykjavík og tók diplóma og síðast í meistaranám í listrænum textíl í Textílháskólanum í

Borås í Svíþjóð. Í þeirri borg er rík saga af textíllænaði og -hefð og háskólinn er flottur og framúrstefnulegur.“

### Samhljómur þess ytra og innra

Lily Erla stýrir textíleild Myndlistaskólans í Reykjavík og þegar hún hefur lausan tíma kveðst hún vera á vinnustofunni. Nú er það sýningin í Hannelsarholti sem hún einbeittir sér að. „Verkin eru stíluð inn í rýmið þar og eru smærri í sniðum en þau sem ég hef oftast fengist við. Túlka samt sterk öfl, því sýningin heitir Undirald og er óður til orkunnar sem býr í undirdjúpum alls, öflug og sterk og getur hvoru tveggja – kraumað undir eða brotist upp á yfirborðið. Þannig leik ég mér að samhljómi þess innra og ytra á ljóðrænan hátt.“

Sýningin verður opnuð klukkan 15 í dag. Vegna sóttvarna er fólk beðið að bóka skoðun í síma 511-1904 eða á hannelsarholt@hannelsarholt.is.

gun@frettabladid.is



Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð, kveðjur og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður og ömmu,

**Þórunn Bjarnadóttir**  
(Tótu)

sem lést á gjörgæsludeild Landspítalans þriðjudaginn 12. janúar í faðmi fjölskyldunnar eftir hetjulega baráttu við krabbamein.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Blóð- og krabbameinsdeildar, Geisladeildar, Bráðamóttöku Fossvogi, Bráðalyflækningadeild og Gjörgæsludeild Landspítalans, fyrir ómetanlega aðstoð og stuðning.

**Róbert Magnús Brink**

**Róbert Aron Róbertsson Elin Guðlaug Stefánsdóttir Rannveig Hrönn Brink Gunnar Örn Helgason Magnús Þór Brink Ragnhildur Edda Tryggvadóttir og barnabörn.**



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, sonur, bróðir og mágur,

**Heiðar Árnason**  
Southport, Englandi,

lést þriðjudaginn 12. janúar á sjúkrahúsinu í Southport, Englandi.

Útför Heiðars fer fram frá kapellu bálstofunnar í Southport þann 4. febrúar kl. 11.

Streymt verður frá athöfninni:

www.wesleymedia.co.uk/webcast-view

Order ID: 69838; Password: csbbesmw

Virkan hlekk á streymi má finna á: www.mbl.is/andlat

**Ouza Kwanashie**

**Helena Rún Heiðarsdóttir Lucas Árni Heiðarsson Árni Ragnarsson Laufey Arnadóttir Ingvar Árnason Gauti Árnason**

**Ásrún Guðmundsdóttir Kristinn Harðarson Sigríður Anna Ólafsdóttir**



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Pétur Jósefsson**

Fróðengi 9, Reykjavík,

lést á Landspítala, Fossvogi, miðvikudaginn 27. janúar.

Útförin fer fram fimmtudaginn 4. febrúar kl. 13 frá Fossvogskirkju. Í ljósi aðstæðna verða einungis nánustu ættingjar og vinir viðstaddir. Athöfninni verður streymt á vefslóðinni youtu.be/S18Zts7gFRM Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir. Sérstakar þakkir til starfsfólks Landspítala á deild B4 fyrir alúð og stuðning.

**Helgi Pétursson Halldór Pétursson Hildur Pétursdóttir Hólmfríður Pétursdóttir Arnkell Logi Pétursson Þorkell Máni Pétursson**

**Lisa María Pétursson Halldóra Ingibergsdóttir Oliver Kentish Arnar Helgi Kristjánsson Marta María Hafsteinsdóttir Dröfn Guðjónsdóttir barnabörn og barnabarnabörn.**



Okkar ástkæra eiginkona, móðir, tengdamóðir og amma,

**Jenny Anna Baldursdóttir**

Herjólfs götu 38, Hafnarfirði,

lést á Landspítala Hringbraut, fimmtudaginn 28. janúar.

Útför mun fara fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

**Einar Vilberg Hjartarson**

**Sara Hrund Einarsdóttir María Greta Einarsdóttir Helga Björk Laxdal**

**Ari Benóný Malmquist Björn Axelsson og barnabörn.**



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Þorsteinn Jónsson**

skipstjóri og stýrimaður, Hólagoðu 11, Sandgerði,

lést í faðmi fjölskyldunnar á heimili sínu, miðvikudaginn 27. janúar.

Útförin fer fram frá Sandgerðskirkju, föstudaginn 5. febrúar kl. 14. Í ljósi aðstæðna munu einungis nánustu aðstandendur vera viðstaddir athöfnina. Athöfninni verður streymt á facebook.com/groups/thorsteinnjonsson/

**Sólveig Halla Þorsteinsdóttir**

**Steinunn Þorsteinsdóttir Guðrún Kristín Hoier Þórir Þorsteinsson Pálmar Þorsteinsson**

**Bjarki Jakobsson Ove Hoier Elin Katrín Rúnarsdóttir**

**barnabörn og barnabarnabarn.**



Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

**Ármann Gunnarsson**

Steinsstöðum, Akranesi,

lést á Dvalarheimilinu Höfða, þriðjudaginn 26. janúar. Útförin fer fram frá Akranes Kirkju föstudaginn 5. febrúar kl. 13. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu munu einungis nánustu aðstandendur verða viðstaddir. Útförinni verður streymt frá vef Akranes Kirkju. www.akranes Kirkja.is Þeim sem vilja minnast hans er bent á Dvalar- og hjúkrunarheimilið Höfða á Akranesi.

**Helga Sólveig Bjarnadóttir**

**Kristín Ármannsdóttir Gunnar Már Ármannsson Bjarni Ármannsson**

**Guðgeir Svavarsson Anna Kristjánsdóttir Helga Sverrisdóttir barnabörn og barnabarnabörn.**



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Lilly Jónsdóttir**

Fjallalind 12,

lést á hjúkrunarheimilinu Ási í Hveragerði 28. janúar sl.

Útförin fer fram í kyrrþey.

**Erlendur Guðmundsson**

**Guðmundur Erlendsson Kolbrún Júlía Erlendsdóttir Hrafnhildur Björg Erlendsdóttir**

**Birna Metúsalemsdóttir Þorvaldur Guðmundsson Gunnar Sigurbjörnsson barnabörn og barnabarnabörn.**



Okkar heittelskaða eiginkona, móðir, tengdamóðir, dóttir, systir, mágkona og barnabarn,

**Sigríður Guðmundsdóttir**

Sigga okkar, viðskiptafræðingur, Lækjarvaði 11, Reykjavík,

lést á Landspítalanum deild 11E að kvöldi 23. janúar. Útför fer fram frá Langholtskirkju fimmtudaginn 4. febrúar kl. 13. Vegna aðstæðna í þjóðfélaginu verða einungis nánustu aðstandendur viðstaddir.

Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast Siggu er bent á Minningarsjóð Sigríðar, 0331-13-905355, kt. 160166-5419, v/gjöf til styrktar Landspítala Íslands. Streymi: youtu.be/RoU6YElGpl

**Bjarni Einarsson**

**Guðmundur Bjarnason Dagur Bjarnason Birta Bjarnadóttir**

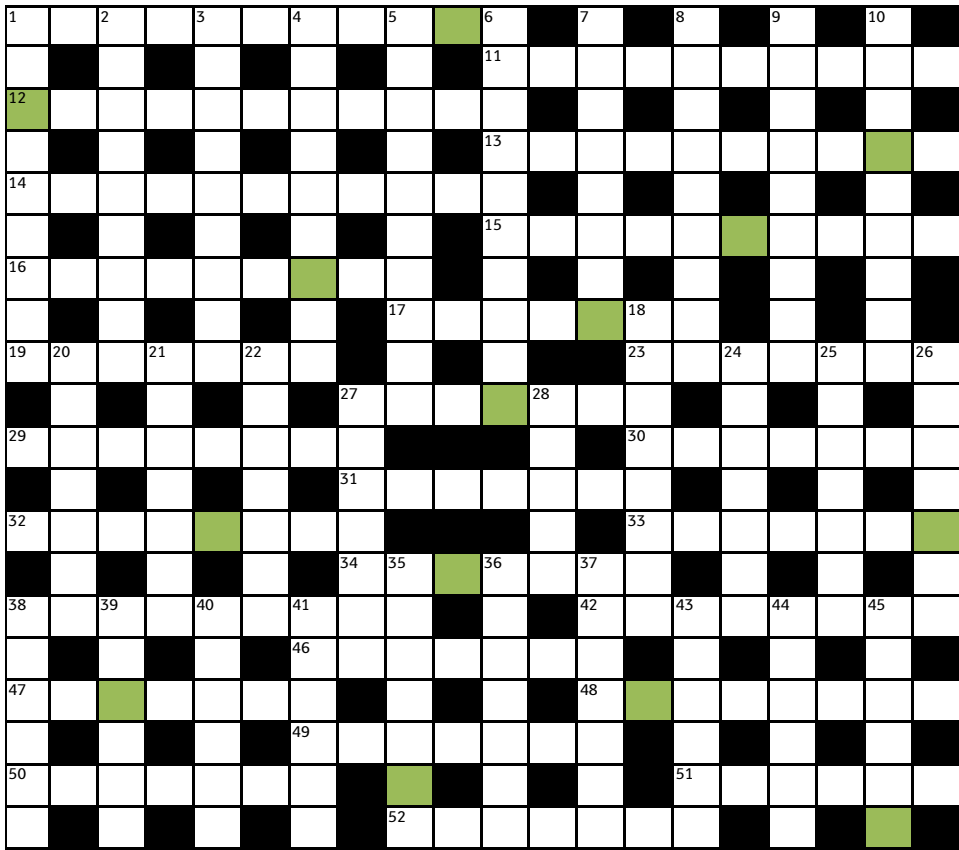
**Guðmundur Egilsson Helga Guðmundsdóttir Fanney Guðmundsdóttir Jóhanna Einarsdóttir Sumarliði Gísli Einarsson Sveinbjörn Einarsson Sigríður Skarphéðinsdóttir**

**Esther Friðriksdóttir**

**Hulda Pétursdóttir Jón Gunnlaugur Sævarsson Svavar Már Gunnarsson Hilmar Sæmundsson**

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á [timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is) eða hringja í síma 550 5055.

# KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

## SAUÐFJÁRSETUR

H	R	I	F	S	U	Ð	U	M	Ú	S	F	R	O	S	T	I
A	L	I	A	F	T	Ö	K	U	R	F	Ó					
N	Y	L	I	Ð	A	M	Ó	T	F	Ý	Æ	R	U	N	N	I
S	D	L	A	D	R	A	G	S	Ú	G	R	D				
K	R	E	M	A	Ð	R	A	R	R	T	A	S	Æ			
A	I	U	D	E	I	Ð	R	A	S	T	E	M	M	A		
N	A	L	A	S	T	U	N	G	A	N	Ó	T	L	I		
N	U	M	R	G	I	N	E	K	T	A	R	Ð	A	N	S	
A	R	M	B	A	U	G	I	N	N	F	E	Ö	L	L	I	
O	R	U	N	Æ	S	T	U	M	K	M	G					
S	K	R	I	F	A	R	A	R	I	J	A	K	V	Æ	Ð	I
K	M	G	F	A	G	O	R	Ð	A	U	L	L				
K	A	R	L	A	N	N	A	Æ	R	R	I	M	L	I	S	T
R	A	I	R	I	T	V	É	L	A	O	Ó					
E	I	N	R	Á	Ð	U	M	N	T	Ú	N	H	E	F	I	L
L	A	V	Ö	R	A	S	T	R	A	R	T	U				
D	A	G	L	E	G	I	R	V	U	Ö	R	K	I	N	A	
F	A	A	R	N	G	Æ	Ð	A	B	L	Ó	Ð	Ó	D		
R	Æ	Ð	U	K	O	N	U	L	E	U	M	S	L	A	G	
Á	I	A						M	E	Ð	L	Ö	G	U	M	T

**LAUSNARORÐ** Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist fiðraður Íslandsvinur. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 4. febrúar næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „30. janúar“.



FORLAGIÐ

## VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Yfir höfin eftir Isabel Allende** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Faney Kristbjarnardóttir, Hafnarfirði**.

