

Játningar að austan

Unnur Guðjónsdóttir hefur í fjörutíu ár staðið fyrir hópferðum til Kína en hefur nú, rúmlega áttæð, skilað inn ferðaskrifstofuleyfi sínu. Hún segir frá ótrúlegum samskiptum sínum við kínversk lögregluþyrifvöld og smyglhring í Hong Kong. ➔20



FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Ákvað að eignast barn ein

Alma Glóð ákvað 22 ára gömul að eignast barn með gjafasæði og er yngsta móðir Íslands sem farið hefur þá leið. ➔ 22



Bjó í tjaldi í tæp tvö ár

Svavar Georgsson var í harðri neyslu en hefur nú haldið sér á beinu brautinni í 15 mánuði.

➔ 24



Maður lærir mest af mistökunum

Eldræða Gabrielu sló í gegn á útskriftarathöfn Háskólans í Reykjavík. ➔ 46

VERTU ÚLFUR

28.02. kl. 20	UPPSELT	12.03. kl. 20	UPPSELT	23.03. kl. 20	UPPSELT
02.03. kl. 20	UPPSELT	13.03. kl. 21	UPPSELT	30.03. kl. 20	UPPSELT
03.03. kl. 20	UPPSELT	14.03. kl. 21	UPPSELT	07.04. kl. 20	aukas.
04.03. kl. 20	UPPSELT	16.03. kl. 20	UPPSELT	10.04. kl. 21	aukas.
05.03. kl. 20	UPPSELT	17.03. kl. 20	UPPSELT	11.04. kl. 21	UPPSELT
07.03. kl. 21	UPPSELT	20.03. kl. 21	UPPSELT	13.04. kl. 20	aukas.
10.03. kl. 20	UPPSELT	21.03. kl. 21	UPPSELT	14.04. kl. 20	aukas.

Þjóðleik húsið

Skjálftarnir fundust vel í höfuðborginni

NÁTTÚRUHAMFARIR Jarðskjálfta-hrinnan hélt áfram í gær en stærsti skjálftinn mældist 4,4 að stærð sem reið yfir um hádegisbilið. Frá því um miðnætti á fimmtudag höfðu mælst um 600 jarðskjálftar á Reykjanesi. Nokkrir vöknudu við þann sem kom um hálf níu leytið í gærmorgun sem mældist 3,2 að stærð. Skjálftinn fannst á Reykjanesi og höfuðborgarsvæðinu. Veðurstofu Íslands bærust yfir 100 tilkynningar um skjálfta víðs vegar á suðvesturhorninu, á Hellu og í Borgarfirði.

» Skjálfti 4,3 að stærð varð um klukkan 17 í gær skammt frá Fagradalsfjalli. Skjálftinn fannst vel á höfuðborgarsvæðinu og var sá fimmti sem var yfir fjóra að stærð.

Vakthafandi veðurfræðingur á Veðurstofu Íslands sagði í samtali við Fréttablaðið í gærkvöldi að búast mætti við fleiri skjálftum á svæðinu og jafnvel stærri skjálftum en mældust í gær. Fimm skjálftar mældust yfir 4 að stærð og tuttugu til viðbótar yfir 3 að stærð. – bb

Lengsta innanlandsflugið



Þota frá Icelandair flaug í gær til Suðurskautsins og sótti norska visindamenn sem voru á leið heim. „Það gekk allt að óskum,“ segir Jóhann Gísli Jóhannsson, sölustjóri Loftleða Icelandic dótturfélags Icelandair. Hann bendir á að lent hafi verið á norsku yfirráðasvæði á Suðurskautinu. „Það má því segja að þetta sé lengsta innanlandsflug sem við höfum farið í,“ segir hann en fleiri verkefni af þessum toga eru jafnvel í farvatninu. MYND/ICELANDAIR

Girt fyrir að kynferðisbrotamenn geti haldið starfi sínu eftir dóma

MENNTAMÁL Drög að frumvarpi til að girða fyrir að kynferðisbrotamenn starfi í skólum og íþróttastarfi hafa verið lögð fram til samráðs af Lilju Alfreðsdóttur, mennta og menningarmálaráðherra. Með því fá skólastjórar og aðrir stjórnendur í mennta- og íþróttastarfi heimild til þess að kalla eftir sakavottorði starfsfólks einu sinni á ári ef upplýsingar gefa tilefni til þess.

Frumvarpsdrögin eru tilkomin vegna ábendingar frá Sambandi íslenskra sveitarfélaga sem töldu þörf á breytingunni í leik- og grunnskólum. Þau munu einnig ná til framhaldsskóla, íþróttafélaga, lýðskóla og fleiri stofnana.