Á Facebook-síðunni **Krossgatan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

### LÁRÉTT

- 1 För í ferð með vinum mínum Erni og Delta (11)
- 11 Urðu reið er þau heyrðu rausið og róginn (10)
- 12 Mitt næstbesta tímabil gaf þennan líka fina spón (11)
- 13 Efnilegur málari þarf töfluspritt (10)
- 14 Styrkja víða riðvaxna pilta (11)
- 15 Algjör sveppur lamdi tré uppá bakka (10)
- 16 Spóla áfram eins hratt og þetta ferli leyfir (9)
- 17 Hnusa af undirstöðu eigin trýnis (7)
- 19 Sum kela með kolrugluðum alvöru sakamönnum (7)
- 23 Þeim var skylt að þekja þessa eðalbúllu (7)

- 27 Hann er húsörn hjá björgunarsveitinni á Húsavík (7)
- 29 Þetta eru mikilvirkir orku-drykkir (8)
- 30 Matreiddu þennan drátt fagmannlega þótt þau töluðu svolitið óskýrt (7)
- 31 Á fætur maður, það er hó í radió! (7)
- 32 Hvað segirðu, hefurðu soðið orkuna? (8)
- 33 Hin hallandi orka klárast fyrst (7)
- 34 Röllu framhjá lærafeitu líki (7)
- 38 Skrifum e-n óþverra og birtum í Rapport og Hustler (9)
- 42 Bón vex úr óreglu í leyfi drauma minna (8)
- 46 Frá andstyggilegum að öflugum – góð skipti? (7)

- 47 Mjólkurmatgur gefur lit en flíkin felur (7)
- 48 Þessi kraftörn keyrir átján hjóla Scaniu (9)
- 49 Uppgötva að norræn tunga geymir karabiska tóna (7)
- 50 Ég hélt fólkið dáid og réði því frá frekari leit (7)
- 51 Hitti rugluðu kúkana, bræður mína í kirkjukórnum (6)
- 52 Þessi klikkaði kani mat valdið mikils (7)

### LÓDRÉTT

- 1 Neita að færa afla milli verstöðva (9)
- 2 Frjáls maður og sköllóttur geflar sig framan í heiminn (9)

- 3 Smá svif, smá átök og svolitil hreyfing – af þessu hlaust næstum slys í samgöngum (9)
- 4 Stelum myndum frá drátt-högum drósum (9)
- 5 Er munur á hamingju Ármanns og annarra svallara? (10)
- 6 Því lokið þið á blöð frekar en að treysta á getuna til að sjá í gegnum þau? (10)
- 7 Haft ákafrar og opinna sálar (8)
- 8 Vönduð skrá um vandaða hluti (9)
- 9 Brún mun gróðursetja jurtt sem gefur nær svartan ávöxt (9)
- 10 Utan við línuna í burtklipptan kinnabútinn í erfðafræðinni (9)
- 18 Vitfíring einkennir óheft og klár börn (8)

- 20 Geri fugl að þýi áttfætlu (7)
- 21 Það vantar ekki 50 manns í ódagot hjá ódauðlegum snillingum (7)
- 22 Skilst að börn safni gjarnan að sér börnum (7)
- 24 Þessir tittir stækka leynda flík úr C í M (7)
- 25 Þessar keldur ku vera kol- aðar (7)
- 26 Hvað bar Örn á þau sem roðnuðu enn meira? (7)
- 27 Þessi botn er heldur yfirborðskennur (7)
- 28 Það þarf árrisulan náunga til að þola leiðindin (5)
- 35 Skal sá er mér til heyrir fara í kringum þau er við segjum til syndanna (7)

- 36 Má reka fólk fyrir þann glæp að verða gamalt? (7)
- 37 Einhvern veginn mun sá ljúffengi móta mig (7)
- 38 Ég stræka á rotnar matvörur (6)
- 39 Staldrá við til að hnusa af blómnum og komast að niðurstöðu (6)
- 40 Hugbúnaður sem litlir menn nota til að skrifa vonda bækur (6)
- 41 Er þessi völlum með sundfit í jafri sínum? (6)
- 43 Undirkjöll úr garni (6)
- 44 Áskotnast skekta hinna heimsku (6)
- 45 Ætli Jökull sparki einhverjum út af þessum reikulu jökum? (6)

### LÉTT

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

### MIDLUNGS

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

### PUNG

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

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

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

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

### Skák Gunnar Björnsson

#### Hvítur á leik



Anish Giri (2764) átti leik gegn Radaslav Wojtaszek (2705) á Tata Steel-mótinu í Wijk aan Zee.

**49. Hxh7! 1-0. 49...Kxh7** er svarað með **50. Hd7+ Kh8 51. Rxg6+ Kg8 52. h7#**. Tata Steel-mótinu lýkur á sunnudaginn. Anish Giri er efstur fyrir lokaátökin. Íslandsmót grunnskólasveita – stúlknaflokkur fer fram í dag og Skákþingi Reykjavíkur verður framhaldið um helgina.

www.skak.is: Tata Steel-mótið.

### Bridge Ísak Örn Sigurðsson

### LOKASAMNINGURINN

Mikið er spilað á netinu í þessu faraldursástandi og spilamennska á nýja forritinu „Realbridge“ er mjög vinsæl. Þriðjudaginn 26. janúar var spilaður fjölmennur (30 þör) tvímenningur, sem lauk með

sigrí Gísla Þórarinssonar og Jens G. Jensonar í 24 spilum. Þetta mikla skiptingarspil kom fyrir í þeirri keppni. Vestur var gjafari og enginn á hættu:

<b>Norður</b>	♠ G986542
	♥ D74
	♦ K
	♣ 53
<b>Vestur</b>	♠ 7
	♥ G108653
	♦ DG94
	♣ KD
<b>Austur</b>	♠ D3
	♥ ÁK9
	♦ 632
	♣ G10842
<b>Suður</b>	♠ ÁK10
	♥ 2
	♦ Á10875
	♣ Á976

Það kom fáum á óvart að algengast væri að spilaður væri spaðasamningur í NS, sem var spilaður á öllum borðum í keppninni utan einu. Hins vegar er slemma mjög góð og aðeins eitt par (Kristinn Kristinsson og Karl Grétar Karlsson) sagði sig alla leið upp í 6 ♣, með hjartaásinn sem útspil frá austri. Vinningsleiðin er að trompa tígullitinn góðan og innkomur á suðurhöndina nægilegar til þess. Spaðageim var spilað á þrettán borðum og á níu þeirra voru aðeins teknir ellefu slagir. Fjögur borðanna tóku tólf slag og fengu örlitinn plús fyrir það (reiknað eftir impaskori). Rúmlega 11 impa gróði fékkst fyrir að segja spaðaslemmuna og standa hana. Besta skorið í AV fengu Guðjón Sigurjónsson og Stefán Stefánsson fyrir að spila dobluð fimm hjörtu, tvo niður (300), sem var tæplega fimm impa gróði fyrir þá, sem verður að teljast lítill gróði.

# LÁTTU ÞÉR

FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM,  
SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM

# LÍÐA VEL

LUR.IS

Dönsk  
gæði

Lama®

Danskt handverk  
síðan 1939



RICCARDO rafstillanlegur tungusófi

Öll sæti  
og bak  
stillanlegt

BRUNSTAD

Brunstad  
hvíldarstóll



ISABELLA hægindasófi.  
Sjá nánar á lur.is

Öll sæti  
stillanleg



Stillanleg  
rúm

Svefnsofar í miklu úrvali.

Margar  
stærðir

BUGATTI®  
ITALY



SITTING VISION  
hvíldarstóllar



ERMES hægindasófi. Sjá nánar á lur.is

Öll sæti  
stillanleg



GRACE hægindastóll

Stillanlegur  
höfuðpúði



ORACOL tungusófi

CALIA  
ITALIA

CALIA  
ITALIA



JACOB stóll frá Calia Italia

RÚM • SÓFAR • HVÍLDARSTÓLAR • HEILSUKODDAR • LJÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORD • SÆNGUR



VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN

SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK  
Opíð alla virka daga 10-18. Lau. 11-16

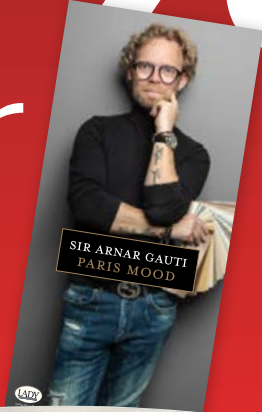
554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is

LUR  
BETRI HVÍLD

LADY málning 

# 20% afsláttur

Litakort Sir Arnars Gauta er komið í Húsasmiðjuna



28%

Málningar-  
límbönd

3 í setti,  
7039300

**990** kr  
~~1.390~~kr



21%

**ANZA**  
Málningarfata  
0,3 ltr. 7006210

**390** kr  
~~495~~kr



24%

**ANZA**  
Málningarbakki

Rúllusett og bakki 25 cm, passar fyrir framlengingarsköft frá Anza. 7014822

**1.490** kr  
~~1.975~~kr



30%

**JOTUN**  
Túpuspörtil

Jotun, 400 ml.  
7109995-6/ 7111000/2

Verð frá:  
**822** kr  
~~1.645~~kr



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



Skoðaðu allt úrvalið á blomaval.is

## Fermingarleikur Blómavals

Allir sem versla árituð kerti, sálmbækur eða servíettur á Fermingardögum í Blómavali eða vefverslun fara sjálfkrafa í lukkupott Blómavals og geta unnið:

Rafhlaupahjól  
HUE snjallýsing í herbergið  
Remington sléttujárn  
Remington rakvél og fleira



## Pottaplöntudagar

20-50% afsláttur

Ný sending í hverri viku

36%

Risa Jukka  
24 cm pottur. 11261625

**4.990** kr  
~~7.790~~kr



26%

Orkidea  
12 cm pottur. 1132500

**1.990** kr  
~~2.690~~kr



25%

Ástareldur  
13 cm pottur.  
10323787

**1.490** kr  
~~1.990~~kr



28%

Havaírósi  
13 cm pottur.  
11328264

**2.490** kr  
~~3.490~~kr



26%

Monstera  
Deliciosa,  
Rifblaðka,  
13 cm pottur.  
11328481

**1.990** kr  
~~2.690~~kr



29%

Paradísartré  
Crassula Ovata,  
13 cm pottur. 11400216

**1.190** kr  
~~1.690~~kr







blómaval HÚSASMÍÐJAN

# FYRIR ÞIG

## Fermingardagar

Hefjast í Skútuvogi um helgina

30. janúar til 15. febrúar

# 30%

afsláttur

af vörum sem þú þarft fyrir ferminguna, einnig í vefverslun, blomaval.is



## Fagmennska í 50 ár

Einnig hægt að panta í vefverslun áritun á servíettur, sálma- og heillaóskabækur o.fl. Við bjóðum upp á fallegar vörur hvort sem er fyrir kirkjulegar athafnir eða borgaralegar fermingar



Blóma og borðskreytingar



Merktar sálma- og heillaóskabækur



Merktar servíettur og kerti

## Samstarfsaðilar okkar á fermingardögum

### Kynningar

- Sætar syndir
- Múlakaffi
- Veislan
- Kransakökunámskeið Blómavals

Athugið að ekkert smakk er í boði



### Skreytingar og skemmtun

- Blómaskreytar Blómavals sýna uppdekkuð borð, borðskreytingar o.fl.
- Selfie.is ljósmyndabox fyrir veisluna
- Rent a Party, allt fyrir veisluna á einum stað