Skólum og íþróttafélögum er ekki heimilt að ráða kynferðisbrotamenn til starfa. Íþróttafélög mega heldur ekki ráða þá sem hafa gerst sekir um brot á ávana- og fíkniefnalögum undanfarin fimm ár. Samkvæmt nügildandi lögum er einungis krafist sakavottorðs við



Lilja Alfreðsdóttir, mennta og menningarmálaráðherra.

» Í dag er aðeins krafist sakavottorðs við ráðninguna sjálfa.

ráðninguna sjálfa. Vægari dómur við kynferðisbrotum, það er XXII. kafla almennra hegningarlaga, geta hins vegar verið skilorðsbundnir. Mun löggjöfin girða fyrir að kynferðisbrotamenn geti áfram starfað í skólum eða íþróttafélögum eftir dóma. – khg

Auglýsa eftir lagi á tíu ára afmæli Hörpunnar

Tímamótunum fagnað með því að leita til barna fæddra opunarárið 2011 til að semja afmælislag. Lagið má vera af hvaða tónlistarstefnu sem er enda hefur alls konar tónlist verið flutt í Hörpu þennan fyrsta áratug í starfsemi hússins.

MENNING „Það má alveg taka undir að það sé videigandi að fagna þessum tímamótum, þessu tíu ára afmæli í viðburðaríkri sögu hússins, með því að semja sérstakt afmælislag þó að það sé farin frekar óhefðbundin leið að því,“ segir Svanhildur Konráðsdóttir, forstjóri Hörpu, aðspurð út í ákvörðun um að láta semja sérstakt afmælislag í tilefni tíu ára afmælis tónlistarhússins síðar á þessu ári.

Í vikunni var auglýst eftir umsóknum frá krökkum fæddum árið 2011, sama ár og Harpan var opnuð, til að taka þátt í verkefninu en tíu börn verða valin til að taka þátt.

Lagið verður unnið undir verkstjórn Ingibjargar Friðu Helgadóttur og Sigurðar Inga Einarssonar en þar að auki munu reyndir tónlistarmenn aðstoða krakkana sem koma að verkefninu. Svanhildur segir að það séu ekki gerðar kröfur til þess að umsækjendur séu að læra tónlist en að tónlistarhuginn verði að vera til staðar.

„Ákvörðun var tekin um að auglýsa þetta tækifæri fyrir tíu ára gömul börn, sem deila afmælisárinu með Hörpunni, til að taka þátt í verkefninu með okkur. Það eru í raun ekki mörg skilyrði sem þarf að fylla, aðeins að hafa áhuga á tónlist,“ segir hún og heldur áfram: „Ef krakkarnir eru í tónlistarnámi er það auðvitað fint en það er ekki skilyrði sem við setjum.“

Spurð hvort hugmyndin um tegund lagsins sé fastmótuð, hvort það eigi að vera símfónískt eða einfalt rokk og ról, segir Svanhildur: „Það er ekkert fastmótað í því og það má þess vegna vera blanda af því. Harpan er nú þannig tónlistar- og viðburðahús að hér fara fram tón-



Dagskrá afmælisársins frá vori til ársloka kynnt. Staðið hefur verið fyrir rúmlega tíu þúsund viðburðum í Hörpu frá opnun. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN



Svanhildur Konráðsdóttir, forstjóri Hörpu.

listarviðburðir af öllum tegundum, hvort sem það er rokk og ról, djass, raftónlist eða símfónía. Að okkar mati er Harpan verðugur heima-völlur fyrir allar tegundir tónlistar og það yrði gaman ef lagið myndi endurspegla það,“ segir Svanhildur létt í lund.

„Þau fá góðan tíma til að semja lagið áður en kemur að að frumflutningi á uppstigningardegi, sem hittir á tíu ára afmæli frá því að Harpan var opnuð almenningi þann 13. maí 2011.“

Svanhildur tekur undir að Harp-

an hafi staðist væntingarnar sem gerðar voru til hússins enda orðin eitt af einkennismerkjum Reykjavíkurborgar.

„Við viljum þakka eigendum hússins, sem er þjóðin í heild sinni, fyrir stuðninginn og velvildina. Þetta hafa verið um 1.200 til 1.400 viðburðir á ári og telur rúmlega tíu þúsund viðburði frá opnun. Húsið hefur því uppfyllt væntingarnar sem gerðar voru og gott betur en það,“ segir hún og lofar að haldin verði vegleg hátíð.

„Samkvæmt okkar áætlunum hefjast fagnaðarlætin í vor og standa yfir til ársloka með mismunandi listamönnum en við erum auðvitað með plan B, C og D,“ segir Svanhildur um möguleikann á því að heimsfaraldurinn setji strík í reikninginn.

kristinnpall@frettabladid.is



AF HVERJU STOPPA?

TOYOTA YARIS HYBRID ER TILNEFNDUR
SEM BÍLL ÁRSINS Í EVRÓPU 2021



Yaris verð frá: 3.320.000 kr.
Yaris Hybrid verð frá: 3.850.000 kr.