### Fermingarfatnaður

- Gallerí sautján og Flash sýna nýjustu tísku í fermingarfatnaði fyrir bæði kyn

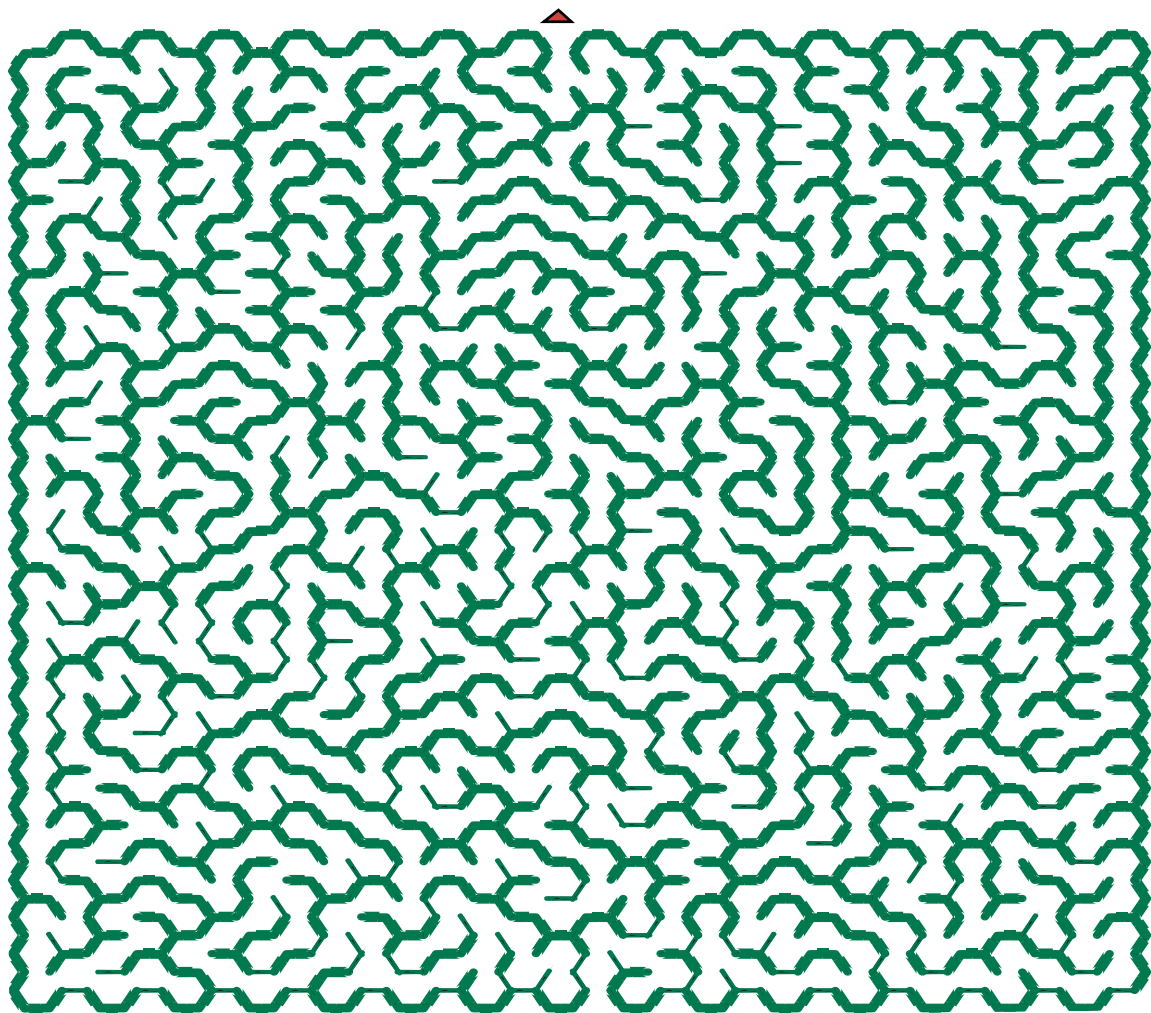


galleri sautján

Munum fjöldatakmörkunir, grímur og fjarlægðarmörk



## KRAKKAR



## Konráð <sup>439</sup> og félagar á ferð og flugi

„Jæja,“ sagði Kata og glotti. „Við verðum of sein!“ Bætti hún við og hermdi eftir áhyggjurödd Konráðs sem óttaðist fátt meira en að vera of seinn. „Ég er búinn að heyra þetta of oft og nenni ekki að heyra það einu sinni í viðbót.“ Konráð byrjaði að

malda í móinn en hætti svo við. „Það gerir ekkert til að vera aðeins of sein,“ sagði Kata. „Það er aftur á móti gaman að glíma við að finna rétta leið í



Getur þú fundið leiðina í gegnum vöfundarhúsið?

gegnum vöfundarhús.“ Hún breytti upp ermarnar. „Koma nú, inn með ykkur, ég finn réttu leiðina og sannið þið til, við verðum ekkert of sein,“ sagði Kata rogginn um leið og hún arkaði inn í dimm göng vöfundarhússins.

## Gátur



- 1 Hvaða þrjú mannanöfn geta sést út um gluggann?
- 2 Hvað er minna en mús og hærra en hús?
- 3 Hvar finnur þú vegi án bíla, skóg án trjáa og borgir án húsa?
- 4 Hvaða tröll eru til í veruleikanum?
- 5 Hvað heyrir án eyrna, talar án munns og svarar á öllum tungumálum?

Svör:

1 Stígur, Steinn, Mán! 2 Eldur 3 A landakort! 4 Tryggðatröll 5 Berg- málið

## Listaverkið

Úti í Eyjum nefnist þessi mynd eftir **Mikael Þór Arnason**, 10 ára, sem fór í dagsferð til Vestmannaeyja síðasta sumar.



Jökull Bergmann ætlar sér að ná langt á snjóbretti. MYND/AÐUNN NÍELSSON

# Oft meitt mig en þó aldrei brotið

Akureyringurinn Jökull Bergmann Kristjánsson er tólf ára, verður þrettán í apríl. Hann er heima á miðjum, virkum degi og ég verð hissa.

**Er enginn skóli í dag?** Nei, það er viðtalsdagur þar sem foreldrarnir mæta.

**Þá getur þú leikið þér í snjónum. Er það ekki áhugamál?** Jú, það er eitt af þeim. Ég er snjóbrettastrákur.

**Hvað varstu gamall þegar þú byrjaðir á bretti?** Ég held ég hafi verið sjö ára en ég var oft búinn að vera uppi í fjalli á skíðum með mömmu og pabba.

**Hefurðu góðan brettakennara?** Já, mjög góðan. Pabbi er brettakennari en þjálfar annan flokk sem ég er í núna.

**Hefurðu áhuga á fleiri íþróttum?** Ég æfi fótbolta og er líka á fjallahjól.

**Hefurðu meitt þig?** Já, ég hef oft meitt mig en þó aldrei brotið mig.

**Ertu stundum hræddur?** Já, ég hef verið hræddur en ég er samt dálítið í að gera hlutina og hugsa ekkert alltof mikið um þá því þá verð ég of hræddur.

**Áttu happatölu?** Nei, en ég er með töluna 22 á fótboltabúningnum.

**Með hvoru liðinu spilarðu? KA eða Þór?** Ég spila með A-liði KA á yngra ári.

●● Er samt dálítið í að gera hlutina og hugsa ekkert alltof mikið um þá því þá verð ég of hræddur.

**Þarftu ekki að borða hollt fyrst þú æfir svona mikið?** Jú, ég þarf þess en geri það samt ekki alltaf. Fæ mér stundum pítsu.

**Hyggstu ná langt?** Ég ætla mér að ná langt á snjóbretti, já.

**Hefurðu farið í keppnir á því?** Já, oft. En mér finnst það ekki eins gaman og að vera með vinum uppi í fjalli. Ég verð svo stressaður. Þarf eiginlega tónlist til að róa mig niður því ég er með svo mikið keppnis-skap.

**Manstu eftir einhverju skrítnu sem hefur komið fyrir þig?** Ég var einu sinni að gera bakk-tripp á snjóbretti og lenti skringilega – eiginlega á andlitinu og allt í einu var ég farinn að tala við sjálfan mig í huganum: Af hverju var ég að þessu? Þetta var eins og gert til að meiða mig.



ENDURNÝJAÐU ✨🍊✨

# LJÓMANN

**NÝTT**



Prófaðu

**Q10 ENERGY**

MEÐ C- & E-vítamíni



# VEÐUR & MYNDASÖGUR

## Laugardagur

<b>Reykjavík</b>  -2   4 °C   ↖	<b>Ísafjörður</b>  -7   7 °C   ↙	<b>Akureyri</b>  -7   3 °C   ↘
<b>Egilsstaðir</b>  -6   3 °C   ↘	<b>Kirkjubæjarkl</b>  -1   3 °C   ↙	<b>Hveravellir</b>  -13   7 °C   ↘

Norðaustlæg átt 5-13 í dag og lítilsháttar él á víð og dreif en þurrt vestanlands. Frost víða á bilinu 3 til 13 stig en kaldara á stöku stað.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
<b>Reykjavík</b>  -2   5 °C   ↖	 -1   7 °C   ↖	 1   10 °C   ↖	 2   10 °C   ↖	 4   13 °C   ↖	
<b>Ísafjörður</b>  -6   5 °C   ↗	 0   5 °C   ↗	 -3   3 °C   ↗	 -1   3 °C   ↗	 0   5 °C   ↖	
<b>Akureyri</b>  -7   3 °C   ↗	 -7   4 °C   ↗	 -8   2 °C   ↗	 -6   2 °C   ↗	 -4   2 °C   ↗	
<b>Egilsstaðir</b>  -8   1 °C   ↖	 -10   4 °C   ↗	 -8   3 °C   ↗	 -9   3 °C   ↗	 -3   3 °C   ↗	
<b>Kirkjubæjarklaustur</b>  -4   2 °C   ↙	 -8   2 °C   ↘	 0   7 °C   ↙	 2   6 °C   ↙	 3   7 °C   ↖	
<b>Hveravellir</b>  -9   9 °C   ↗	 -13   5 °C   ↗	 -8   7 °C   ↗	 -9   7 °C   ↗	 -4   10 °C   ↗	

## AUGLÝSINGA

# GERÐ

FYRIR ALLAR TEGUNDIR MIÐLA

# UMSJÓN

MEÐ SAMFÉLAGSMIÐLUM

## MARKAÐSRÁÐGJÖF

24 ÁRA REYNSLA Í AUGLÝSINGA OG MARKAÐSMÁLUM

HAFÐU SAMBAND STRAX Í DAG!

## EINNMÖLLU.

kairos.iceland@gmail.com / 846 2884

### Pondus

Eftir Frade Øverli

Er einhver með dæmi um hvernig við getum nýtt ýkjur til að sýna fram á boðskap?

Já? Maggi?

Pabbi fann eina leið! Hann er ekkert sérstaklega ánægður með veturinn...

Og þá á hann til að segja að þú getir þjappað þessari andskotans djöfulsins árstíð saman og troðið henni upp í rassgatið á þér með skíðastaf!

Og hver er boðskapurinn í þetta skipti?

Hún var að hugsa um... að þú ættir að hugsa um að taka þér vikufri!

### Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Hey!

Við kusum um lýðræðislegri hjóðstillingu.

### Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Af hverju á ég að burstu tennur?

Vissirðu ekki?

Það er eini tíminn sem maður má hrækja án þess að vera skammaður!

Hey, já!

Þetta var karllæg sálfræði!

Bursta stelpur tennur af annarri ástæðu?

**DV** HEIMKAUP.IS

KAUPTU NÝJASTA DV Á HEIMKAUP.IS OG FÁÐU BLAÐIÐ SENT HEIM AÐ DYRUM!



**Aðeins 995 kr.!**

512 7000

WWW.DV.IS/ASKRIFT

ASKRIFT@DV.IS

\*Sendingarkostnaður ekki innfallinn í verði

# KRÓNAN

Við fögnum með  
**5% afslætti**  
til allra viðskipta-  
vina okkar í dag,  
laugardag

Í ALVÖRU ...  
**TAKK!**

Við erum mjög þakklát fyrir að eiga ánægðustu viðskipta-  
vinina á matvörumarkaði á Íslandi, fjórða árið í röð!  
Þetta hvetur okkur til að gera ennþá betur.

Við brosum eins og ...

ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUVOGIN



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



Katrín Júlíusdóttir glæpasagnahöfundur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Leit að nýjum glæpasagnahöfundum

Í ár munu glæpasagnaverðlaunin Svartfuglinn verða veitt í fjórða sinn. Umsóknarfrestur í ár hefur verið færður til 1. mars og miðað er við að verðlaunabókin komi út snemma hausts. Verðlaunin nema 500.000 krónum, auk þess sem höfundur býðst samningur við umboðsmanninn David Headley, en tímaritið Bookseller útnefndi hann sem einn af 100 áhrifamestu mönnum breskrar bókaútgáfu árið 2015.

Eva Björg Ægisdóttir hlaut fyrst allra Svartfuglinn fyrir Marrið í stiganum. Eiríkur P. Jörundsson bar sigur úr þytum í samkeppninni árið 2019 fyrir bók sína Hefndarenglar.

Katrín Júlíusdóttir fyrrverandi ráðherra og alþingismaður hlaut Svartfuglinn árið 2020 fyrir glæpasöguna Sykur. Erlendir útgefendur hafa sýnt bókinni áhuga og verið er að vinna að útgáfusamningum við erlend forlög.

Samkeppnin um Svartfuglinn er ætluð höfundum sem hafa ekki áður sent frá sér glæpasögu. Höfundarnir Yrsa Sigurðardóttir og Ragnar Jónasson stofnuðu til verðlaunanna í samvinnu við útgefanda sinn, Veröld. Yrsa og Ragnar skipa dómnefndina ásamt Bjarna Þorsteinssyni, útgáfustjóra Veraldar.

## Ingvar leiðir söngstund

Ingvar Valgeirsson leiðir söngstund í Hannesarholti sunnudaginn 31. janúar kl. 14. Ingvar hefur starfað sem trúbadur í fjölda mörg ár og leikið um allt land. Þetta er í annað sinn sem Ingvar stjórnar Syngjum saman í Hannesarholti.

Streymt er frá stundinni á fésbókarsíðu Hannesarholts, en einnig eru gestir velkomnir þegar sóttvarnir leyfa. Frítt fyrir börn í fylgd með fullorðnum, sem greiða 1.000 króna aðgangseyri.



Ingvar syngur í Hannesarholti.



Georg Guðni við vinnu sína, en listunnendur geta skoðað málverk hans í Listasafni Íslands. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

# Upphafsstef að einhverju nýju

**Berangur er yfirskrift sýningar í Listasafni Íslands með verkum frá síðustu starfsárum Georgs Guðna. Sum hafa ekki verið sýnd áður. Sýningarstjóri er Einar Garibaldi Eiríksson.**

Kolbrún Bergþórsdóttir  
kolbrun@frettabladid.is



**B**erangur er yfirskrift sýningar á verkum Georgs Guðna (1961-2011) sem verður opnuð í dag, laugardag, í Listasafni Íslands. Sýningarstjóri er Einar Garibaldi Eiríksson.

„Á sýningunni gefur að líta valin verk frá síðustu fimm starfsárum Georgs Guðna, en hann varð bráðkvaddur sumarið 2011. Á henni er gerð tilraun til að líta yfir þetta lokatímabil á ferli hans og gefa sýn inn í þær breytingar sem voru að eiga sér stað í list hans. Verkin eru ríflega fjörutíu, flest í einkaeign en nokkur úr opinberri eigu. Sum verkanna hafa ekki komið fyrir almenningssjónir áður, bæði verk sem unnin voru vorið áður en hann fellur frá, auk nokkurra verka sem aðeins voru sýnd á einkasýningum hans í galleríum á Norðurlöndum á þessum sama tíma,“ segir Einar.

### Síðasta landslagsmyndin

Yfirskrift sýningarinnar, Berangur, tengist nafninu á landspildu sem Georg Guðni keypti ásamt fjölskyldu sinni vorið 2004, en þar reistu þau sér heimili og vinnustofu þar sem hann vann að nokkrum þeirra verka sem finna má á sýningunni. „Nafngift staðarins er ákaflega vel til fundin því að þegar maður kemur á Berangur þá svipar náttúrufari þar til eins og við þekkjum staðhætti úr fyrri verkum hans. Vegna þessa hef ég leyft mér að segja að þessi landspilda hafi í raun og veru verið hans síðasta landslagsmynd,“ segir Einar.

Spurður hvað einkenni verkin á sýningunni segir Einar: „Það er erfitt að tilgreina eitthvað sérstakt, því sem fyrr þá gerðust breytingar í verkum Georgs Guðna ævinlega

**HANN ER EINN AF OKKAR ALLRA MIKILVÆGUSTU LISTAMÖNNUM Á SÍÐUSTU ÁRATUGUM.**

þyngri, auk þess sem að finna má í þeim meira af teikningu smáatriða. Sömuleiðis ríkir í þeim mun meiri ákefð og hraði en í eldri verkum hans. Hann dvaldi oftast lengi við gerð fyrri verka sinna, en þessi verk eru augljóslega unnin á mun styttri tíma. Þau bera þess merki að vera unnin á meiri hraða og vegna þessa má greina ríkari blæbrigði á milli þeirra. Það er meira eins og dagsformið verði sýnilegt í þeim í stað hins langa meltingartíma sem maður finnur svo vel fyrir í fyrri verkum hans. Það er því líkt og að í þessum hinstu verkum hans sé slegið ákveðið upphafsstef að einhverju nýju, sem maður sér þó ekki fyrir hvernig hefði getað þróast.“

### Opnaði nýjar stöðvar

Verk Georgs Guðna hafa verið sýnd víða um lönd og honum hlotnuðust ýmiss konar viðurkenningar fyrir framlag sitt til alþjóðlegrar myndlistar. „Hann er einn af okkar allra mikilvægustu listamönnum á síðustu áratugum. Með fyrri landslagsverkum sínum markaði hann sér fljótlega sérstöðu, með þeim nýja og óvænta tón sem birtist í verkum hans. Með þeim markaði hann ekki aðeins svæði fyrir komandi listamenn, heldur opnaði hann fyrir algerlega nýjar stöðvar í upplifun okkar af umhverfi okkar. Í kjarna sínum hafa þau í raun hjálpað okkur við að endurskilgreina sýn okkar og skilning á íslenskrri náttúru,“ segir Einar.

Í marsmánuði gefur Listasafn Íslands út bókina Berangur, með verkum Georgs Guðna á sýningunni auk þess sem Jón Kalman Stefánsson og Harpa Rún Kristinsdóttir rithöfundar rita texta.



Án titils, olíumálverk frá árinu 2011.



Einar Garibaldi Eiríksson er sýningarstjóri. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

hæglátlega, ef eitthvað var þá er það svolítið eins og hæg vedrabrigði væru að eiga sér stað. Georg Guðni er auðvitað kunnur fyrir þessi loftkenndu og gagnsæju verk sem unnin voru í mörgum löngum og oft á tíðum á gríðarlega löngum tíma, en verk þessa tímabils eru að mörgu leyti efniskenndari og



## Bókmenntaverðlaun Tómasar Guðmundssonar 2021

Reykjavíkurborg auglýsir hér með eftir óprentuðu handriti að ljóðabók, frumsömdu á íslensku, til að keppa um Bókmenntaverðlaun Tómasar Guðmundssonar sem verða til úthlutunar á síðari hluta árs 2021.

Verðlaun að upphæð ein milljón krónur verða veitt fyrir eitt handrit. Þriggja manna dómnefnd metur verkin. Útgáfuréttur verðlaunahandrits er í höndum höfundar eða þess forlags sem hann ákveður að starfa með. Sé dómnefnd á einu máli um að ekkert þeirra verka sem borist hafa fullnægi þeim kröfum sem hún telur að gera verði til verðlaunaverka má fella verðlaunin niður þetta árið. Handritum sem keppa til verðlaunanna þarf að skila í þrítíu merktum dulnefni, en nafn, heimilisfang og símanúmer höfundar fylgi með í lokuðu umslagi.

Handrit berist í síðasta lagi þriðjudaginn 1. júní 2021.

### Útanáskrift:

Bókmenntaverðlaun Tómasar Guðmundssonar  
b.t. Reykjavíkur bókmenntaborgar UNESCO  
Ráðhúsi Reykjavíkur, Tjarnargötu 11, 101 Reykjavík

Ragnheiður Lárusdóttir hlaut Bókmenntaverðlaun Tómasar Guðmundssonar 2020 fyrir handrit að ljóðabókinni 1900 og eitthvað. Aðeins var opnað umslag með nafni verðlaunahafa og verður öðrum handritum eytt sé þeirra ekki vitjað fyrir **16. febrúar 2021**. Senda þarf póst á bokmenntaborgin@reykjavik.is áður en handrit eru sótt.



590351 Mercedes Benz '13, sjálfskiptur, ekinn 68 þús.km. Verð: 3.990.000 kr.



446202 BMW 7 730d Xdrive '14, sjálfskiptur, ekinn 135 þús.km. Verð: 6.490.000 kr.



550071 SsangYong Tivoli XLV dlx '18, sjálfskiptur, ekinn 39 þús.km. Verð: 3.290.000 kr.



445370 Opel Astra Enjoy '17, sjálfskiptur, ekinn 61 þús.km. Verð: 2.190.000 kr.

# Við tökum gamla bílinn uppí á 600.000



Gamli bílinn þinn gildir að lágmarki sem 600.000 króna innborgun\* í nýlegan og öruggan bíl (sérmerktur á plani). Þinn gamli þarf aðeins að vera með gilda skoðun og í ökufæru ástandi. Ef þú ert ekki með bíl uppí má alltaf ræða aðra dila.

Nýir bílar á hverjum degi og ótal önnur spennandi tilboð í gangi!



591066 SsangYong Tivoli Hlx '17, sjálfskiptur, ekinn 53 þús.km. Verð: 2.650.000 kr.



445934 Opel Crossland X Enjoy '18, beinskíptur, ekinn 14 þús.km. Verð: 2.450.000 kr.



445516 Opel Insignia Innovation '17, sjálfskiptur, ekinn 65 þús.km. Verð: 2.690.000 kr.



445995 SsangYong Korando dlx '17, sjálfskiptur, ekinn 64 þús.km. Verð: 2.690.000 kr.



446583 Suzuki Vitara gl+ '19, beinskíptur, ekinn 67 þús.km. Verð: 2.990.000 kr.



591030 Opel Corsa Enjoy '18, sjálfskiptur, ekinn 66 þús.km. Verð: 2.090.000 kr.



446498 Opel Mokka X Innovation '18, sjálfskiptur, ekinn 72 þús.km. Verð: 3.390.000 kr.



750355 Renault Clio Zen '18, sjálfskiptur, ekinn 75 þús.km. Verð: 2.190.000 kr.



446452 Opel Astra Innovation '18, beinskíptur, ekinn 80 þús.km. Verð: 2.190.000 kr.



446230 SsangYong Rexton '16, sjálfskiptur, ekinn 53 þús.km. Verð: 4.790.000 kr.



445768 Opel Astra Enoy St '18, sjálfskiptur, ekinn 53 þús.km. Verð: 2.990.000 kr.



590930 Hyundai i30 '19, sjálfskiptur, ekinn 52 þús.km. Verð: 2.890.000 kr.

Meira úrval á notadir.benni.is



Bílabúð Benna | Krókhálsi 9 | Reykjavík | 590 2035



Birt með fyrirvara um mynda- og textabrengl. \* Tökum aðeins 1 bíl uppí hvern nýlegan notaðan bíl. \*\*Forsendur: 5 ára lán hjá Lykli. Útborgun 600.000 kr.

## DAGSKRÁ

## Laugardagur



# NBA DEILDIN ER KOMIN HEIM!


**LAUGARDAG 01:30**

**BOSTON CELTICS**
**VS**
**LA LAKERS**

**SUNNUDAG 20:30**

**DENVER NUGGETS**
**VS**
**UTAH JAZZ**


ÁSKRIFT AÐEINS  
**3.990**  
kr./mán.  
STÖÐ 2 SPORT ERLENT

 Tryggðu þér áskrift í dag á **stod2.is**

## HRINGBRAUT

- 20.00 Bókahornið (e)** Þátturinn fjallar um bækur af öllu tagi, gamlar og nýjar, með viðtölum við skapandi fólk.
- 20.30 Atvinnulífið (e)** Í Helgargöga með Þóru Rós róum við okkur niður í nútíundinni – og erum til staðar í stundinni.
- 21.00 Sir Arnar Gauti (e)** Arnar Gauti snýr aftur á skjáinn með umfangsmikinn lífsstílsþátt sem tekur saman allt sem snýr að heimilum, hönnun, innlitum, matar- og veitingahúsameningu, arkitektúr og margt, margt fleira.
- 21.30 Bílalíf** Fjórlegur og fjölbreyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.