EUROPEAN CAR OF THE YEAR AWARDS

Nýr Toyota Yaris Hybrid hefur farið sigurför um heiminn og er hvergi nærri hættur. Sigurgangan heldur áfram – hann er tilefndur sem bíll ársins í Evrópu.



TOYOTA TRYGGINGAR
vátryggt af TM



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

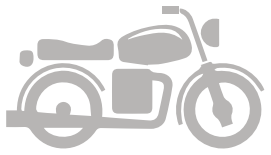
Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fosnesi 14
480 8000



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. Birt með fyrirvara um villur.

TÖLUR VIKUNNAR 21.02.2021 TIL 27.02.2021



605

vélhjól bættust í flotann á síðasta ári.



11

milljarðar var sölulverð leigu-félagsins Ölmú.



500

prósenta aukning varð á ferðabókunum Breta í vikunni.



43

prósenta stjórnenda meta að-stæður góðar í nýrri könnun.



1

milljarður króna var kostnaður Náttúruhamfarasjóðs vegna skriða á Seyðisfirði.

Þrjú í fréttum Fagstjóri, lögregluþjónn og bæjarfulltrúi

Kristín Jónsdóttir

fagstjóri náttúruvör-
vöktunar á Vædur-
stofunni

segir mikla spennu á Reykja-
nesskaga. „Í gegnum tíðina hafa stórir skjálftar orðið á þessu svæði á 50 ára fresti. Síðasti stóri skjálfti þarna var árið 1968, þannig að það er líklegt að það verði spennulosun með stórum skjálfta á næstunni. Hvort það gerist á næstu dögum eða seinna er hins vegar ómögulegt að segja.“



Margeir Sveinsson

yfirlögregluþjónn

segir að sé miðað við þann tíma sem liðinn er frá morðinu í Rauðagerði sé rannsókn þess rétt að byrja. „Fyrstu dagana vorum við bara rétt að ná utan um þetta og reyna að átta okkur á umfanginu. Svo við erum þannig lagað sёд á byrjunarreit, svona miðað við tímann.“ útskýrir hann. „Eins og gefur að skilja er það töluverð vinna þegar við erum með svona marga menn og af svona mörgum þjóðernum.“



Adda María Jóhannsdóttir

bæjarfulltrúi Samfylkingarinnar
í Hafnarfirði

segir að máli skipti að átta sig á af hvaða stærðar-gráðu minnkandi útsvarstekjur sveitarfélagsins eru vegna íbúa-fækkunar. „Nú er búið að úthluta dálitid af lóðum en engin hús eru komin upp enn þá. Við höfum upplifað það áður að lóðum hafi verið úthlutað en svo hafi allt farið til fjandans.“



Landfylling fyrir nýja byggð í Skerjafirði harðlega gagnrýnd

Náttúrufræðistofnun segir einkennilegt að skipulag Nýja-Skerjafjarðar geti ekki verið öðruvísi en með landfyllingu. Skipulagsstofnun segir fyrirhugaða landfyllingu munu skerða eina af fáum náttúrulegum fjörum í Reykjavík. Borgin segir gert ráð fyrir að sjávarföll „móti nýja náttúrulega fjöru með tímanum“.

SKIPULAGSMÁL Bæði íbúar í Skerjafirði og ýmsar stofnanir mæla gegn landfyllingu vegna uppbyggingar á nýju hverfi austan við íbúabyggðina í Skerjafirði.

Meðal fjölmargra sem sent hafa borginni athugasemdir vegna Nýja-Skerjafjarðar, eins og hverfið er kallað, er Prýðifélagið Skjöldur, sem eru íbúasamtök Skerjafjarðar sunnan flugvallar. Samtökin gera athugasemdir við fjölmörg atriði varðandi nýja hverfið.

„Eru gerðar alvarlegar athugasemdir við landfyllingu við Skerjafjörð sem mun raska náttúrulegri fjöru sem hefur hátt verndargildi og til stendur að friða. Áform um slíka landfyllingu er í hróplegu ósamræmi við yfirlýsta stefnu meirihlutans um að hlúa eigi að grænum svæðum og vernda eigi líffræðilegan fjölbreytileika.“ segir í athugasemdum Skjaldar sem vitnar til umsagna ýmissa stofnana.

„Sífellt hefur verið gengið á fjörur á höfuðborgarsvæðinu og hér er fyrirhugað að taka enn eitt svæðið undir byggð. Forsendur fyrir þéttingu byggðar, og þeirri hagkvæmni sem því getur fylgt, eiga ekki að byggjast á því að raska lífríkustu svæðum Reykjavíkur.“ segir í umsögn Náttúrufræðistofnunar. Samkvæmt umhverfismati sé tillagan í alla staði talin neikvæð fyrir lífríki svæðisins.