## RÚV SJÓNVARP

- 07.15 KrakkaRÚV**  
**07.16 Töluþúkkur**  
**07.21 Poppý kislúó**  
**07.32 Kátur**  
**07.44 Eðlukrúttin**  
**07.55 Bubbi byggir**  
**08.06 Lestrarhvutti**  
**08.13 Hið mikla Bé**  
**08.35 Stuðboltarnir**  
**08.46 Hvolpasveitin**  
**09.09 Grettir**  
**09.21 Stundin okkar** Þessi með filabrautinni, jóganu og rímnaflæðinu.  
**09.45 Húllumhæ**  
**10.00 Gettu betur - Stjórnustrið**  
**11.10 Vikan með Gísla Marteini**  
**11.55 Baðstofan**  
**12.50 Övæntur afur**  
**13.50 James Cameron. Vísindaskáldskapur í kvikmyndum**  
**14.35 Mamma mín**  
**15.00 Júdó** Reykjavíkurleikarnir.  
**16.35 Herra Bean**  
**17.05 Frankie Drake**  
**17.50 Táknálsfréttir**  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Óargadýr**  
**18.29 Herra Bean**  
**18.40 Hjá dýralækninum**  
**18.45 Landakort** Samgönguminjasafn.  
**18.53 Lottó**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir**  
**19.35 Veður**  
**19.40 Tónatal Lay Low** Í þessum fimmta þætti Tónatala spjallar tónlistarkonan Lay Low við Matthías um söngferilinn sem hún vefur saman með nokkrum af helstu lögum sínum í bland við áhrifavalda hennar.  
**20.45 Bollakökur og blíðuhót The Sweetest Heart**  
**22.10 Contraband Smygl** Spennuþryllir frá 2012 í leikstjórn Baltasars Kormáks. Fyrirverandi smyglari tekur að sér eitt lokaverk til að koma mági sínum úr vandræðum. Leikarar: Mark Wahlberg, Giovanni Ribisi og Kate Beckinsale. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.  
**23.55 Poirot - Leynardómur í Cornwall** Agatha Christie's Poirot II. The Cornish Mystery  
**00.45 Dagskrárlök**

## GOLFSTÖÐIN

- 08.30 European Tour 2021** Bein útsending frá Omega Dubai Desert Classic.  
**13.05 PGA Highlights 2021**  
**14.00 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.  
**18.00 PGA Tour 2021** Bein útsending frá Farmers Insurance Open.  
**23.05 Champions Tour Highlights**

## SJÓNVARP SÍMANS

- 10.00 The Block**  
**11.00 The Block**  
**12.00 Dr. Phil**  
**12.45 Dr. Phil**  
**14.30 Man. City - Sheff. Utd.** Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.  
**17.10 Everybody Loves Raymond**  
**17.35 Four Weddings and a Funeral**  
**18.20 This Is Us**  
**19.05 Life in Pieces**  
**19.30 Intelligence** Gamanþættir af bestu gerð þar sem David Schwimmer úr Friends fer með aðahlutverkið.  
**20.00 Það er komin Helgi**  
**21.10 Love, Rosie**  
**22.50 Red Light**  
**00.40 The Guest** Hermaður kemur til Petersonfjölskyldunnar og kynnr sig sem vin sonar þeirra sem dó í bardaga. Eftir að fjölskyldan býður manninum inn á heimili sitt, þá byrja að eiga sér stað slysaleg dauðsföll.  
**04.00 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**  
**07.00 Fréttir**  
**07.03 Vinill vikunnar**  
**08.00 Morgunfréttir**  
**08.05 Ameríski draumurinn - staða svartra og barátta þeirra Fortiðin er núna.**  
**09.00 Fréttir**  
**09.05 Á reki með KK**  
**10.00 Fréttir**  
**10.05 Veðurfregnir**  
**10.15 Loftslagsdæmið (5 af 8)**  
**11.00 Fréttir**  
**11.03 Vikulokin**  
**12.00 Hádegisútlit**  
**12.20 Hádegisfréttir**  
**12.40 Heimskviður**  
**13.10 Gestaboð**  
**14.00 Wesele**  
**15.00 Flakk**  
**16.00 Síðdegisfréttir**  
**16.05 Orð um bækur**  
**17.00 Tónlist frá A til Ö**  
**18.00 Kvöldfréttir**  
**18.10 Í ljósi sögunnar**  
**18.50 Veðurfregnir**  
**18.53 Dánarfregnir**  
**19.00 Sveifludansar** Rachelle Ferrell, McCoy Tyner, Jacky Terrason.  
**20.45 Fólk og fræði** Nýsköpun í loftslagsmálum.  
**21.15 Bók vikunnar** Lifandi lífs-lækur.  
**22.00 Fréttir**  
**22.05 Veðurfregnir**  
**22.10 Litla flugan** Meira rokk og popp frá árunum í kringum 1960.  
**23.00 Vikulokin**  
**00.00 Fréttir**  
**00.05 Næturútlit Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

- 12.00 Early Release**  
**13.30 Love at First Bark**  
**14.55 Juliet, Naked**  
**16.30 Early Release**  
**17.55 Love at First Bark**  
**19.20 Juliet, Naked**  
**21.00 Impractical Jokers. The Movie**  
**22.30 Upgrade** Myndin gerist í nálægri framtíð þar sem tæknin stjórnar nær öllu í mannlegu lífi. En þegar líf Grey, sem þolir ekki tölvur og tækni, fer allt á annan endann, þá er eina von hans sú að tilraunátölvun Stem reddi málinum.  
**00.05 FANatic** Spennandi mynd frá 2017 sem fjallar um Tess en hún fer með aðahlutverk í vinsælli Sci-Fi þáttaröð.  
**01.40 Impractical Jokers. The Movie**

## STÖÐ 2

- 08.00 Strumpanir**  
**08.20 Monchhichi**  
**08.35 Vanda og geimveran**  
**08.45 Tappi mús**  
**08.50 Latibær**  
**09.00 Heiða**  
**09.25 Blíða og Blær**  
**09.45 Zigby**  
**09.55 Skoppa og Skritla**  
**10.10 Mæja býfluga**  
**10.20 Mia og ég**  
**10.45 Latibær**  
**11.10 Angry Birds Stella**  
**11.15 Angelo ræður**  
**11.20 Ella Bella Bingó**  
**11.30 Friends**  
**12.00 Bold and the Beautiful**  
**12.20 Bold and the Beautiful**  
**12.40 Bold and the Beautiful**  
**13.00 Bold and the Beautiful**  
**13.25 Bold and the Beautiful**  
**13.50 All Rise**  
**14.35 Líf dafnar**  
**15.15 Kjötætur óskast**  
**15.50 Shark Tank**  
**16.40 The Masked Singer**  
**17.45 Í kvöld er gíg**  
**18.26 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.40 Sportpakkinn**  
**18.53 Lottó**  
**18.55 Fjölskyldubingó**  
**19.45 Apollo 11**  
**21.25 Underwater**  
**22.55 Happytime Murders**  
**00.25 The Journey**  
**01.55 Madame**  
**03.25 Shark Tank**  
**04.10 The Masked Singer**

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

- 08.00 Barnaefni**  
**20.00 Friends**  
**20.20 Friends**  
**20.45 Bestu Stelpurnar**  
**21.10 American Dad 16**  
**21.35 Bob's Burgers**  
**22.00 Absentia**  
**22.45 Wu-Tang Clan. of Mics and Men**  
**23.40 Room 104**  
**00.10 Friends**  
**00.35 Friends**  
**00.55 Bestu Stelpurnar**

## STÖÐ 2 SPORT

- 08.35 Dominos Körfuboltakvöld**  
**10.00 ÍR - Haukar**  
**11.40 Stjarnan - Keflavík**  
**13.25 Dominos Körfuboltakvöld**  
**14.55 KA/Þór - Fram** Bein útsending frá leik í Olís-deild kvenna.  
**18.20 Stjarnan - Haukar** Bein útsending frá leik í Olís-deild kvenna.  
**20.00 Seinni bylgjan - kvenna**  
**21.15 Seinni bylgjan - karla**  
**22.45 Dominos Körfuboltakvöld**

## STÖÐ 2 SPORT 2

- 06.50 Torino - Fiorentina**  
**08.30 Real Valladolid - Huesca**  
**10.10 La Liga Show**  
**10.40 Reading - Bournemouth**  
**12.25 Norwich - Middlesbrough** Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.  
**15.05 Real Madrid - Levante** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.  
**17.20 Valencia - Elche** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.  
**19.25 Inside Serie A**  
**19.50 Villarreal - Real Sociedad** Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.  
**21.55 Norwich - Middlesbrough**  
**23.35 Real Madrid - Levante**  
**01.30 Boston Celtics - Los Angeles Lakers** Bein útsending frá leik í NBA.



## DAGSKRÁ

## Sunnudagur

## HRINGBRAUT

**20.00 Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkt einstaklinga um líf þeirra og störf.

**20.30 Suðurnesja-magasín Vikurfréttá (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón Páll Ketilsson. Framleiðandi Vikurfréttir ehf.

**21.00 Gengið á Dólómitana (e)** Ferðapáttur um leiðangur Íslendinga um ítölsku Dólómitana.

**21.30 Stjórnandinn (e)** Niðurtalning í Viðurkenningsarhátíð FKA sem haldin var 27. janúar 2021. Á hátíðinni kom framlína íslensks viðskiptalífs og félagskonur FKA saman til að heiðra konur úr atvinnulífina.

## RÚV SJÓNVARP

**07.15 KrakkaRÚV**  
**07.16 Refurinn Pablo**  
**07.21 Úmisúmi**  
**07.44 Kalli og Lóa**  
**07.56 Poppý kúsiló**  
**08.06 Lalli**  
**08.13 Kúlugúbbarnir**  
**08.36 Nellý og Nóra**  
**08.43 Flugskólinn**  
**09.05 Hróturinn Hreinn**  
**09.12 Múminálfarnir**  
**09.34 Kátur**  
**09.36 Konráð og Baldur**  
**09.49 Sjóræningjarnir í næsta húsi**  
**10.00 Línar**  
**10.05 Leyndarlíf kattardýra**  
**11.00 Silfrið**  
**12.10 Tónatal Lay Low**  
**13.20 HM í handbolta** Bein útsending frá bronsleik á HM karla í handbolta.  
**15.05 Ólympiukvöld ÓL 2008**  
**15.50 Tákn málsfréttir**  
**16.00 HM stofan**  
**16.20 HM í handbolta** Bein útsending frá úrslitaleik á HM karla í handbolta.  
**18.05 HM stofan**  
**18.30 Menningin - samantekt**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir á sunnudegi**  
**19.40 Veður**  
**19.50 Landinn**  
**20.25 Fyrir alla muni Leitinn að silfrinu**  
**21.00 Um Atlantsála Atlantic Crossing**  
**22.00 Dúllan mín Ma loute**  
**00.00 Silfrið**  
**01.00 Dagskrárlok**

## GOLFSTÖÐIN

**08.30 European Tour 2021** Bein útsending frá Omega Dubai Desert Classic.  
**13.05 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.  
**18.00 PGA Tour 2021** Bein útsending frá Farmers Insurance Open.  
**23.35 PGA Special. Coming Home Nicklaus** Skemmtilegur þáttur frá PGA.

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00 Síminn + Spotify**  
**10.00 The Block**  
**11.00 The Block**  
**12.00 Dr. Phil**  
**13.30 Dr. Phil**  
**14.15 The Bachelor**  
**15.35 Það er kominn Helgi**  
**16.50 The King of Queens**  
**17.10 Everybody Loves Raymond**  
**17.35 For the People**  
**18.20 This Is Us**  
**19.35 Vinátta**  
**20.00 The Block**  
**21.20 Law and Order. Special Victims Unit**  
**22.10 Your Honor**  
**23.10 Cold Courage** Hversu langt má ganga í nafni réttlætis? Cold Courage er ný spennuþáttaröð byggð á hinum vinsæla bókaflökki The Studio eftir Pekka Hiltunen.  
**00.55 The Resident**  
**02.00 The Rookie**  
**02.45 MacGyver**  
**03.30 Snowfall**  
**04.00 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

**06.55 Morgunbæn og orð dagsins**  
**07.00 Fréttir**  
**07.03 Hringisól í Arizona.**  
**08.00 Morgunfréttir**  
**08.05 Á tónsviðinu**  
**09.00 Fréttir**  
**09.03 Svona er þetta**  
**10.00 Fréttir**  
**10.05 Veðurfregnir**  
**10.15 Bók vikunnar** Truflunin.  
**11.00 Guðsþjónusta í Sel-tjarnarneskirkju**  
**12.00 Hádegisútsvarp**  
**12.20 Hádegisfréttir**  
**13.00 Sögur af landi**  
**14.00 Viðsjá**  
**15.00 Lestin**  
**16.00 Síðdegisfréttir**  
**16.05 Strokið um strengi. Sinfóníuhljómsveit Íslands 65 ára Þriðji þáttur.**  
**17.00 Sunnudagskonsert**  
**17.25 Orð af orði**  
**18.00 Kvöldfréttir**  
**18.10 Loftslagsdæmið**  
**18.50 Veðurfregnir**  
**18.53 Dánarfregnir**  
**19.00 Óskastundin**  
**19.40 Ameríski draumurinn - staða svartra og barátta þeirra (2 af 4) Fortíðin er núna.**  
**20.35 Gestaboð**  
**21.30 Fólk og fræði** Hamingja.  
**22.00 Fréttir**  
**22.05 Veðurfregnir**  
**22.10 Á reki með KK**  
**23.10 Frjálsar hendur**  
**00.00 Fréttir**  
**00.05 Næturútsvarp Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

**10.35 Lorenzo's Oil**  
**12.45 The Borrowers**  
**14.15 Grand-Daddy Day Care**  
**15.45 Lorenzo's Oil**  
**18.00 The Borrowers**  
**19.25 Grand-Daddy Day Care**  
**21.00 Girls' Night Out** Spennutryllir um fjórar vin-konur sem halda út á lífið í tilefni þess að ein þeirra, McKenzie er að fara gifta sig.  
**22.25 The Frighteners**  
**00.25 Fighting With My Family**  
**02.10 Girls' Night Out**

## STÖÐ 2

**08.00 Strumparnir**  
**08.20 Blíða og Blær**  
**08.40 Spýtukarl**  
**09.10 Mæja býfluga**  
**09.20 Adda klóka**  
**09.45 Zigby**  
**09.55 Mia og ég**  
**10.20 Lina langsokkur**  
**10.40 Latibær**  
**11.05 Lukku láki**  
**11.30 Ævintýri Tinna**  
**11.50 Angry Birds Stella**  
**12.00 Nágrannar**  
**13.25 Nágrannar**  
**13.50 Impractical Jokers**  
**14.10 Hell's Kitchen USA**  
**14.55 MasterChef Junior**  
**15.40 Fjölskyldubingó**  
**16.50 60 Minutes**  
**17.35 Viglínar**  
**18.26 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.40 Sportpakkinn**  
**18.50 Ísland í dag**  
**19.00 Tónlistarmennirnir okkar**  
**19.30 The Great British Bake Off**  
**20.30 Years and Years**  
**21.35 Two Weeks to Live** Nýir, fyndnir og æsispennandi þættir.  
**22.05 Briarpatch**  
**22.50 City Life to Country Life**  
**23.35 Coyote**  
**00.25 Romeo + Juliet**  
**02.20 Impractical Jokers**  
**02.40 Hell's Kitchen USA**  
**03.25 MasterChef Junior**

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

**08.00 Barnaefni**  
**20.00 Friends**  
**20.20 Friends**  
**20.45 Stelpurnar**  
**21.10 Wu-Tang Clan. of Mics and Men**  
**22.15 Fangavaktin**  
**22.50 Magnum P.I.**  
**23.35 Last Man Standing**  
**23.55 Friends**  
**00.20 Friends**  
**00.40 Stelpurnar**

## STÖÐ 2 SPORT

**07.40 Seinni bylgjan - kvenna**  
**08.40 Seinni bylgjan - karla**  
**10.05 FH - ÍBV** Útsending frá leik í Óls-deild kvenna.  
**11.30 KA/Þór - Fram**  
**12.55 Stjarnan - Haukar**  
**14.25 Seinni bylgjan - kvenna**  
**15.25 Seinni bylgjan - karla**  
**16.55 TD Systems Baskonia - Casademont Zaragoza** Bein útsending.  
**18.05 Haukar - KR** Bein útsending.  
**20.10 Þór Þ. - Tindastóll** Bein útsending.  
**22.10 Dominos Tilþrífín 7. umferð**  
**22.55 Seinni bylgjan - kvenna**  
**23.55 Seinni bylgjan - karla**

## STÖÐ 2 SPORT 2

**06.10 Bologna - AC Milan**  
**07.50 Sampdoria - Juventus**  
**09.35 Inter Milan - Benevento**  
**11.20 Spezia - Udinese** Bein útsending frá leik í ítölsku úrvalsdeildinni.  
**13.50 Atalanta - Lazio** Bein útsending.  
**16.50 Napoli - Parma** Bein útsending.  
**18.55 NFL Extra 20/21**  
**20.30 Denver Nuggets - Utah Jazz** Bein útsending frá leik í NBA.  
**00.10 Roma - Hellas Verona**

## Mánudagur

## HRINGBRAUT

**20.00 Atvinnulífið** Sigurður K. Kolbeinsson heimsækir íslensk fyrirtæki og kynnir sér starfssemi þeirra. Fjölbreyttir og fróðlegir þættir sem endurspeglar þá grósku sem er í íslensku atvinnulífi og fyrirtækjarekstri.  
**20.30 Karlmennskan** Feminískt sjónarhorn á karlmennsku, karla og jafnrétti í feðravelðissamfélagi.  
**21.00 Heima er best** Heima er best er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.  
**21.30 Bilalíf** Fjórlegur og fjölbreyttur þáttur um bilana okkar í leik og starfi.

## RÚV SJÓNVARP

**09.00 Heimaleikfimi**  
**09.10 Grænir fingur 1989-1990**  
**09.25 Spaugstofan 2008-2009**  
**09.50 Maður er nefndur** Sturla Friðriksson.  
**10.30 Basl er búskapur**  
**11.00 Upplýsingafundur Almannaavarna**  
**11.30 Mósaik 2000-2001**  
**12.10 Heimaleikfimi**  
**12.20 Með okkar augum**  
**12.55 Tilraunin - Fyrri hluti.**  
**13.40 Vísindahorn Ævars-Heimsókn - CCP**  
**13.55 Barn í vændum**  
**15.45 Hvað höfum við gert?** (1 af 10).  
**16.25 Orlofshús arkitekta**  
**16.55 Timafllakkarinn - Doktor Who**  
**17.50 Tákn málsfréttir**  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Loðmundur**  
**18.08 Skotti og Fló**  
**18.15 Hæ Sámur**  
**18.22 Kalli og Lóa**  
**18.33 Nellý og Nóra**  
**18.40 Sammi brunavörður**  
**18.50 Krakkafréttir**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir**  
**19.30 Veður**  
**19.35 Kastljós**  
**19.50 Menningin**  
**20.00 Hvað getum við gert?** (1 af 25)  
**20.10 Le.yndardómar mannlíkamans The Human Body. Secrets of Your Life Revealed**  
**21.00 Kynþroskinn Newton. Pubertet**  
**21.05 Ævina á enda Livstid**  
**22.00 Tiufréttir**  
**22.15 Veður**  
**22.20 James Cameron. Vísindaskáldskapur í kvikmyndum James Cameron's Story of Science Fiction** Heimildarþættir þar sem kvikmyndagerðarmaðurinn James Cameron kannar sögu vísindaskáldskapar í kvikmyndum.  
**23.05 Tilraunin** Eksperimentet - Seinni hluti.  
**23.50 Dagskrárlok**

## GOLFSTÖÐIN

**07.00 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.  
**11.00 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.  
**15.00 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.  
**20.00 PGA Highlights 2021**  
**20.55 PGA Tour 2021** Útsending frá Farmers Insurance Open.

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00 Síminn + Spotify**  
**12.30 Dr. Phil**  
**13.15 The Late Late Show**  
**14.00 mixed-ish**  
**14.25 The Block**  
**15.45 Vinátta**  
**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 Man with a Plan**  
**19.30 Superstore**  
**20.00 The Block**  
**21.00 The Rookie**  
**21.50 MacGyver**  
**22.35 Snowfall**  
**23.20 The Late Late Show**  
**00.05 Station 19** Dramatísk þáttaröð um slökkviliðsmenn og konur í Seattle.  
**00.50 The Resident**  
**01.35 Innan við dör**  
**02.35 Why Women Kill** Dramatísk þáttaröð með gamansömu ívafrá Marc Cherry, höfundur Desperate Housewives.  
**03.20 The Chi**  
**04.10 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

**06.45 Morgunbæn og orð dagsins**  
**06.50 Morgunvaktin**  
**07.00 Fréttir**  
**07.30 Fréttayfirlit**  
**08.00 Morgunfréttir**  
**08.30 Fréttayfirlit**  
**09.00 Fréttir**  
**09.05 Segðu mér**  
**09.45 Morgunleikfimi**  
**10.00 Fréttir**  
**10.03 Veðurfregnir**  
**10.13 Flugur Lög úr kvikmyndum.**  
**11.00 Fréttir**  
**11.03 Mannlegi þátturinn**  
**12.00 Fréttir**  
**12.03 Hádegðið**  
**12.20 Hádegisfréttir**  
**12.42 Hádegðið** Seinni hluti  
**13.00 Dánarfregnir**  
**13.02 Samfélagið**  
**14.00 Fréttir**  
**14.03 Hringisól í Arizona.**  
**15.00 Fréttir**  
**15.03 Orð um bækur**  
**16.00 Síðdegisfréttir**  
**16.05 Viðsjá**  
**17.00 Fréttir**  
**17.03 Lestin**  
**18.00 Spegillinn**  
**18.30 KrakkaRÚV**  
**18.50 Veðurfregnir**  
**18.53 Dánarfregnir**  
**19.00 Endurómur úr Evrópu**  
**20.35 Mannlegi þátturinn**  
**21.30 Egils saga (14 af 20)**  
**22.00 Fréttir**  
**22.05 Veðurfregnir**  
**22.10 Samfélagið**  
**23.05 Lestin**  
**00.00 Fréttir**  
**00.05 Næturútsvarp Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

**12.00 3 Generations**  
**13.30 Bowfinger**  
**15.05 Ordinary World**  
**16.25 3 Generations**  
**17.55 Bowfinger**  
**19.30 Ordinary World**  
**21.00 24 Hours to Live**  
**22.30 Patriots Day** Mögnuð spennumynd frá 2016 sem byggð er á sönnum atburðum með Mark Wahlberg í aðalhlutverki.  
**00.40 The Frighteners**  
**02.40 24 Hours to Live**

## STÖÐ 2

**08.00 Heimsókn**  
**08.20 Veronica Mars**  
**09.05 Bold and the Beautiful**  
**09.25 The O.C.**  
**10.05 The Goldbergs**  
**10.30 The Mindy Project**  
**10.55 Major Crimes**  
**11.35 Um land allt**  
**12.15 Mom**  
**12.35 Nágrannar**  
**12.55 Six Robots and Us**  
**13.55 First Dates**  
**14.40 Suits**  
**15.25 Modern Family**  
**15.45 Mr. Right**  
**17.35 Bold and the Beautiful**  
**18.00 Nágrannar**  
**18.26 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.50 Sportpakkinn**  
**18.55 Ísland í dag**  
**19.10 Kjötætur óskast**  
**19.40 Supernanny US**  
**20.25 All Rise**  
**21.10 Coyote**  
**22.00 Shameless**  
**22.55 60 Minutes**  
**23.45 S.W.A.T.**  
**00.30 Magnum P.I.**  
**01.10 Death Row Stories**  
**01.50 Major Crimes**  
**02.30 The O.C.**  
**03.15 Veronica Mars**  
**03.55 Suits**

## STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

**18.35 Barnaefni**  
**20.00 Friends**  
**20.20 Friends**  
**20.45 Stelpurnar**  
**21.05 Last Man Standing**  
**21.35 Divorce**  
**22.05 You're the Worst**  
**22.35 Wyatt Cenac's Problem Areas**  
**22.50 The Bold Type**  
**23.30 Friends**  
**23.55 Friends**  
**00.15 Stelpurnar**

## STÖÐ 2 SPORT

**07.30 Dominos Tilþrífín 7. umferð**  
**08.15 Seinni bylgjan - kvenna**  
**09.15 Seinni bylgjan - karla**  
**10.40 Stjarnan - FH**  
**12.05 KA - Afturelding**  
**13.35 Haukar - KR**  
**15.15 Þór Þ. - Tindastóll**  
**16.55 Dominos Tilþrífín 7. umferð**  
**17.45 Dominos Körfubolta-kvöld - Upphitun**  
**18.10 Keflavík - ÍR** Bein útsending.  
**20.05 Grindavík - Stjarnan** Bein útsending.  
**22.00 Dominos Körfubolta-kvöld**  
**23.25 Dominos Tilþrífín 7. umferð**

## STÖÐ 2 SPORT 2

**07.30 Granada - Celta Vigo**  
**09.10 Getafe - Alavés**  
**10.50 Cádiz - Atlético Madrid**  
**12.35 Unicaja - Valencia Basket**  
**14.10 Barcelona - Athletic Bilbao**  
**15.50 Denver Nuggets - Utah Jazz**  
**18.10 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar**  
**18.40 Ítölsku mörkin**  
**19.30 Football League Show**  
**20.00 Lokapáttur**  
**20.30 Road to the Super Bowl**  
**21.30 Spezia - Udinese**  
**23.10 Atalanta - Lazio**  
**00.50 Real Betis - Osasuna**

# Kermit stöðvar tímans þunga nið

Kermit froskur, fröken Svínka, Fossi björn, sænski kokkurinn og allir hinir Prúðuleikararnir úr The Muppet Show eru óumdeildur hápunktur í íslenskri sjónvarps sögu og hafa verið sjaldséðir í seinni tíð. Þetta breytist í febrúar þegar Disney+ byrjar að streyma öllum 120 þáttunum, mörgum væntanlega til ómældrar ánægju.

Sjónvarpsþættirnir The Muppet Show, eða Prúðuleikararnir, sem runnir voru undan rifjum brúðumeistarans Jim Henson, nutu mikilla vinsælda á árabílinu 1976 og 1981 þegar Kermit froskur, fröken Svínka, Fossi björn, sænski kokkurinn og fleiri fyrirbæri létu gamminn geisa og móðan mása í 120 þáttum.

Þegar áhorfið var sem mest var talið að um 235 milljónir manna hafi horft á þættina í yfir hundrað þjóðlöndum í viku hverri og á Íslandi voru Kermit og félagar fastagestir á einu sjónvarpsstöð landsins á föstudagskvöldum.

Börn og fullorðnir sátu sem límd saman við skjáinn, þannig að The Muppet Show vega þungt í ótal bernskuminningum auk þess sem margir tengja Prúðuleikarana við það þegar litasjónvörp urðu stöðugt algengari hjá almenningi, með tilheyrandi dramatískum breytingum á ásjónu litskrúðugs persónugallerisins.

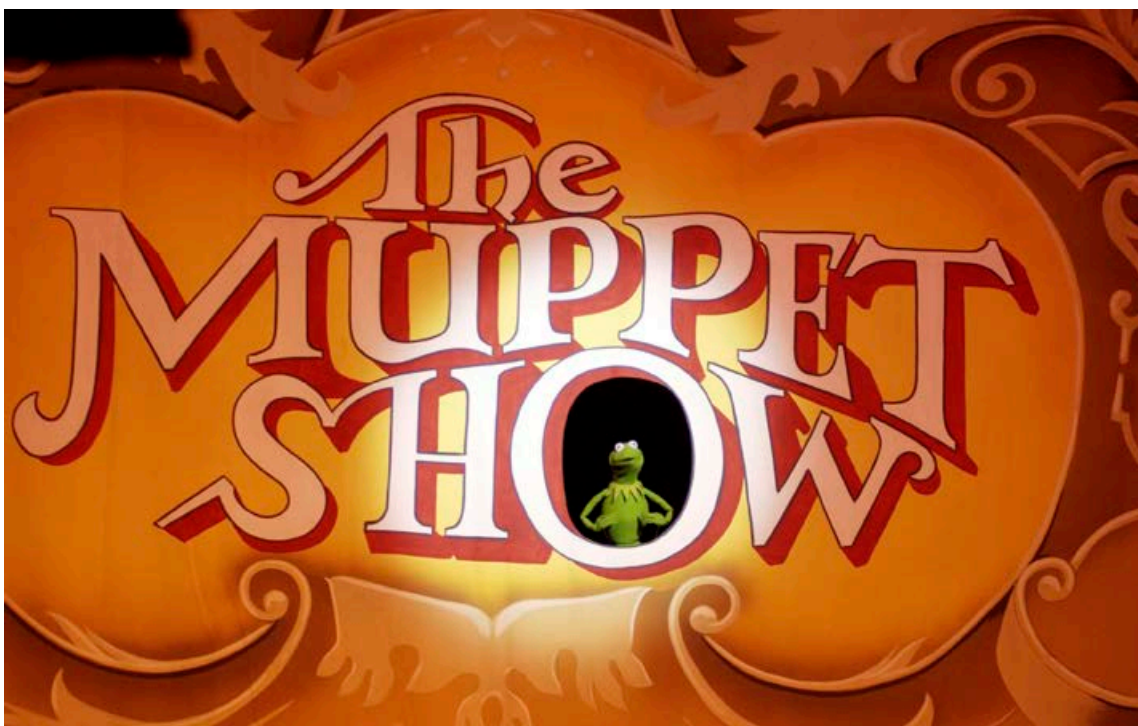
## Lífið í lit

„Þættirnir byrjuðu fyrir alvöru árið sem ég fæddist, 1976, og mínar æskuminningar eru bara mest um Prúðuleikarana af því að sjónvarpið litar svo allar minningar og ég man það til dæmis mjög skýrt og greinilega þegar við fengum litasjónvarp í fyrsta skiptið,“ segir Kjartan Guðmundsson sem hefur haldið tryggð við Prúðuleikarana allt sitt líf.

„Það fyrsta sem ég sá í litasjónvarpinu var Prúðuleikararnir og þú getur rétt ímyndað þér muninn á Prúðuleikurunum í svart hvítu og lit,“ segir Kjartan og bætir við að hann hafi orðið fyrir einhvers konar vakningu sem hafi í raun jafnast á við trúarlega upplifun.

## Komi Kermit fagnandi

Þættirnir hafa ekki verið neitt sérstaklega aðgengilegir í seinni tíð en Disney+ mun heldur betur gera bragarbót á því 19. febrúar, þegar allir fimm árgangarnir og 120 þættir renna saman við streymið þar.



Ballíð byrjaði eftir að froskurinn Kermit ávarpaði brúður og fólk og bauð alla velkomna á sýningu kvöldsins þar sem undrin gerðust í hverjum þætti. Fljótlega verður hægt að komast í 120 slík parti hjá Disney+. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Ungfrú Svínka lét engan eiga neitt inni hjá sér en vélmennið C-3PO úr Star Wars komst nokkuð vel frá nánum kynnum við hana, þegar leikarinn Anthony Daniels fylgdi Mark Hamill til fundar við Prúðuleikarana. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Alice Cooper smellpassaði inn í fjörukt persónugallerið í leikhúsi Kermits og fór mikinn í einum uppáhaldspætti Kjartans Guðmundssonar. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Grinbjörninn Fossi og eftirlætis Prúðuleikari Kjartans leitar huggunar hjá ekki minni heiðursgesti en sjálfri Diönu Ross. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Þættirnir um Prúðuleikarana byrjuðu fyrir alvöru 1976, árið sem Kjartan Guðmundsson fæddist, og hann hefur reynt á eigin skinni að Prúðuleikararnir virka jafn vel á börn sem fullorðna. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

## Okkar er ánægjan!

Raforkukaupendur ON eru hæstánægðir annað árið í röð.



ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUÖGIN

on  
ORKA NÁTTURUNNAR

„Ég held þetta ætti að svinvirka,“ segir Kjartan, sem hámhorfði á alla þættina fyrir nokkrum árum eftir að hafa eignast þá á DVD í kringum aldamótin.

„Þegar maður var krakki hafði maður bara gaman af öllum þessum litum og dúkkunum og öllu þessu. Það er ekkert fyrr en seinna þegar ég horfði á þetta allt aftur sem maður fattar að þetta voru auðvitað ekkert beint barnþættir. Þetta voru bara ógeðslega góðir gamanþættir fyrir allan aldur og svo hefur maður lesið að það var þælingin hjá Jim Henson allan tímann.“

## Góðir gestir

„Ég man alveg mjög skýrt eftir að hafa horft á ákveðna þætti og þetta

eru fáránlega margar, skýrar minningar sem tengjast Prúðuleikurunum frá því maður var pinkulítill. Ég man eftir að hafa séð Elton John í þessum páfuglabúningi sínum að spila Crocodile Rock.“

Og vikur þá talinu að mennsku gestastjórnunum en ein slík mætti í hvern þátt, oftast en ekki við mikinn fögnuð bæði Prúðuleikaranna sem og áhorfenda heima í stofu.

Gestaleikarar urðu sífellt frægari eftir því sem á leið og auk Elton John má til dæmis nefna Paul Simon, Peter Sellers, Debbie Harry, Johnny Cash, Roger Moore, Sylvester Stallone, Twiggy og stjórnustríðsleikarann Mark Hamill, sem mætti ásamt vélmenninum C-3PO og R2-D2.

„Þátturinn með Alice Cooper er

## EF ÞÚ MEIKAÐIR ÞAÐ Í PRÚÐULEIKURUNUM ÞÁ MEIKAÐIRÐU ÞAÐ HVAR SEM ER.

nú einn af mínum uppáhalds,“ segir Kjartan. „Ég meina Alice Cooper mætir þarna og syngur bara Welcome to My Nightmare og þetta smell svo fullkomlega saman einhvern veginn og ef þú meikaðir það í Prúðuleikurunum þá meikaðirðu það hvar sem er.“

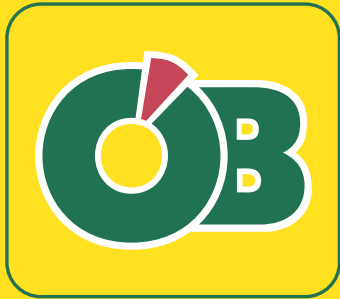
Kjartan minnir á að Stallone var þarna á hátindi frægðar sinnar og rifjar síðan upp að Alice Cooper var hikandi. „Hann var ekki alveg viss um að það væri flott fyrir myndina að vera þarna.“ Hann skipti hins vegar snarlega um skoðun þegar hann heyrði að meðal nýlegra gesta væru hryllingsgoðsagnirnar og leikararnir Vincent Price og Christopher Lee.

## Fossi allra tíma

Þegar Kjartan er spurður hvort hann eigi sér einhvern eftirlætis Prúðuleikara í gegnum árin stendur ekki á svari. „Bæði þegar ég var krakki og enn þá bara er ég eiginlega hrifnastur af Fossa,“ segir Kjartan, sem er örugglega ekki einn um að hafa heillast af hjartahreina og misheppnaða uppistandsgrínarannum Fossa birni.

„Það er bara eitthvað við það hvað hann er einhvern veginn svo óheppinn og ekkert sérstaklega hæfileikaríkur í því sem hann vill gera. En hann er svo góður og hann reynir endalaust.“

Það er líka erfitt að horfa fram hjá Bikar. Hann er helvíti góður og þótt hann segi ekki margt þá er hann traustur þarna á kantinum,“ segir Kjartan, um hinn taugaveiklaða og sípípanði aðstoðarmann uppfinningamannsins Doktor Loga Daggardropa. [totti@frettabladid.is](mailto:totti@frettabladid.is)



# LÆGSTA VERÐ ÓB

---

**FJARÐARKAUP  
ARNARSMÁRI  
BÆJARLIND  
HLÍÐARBRAUT AKUREYRI**

---

ENGIN SKILYRÐI. ÞÚ ÞARFT HVORKI LYKIL NÉ KORT.  
ÖNNUR VILDARKJÖR GILDA EKKI MEÐ LÆGSTA VERÐI ÓB.

**ob.is**

Lífið í vikunni  
24.01.21-30.01.21

### FELDUR VENUSAR

Leikkonunni Eddu Björgu Eyjólfsson dóttur fannst Roman Polanski-myndin Venus in Fur ekkert sérstaklega góð, en sá mikla möguleika í samnefndu leikriti eftir David Yves sem myndin byggir á og ætlar sjálf að leika hina drottandi Venus í pelsinum þegar hún setur verkið á svið á næsta ári.



### CO ZA PORONIONY POMYSŁ!

„Hugmyndin var að búa til einhvers konar skemmtilegt sjónarspil fyrir Pólverja,“ segir Ólafur Ásgeirsson hjá leikfélaginu PÓLIS sem frumsýndi leikrit hans Úff, hvað þetta er slæm hugmynd! í Tjarnarbiði í gærkvöld. Verkið er á pólsku enda tilraun til þess að bjóða Pólverja velkomna í leikhús á Íslandi.

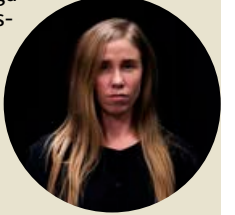
### VEIRUBLÓM

Myndlistarmaðurinn Viktor Weiss-happel byrjaði að mála á ný þegar faraldurinn skall á og blóm og náttúra urðu óvart viðfangsefni hans. Sýningunni hans, Í blóma, lýkur í Gallery Porti um helgina.



### HUGLEIÐSLUDANS

Dansarinn Inga Maren Rúnarsson dóttir snýr aftur á sviðið um helgina með dansverkið Ævi. Verkið var frumsýnt í haust en síðustu sýningum var frestað vegna COVID þar til nú. Áður ætlaði hún að hætta eftir hverja sýningu en með hugleiðslu komst hún yfir sviðsskrekkin.



Yusif Þór vonast til að fólk leggi söfnuninni lið með fótboltaskóm og fleiru sem nýttist. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

# Safnar fótboltaskóm fyrir börn í Kenía

Yusif Þór er sjö ára gamall og stendur nú fyrir söfnun á fótboltaskóm og vatnsbrúsum til að senda út til jafnaldra sinna í Kenía eftir að hafa heyrt vinkonu móður sinnar ræða um skortinn þar.

Yusif Þór Bonnah er sjö ára strákur sem elskar fátt meira en fótbolann. Hann byrjaði að æfa þegar hann var aðeins tveggja ára gamall. Hann stendur nú fyrir söfnun á fótboltaskóm og vatnsflöskum fyrir börn í Kenía. Allt var þetta gert að hans eigin frumkvæði og söfnunin fer vel af stað. Mamma hans, Linda Björg Magnúsdóttir sjúkraliði og svæðanuddari, segir að Yusif hafi alltaf verið uppátækjasamur og fljótt ljóst að hann væri með hjarta úr gulli.

Það var í nógu að snúast hjá Lindu þegar blaðamaður náði á mæðginin. „Ég átti fjóra stráka á sjö árum. Yngsti er í leikskóla. Þannig að það er nóg að gera,“ segir hún og hlær.

#### Byrjaði tveggja ára

Hún lýsir Yusif sem algjörum sjarmör, klárum dreng, hjartahljúm, gjafmildum og vinamörgum. Hann hefur alltaf haft mikinn áhuga á íþróttum og segir Linda að ef hann fengi að ráða væri hann spilandri fótbolta allan liðlangan daginn.

„Ég byrjaði að æfa fótbolta þegar ég var tveggja ára. Í fótboltanum finnst mér skemmtilegast að sóla. Mig langar að verða atvinnufótboltaður í framtíðinni,“ segir Yusif Þór.

Yusif Þór fékk hugmyndina að

**AD LIFA Í MIKILLI FÁTÆKT ER MJÖG NIÐURDREPANDI FYRIR ALLA FORELDRA. AÐ SJÁ VON, JÁKVÆÐNI, UMHYGGJU OG SKILNING GETUR SKIPT SKÖPUM.**

Linda Björg

söfnuninni þegar hann heyrði vinkonu Lindu, móður hans, tala um fátæk börn í Afríku, sem áttu meðal annars ekki fótboltaskó þrátt fyrir að stunda íþróttina.

„Þá sagði ég við mömmu: Ég á sko fullt af skóm mamma, ég gef þeim mína,“ segir Yusif Þór. Linda segir að sonur hennar hafi í kjölfarið rokið út um allt hús í leit að skóm. Hann hafi náð að fylla ganginn af fótboltaskóm af sér og bræðrum sínum á engum tíma.

#### Gott að gleðja

Linda Björg á marga góða vini í og frá Kenía. Yusif Þór fékk að spjalla við fótboltaþjálfara og börn þar í landi í gegnum myndbandsspjall.

„Eftir spjallið sagði hann við mig: „Mamma, fáum þau bara til okkar. Þau sem eiga ekki mömmu og pabba, þau geta bara búið hjá okkur.“ Ég spurði hann auðvitað hvernig við ættum að koma þessum börnum fyrir. „Við setjum bara

dýnur út um allt gólf, þá er pláss fyrir alla.“ Ég reyndi þá að útskýra að það væri kostnaðarsamt að koma þeim til landsins. Þá kom hann með hugmyndina að gefa út bók,“ segir Linda, sem sjálf átti svipaða drauma þegar hún var á sama aldri.

„Á þeim tíma gat ég lítið gert en þessi tilfinning fór aldrei. Ég varð móðir ung og eignaðist börn sem ég er afar stolt af. Fyrir nokkrum árum kynntist ég MafLOUR og kærleiksverkefni hennar sem heitir Loving Act. Hún hefur staðið fyrir mögnuðum hlutum. Það er svo æðislegt að sjá fólk brosa.“

Nú í vor er því von á bók frá Yusif Þór þar sem hann skrifar um ástríðu sína fyrir fótboltanum.

„Margir krakkar þarna úti fara að vinna til að styðja fjölskylduna vegna fátæktar. Fótboltinn hefur hjálpað krökkunum mjög mikið og styrkt fjölskylduböndin. Foreldrar hafa stundum komið og horft á og jafnvel hvatt börnin áfram, sem er mjög eflandi fyrir þau. En að lifa í mikilli fátækt er mjög niðurdrepandi fyrir alla foreldra. Að sjá von, jákvæðni, umhyggju og skilning getur skipt sköpum,“ segir Linda.

Hægt er að leggja Yusif Þór lið með því að gefa fótboltaskó eða vatnsbrúsa í söfnunina. Hægt er að komast í samband við mæðginin á Facebook-síðunni FótboltaÁstríða. [steingerdur@frettabladid.is](mailto:steingerdur@frettabladid.is)

DORMA

Láttu drauminn rætast

Ótrúleg útsala í fjórum búðum og á [dorma.is](http://dorma.is)

Smáratorgi | Holtagörðum | Akureyri | Ísafirði



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

VEFVERSLUN  
ALLTAF  
OPIN

Janúar útsala { 60% } AFSLÁTTUR



ÚTSALA  
20%  
AFSLÁTTUR

PURE COMFORT  
fibersæng

Létt og þægileg fibersæng.  
Stærð: 140x200 cm. Sængin er 300g. Má þvo á 60°C  
Fullt verð: 9.900 kr.

Aðeins 7.920 kr.

PURE COMFORT  
fiberkoddur

Léttur, ódýr og þægilegur fiberkoddur.  
Stærð koddur: 50x70cm. 700g.  
Má þvo á 60°C..

Fullt verð: 3.900 kr.

Aðeins 3.120 kr.

Holtagörðum, Reykjavík  
Smáratorgi, Kópavogi  
Dalsbraut 1, Akureyri  
Skeiði 1, Ísafirði

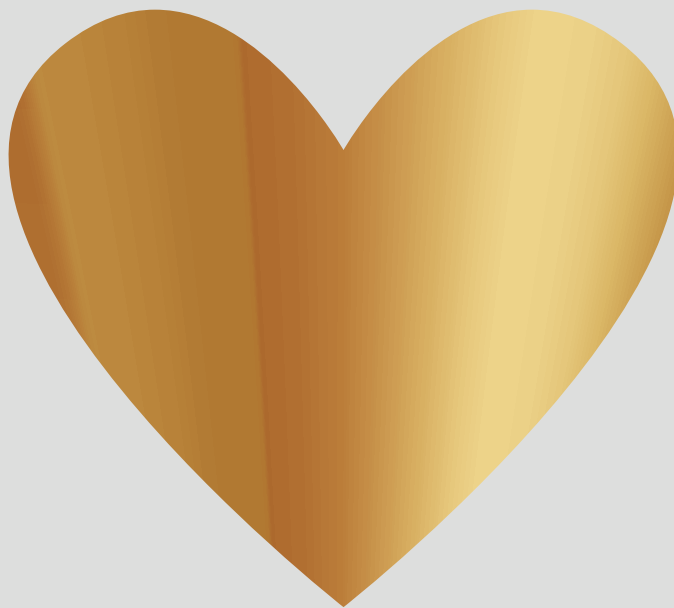
DORMA

Láttu drauminn rætast

# **ÞAKKLÆTI**

**ER OKKUR EFST Í HUGA**

**HÉR ER YKKUR LAUKRÉTT LÝST,  
LESID KÆRU VINIR:  
OKKAR KÚNNAR ERU VÍST  
ÁNÆGÐARI EN HINIR.**



**ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUVOGIN**

*Viðskiptavinir Apótekarans eru ánægðustu viðskiptavinir  
lyfjaverslana 2020, annað árið í röð.*

*Við erum í næsta nágrenni!*

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

**Apótekarinn<sup>+</sup>**  
- lægra verð

# TAKK

Takk kærlega fyrir okkur. Viðskiptavinir BYKO eru þeir ánægðustu - **fjórða árið í röð!**

\*Skv. könnun Íslensku ánægjuvogarinnar 2017, 2018, 2019 og 2020 á ánægju viðskiptavina á byggingavörumarkaði.

- **25-50% Handverkfæri** (valdar vörur) • **20-30% Rafmagnsverkfæri** (valdar vörur)
- **20-30% Háprýstidælur** • **25-50% Vinnufatnaður**, regnfatnaður, kuldafatnaður, stígvél og skór
- **40% Jólavörur** • **40% Matar- og kaffistell** • **40% Ferðavörur** • **40% Leikföng**, spil, púsl og snjópotur
- **25% Verkfæratöskur og skápar** • **25% Skil rafmagnsverkfæri** • **25% Járnhillur**
- **25% Pottar og pönnur** • **25% Kerti og luktir** • **25% Kósívara** • **25% Búvara** • **25% Hestavörur**
- **25% Barnabílstólar** • **25% Harðparket** • **25% Flísar** • **20% Heimiliströppur** • **20% Eldhústæki**
- **20% Handlaugartæki** • **20% Loftpressur** • **20% Inniljós** (ekki Philips Hue) • **20% Vinnuljós**
- **20% Innimálning** • **20% lðnaðarryksugur** • **20% Steypuhrærivélar** ...og fjöldi stakra vara á frábæru verði



**Verslaðu á netinu** á [byko.is](http://byko.is)





ÍSLENSKA  
ÁNÆGJUVOGIN

**ÚTSALA**  
*Lýkur eftir helgi*

**BYKO**

GERUM ÞETTA SAMAN



## BAKÞANKAR

Óttars  
Guðmundssonar



## Blokkalíf

Egill Skallagrímsson, afi minn, þoldi ekki við í ellinni á Borg á Mýrum heldur flutti að Mosfelli til stjúpdóttur sinnar. Ástæðan var ósætti við Þorstein son hans sem tekið hafði við búsförum.

Íslensk gamalmenni voru um aldir flutt sveitarflutningi frá heimilum sínum í aðra vist. Gamalt fólk gaf próventu sína og fékk fyrir vikið að dveljast hjá einhverjum bónda til æviloka við misjöfn kjör. Samfélagið krefst þess að ellilífeyrisþegar flytji sig um set. Eftir því sem flutningum fjölga versna venjulega aðbúnaður og kjör gamlingjanna. Endanleg vistarvera er síðan látlaus 0.9 fm trékassi.

Við hjónin búum enn í þokkalegu húsnæði í Reykjavík og unum hag okkar ágætlega. Enn erum við sæmilega hraust, rötum milli herbergja, klæðum okkur hjálparlaust og getum lesið bækur með stóru letri gleraugnalaust.

Okkur langar ekki til að flytja í blokk í miðbænum eða úthverfi með lyftu og bílastæði. Mikill þrýstingur er á gamlingja að „minnka við sig“ enda andstætt náttúrulögmálum að þeir séu í sérbyli. Við þumbumst við og látum sem við heyrum ekki lýsingar á sælureitum blokkahverfanna. „Ekkert viðhald, enginn garður, lyfta beint inn í íbúðina, samkomusalur fyrir níræðisafmælið og yfirbyggðar svalir.“

Eg hugsá oft til Egils afa sem langaði að vera áfram að Borg en lét undan fjölskylduþrýstingi og flutti í Mosfellsbæinn. Það varð honum ekki til gæfu. Griðkonur lögðu hann í einelti og hlógu að heyrnarleysi hans og óstöðugleika. Egill vitjaði mín í draumi á dögunum og fór með þessa vísu:

*Gjarnan fer í gapastokk  
og gamna mér við slípirokk.  
Aldrei fer með úfinn skrokk  
Egill sterki í lyftublokk.*

## Okkar er ánægjan!

Raforkukaupendur ON eru hæstánægðir annað árið í röð.



# ÚTSÖLUNNI lýkur á morgun



### Bolludagar í bakaríi IKEA

Sælkerabollur  
ýmsar tegundir

425,-/stk.



Sígildar vatnsdeigsbollur  
með hindberjasultu, rjóma  
og glassúr

1.095,-/4 í pk.



Verslun opin 11-20 alla daga - IKEA.is