„Er hún því í raun í andstöðu bæði við lög um náttúruvernd og stefnu Reykjavíkurborgar. Það er því einkennilegt að forsendur fyrir skipulaginu eru þess eðlis að ekki er talið hægt að leysa það með öðrum hætti en að fara í landfyllingar.“

Í umsögn Hafrannsóknastofnunar segir „að fyrirhuguð landfylling í Skerjafirði muni hafa neikvæð áhrif á fjörlíf“. Þessi svæði séu mikilvæg fyrir smádyralíf, fugla og sem uppeldissvæði fiska.



Nýi-Skerjafjörður verður við enda Reykjavíkurflugvallar og áætlað að landfylling verði gerð. MYND/REYKJAVÍKURBORG

Forsendur fyrir þéttingu byggðar, og þeirri hagkvæmni sem því getur fylgt, eiga ekki að byggjast á því að raska lífríkustu svæðum Reykjavíkur.

Náttúrufræðistofnun Íslands

unar segir „að fyrirhuguð landfylling í Skerjafirði muni hafa neikvæð áhrif á fjörlíf“. Þessi svæði séu mikilvæg fyrir smádyralíf, fugla og sem uppeldissvæði fiska.

„Þótt í breytingatillögunni sé gert ráð fyrir að dregið verði úr umfangi fyrirhugaðrar landfyllingar, mun hún engu að síður valda skerðingu á fjöru sem talin er hafa hátt verndargildi og er ein af fáum náttúrulegum fjörum sem eftir eru í Reykjavík.“ segir í umsögn Skipulagsstofnunar.

„Umhverfisstofnun bendir á að tillagan muni raska óröskuðu landi sem er mikilvægt búsvæði og hefur hátt verndargildi.“ segir í umsögn Umhverfisstofnunar.

Umhverfis- og skipulagsvið og skipulagsfulltrúi Reykjavíkur fyrir hönd borgarinnar segja í svörum við athugasemdum sem hafa borist að hafa beri í huga að

umhverfismat snúist ekki síst um fyrirkomulag og hönnun landfyllingar og hvernig megi tryggja að náttúruleg strönd myndist að nýju.

„Áhrif landfyllingar verða neikvæð þar sem núverandi fjara fer undir landfyllinguna en gert er ráð fyrir að náttúran í formi sjávarfalla móti nýja náttúrulega fjöru með tímanum.“ segir í svörum fulltrúa borgarinnar.

„Samhliða umhverfismatinu er verið að rannsaka fuglalíf og fjöru og útfæra bæði landfyllingu og sjávargærða á þann hátt að endurheimta megi náttúrulegar leirur með tilheyrandi fugla- og sjávarlífi.“ segir enn fremur í svörum borgarinnar. gar@frettabladid.is

ALVÖRU JEPPAR - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF JEEP® GRAND CHEROKEE BREYTTIR OG ÓBREYTTIR

jeep.is



35" BREYTTUR

33" BREYTTUR

ÓBREYTTUR

JEEP® GRAND CHEROKEE TRAILHAWK – VERÐ FRÁ: 11.690.000 KR.

- 3.0 V6 250 HÖ. DÍSEL, 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- 570 NM TOG
- HÁTT OG LÁGT DRIF
- RAFDRIFIN LÆSING Í AFTURDRIFI

- LOFTPÚÐAFJÖÐRUN AÐ FRAMAN OG AFTAN
- HLIFÐARPLÖTUR UNDIR VÉL, KÖSSUM OG SKIPTINGU
- BI-XENON LED FRAMLJÓS MEÐ ÞVOTTAKERFI
- RAFDRIFIN ÖPNUN Á AFTURHLERA

- ÍSLENSKT LEIÐSÖGUKERFI
- BAKKMYNDAVÉL MEÐ BÍLASTÆÐAÐSTÖÐ
- FJARLÆGÐASKYNNJARAR AÐ FRAMAN OG AFTAN
- BLINDHORNSVÖRN

ALLAR BREYTINGAR UNNAR AF BREYTINGARVERKSTÆÐI ÍSBAND

ISBAND

UMBODSAÐILI 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

**Troðfull verzlun
af merkjavöru
frá eftirtöldum
verzlunum**

50%

afsláttur af öllum vörum

herra
GARÐURINN

-klæðir þig vel

KRINGLAN / SMÁRALIND

568 9234 544 2410

BOSS
HUGO BOSS

BOSS - KONUR MENN KRINGLUNNI 533 4242

Mathilda

Kringlunni 552 8600

COLLECTIONS

Geirsgata 4 - 5194490 - við Hafnartorg

HANZ

KRINGLUNNI

567 0120

ENGLABÖRNIN

falleg föt á stelpur og stráka...

KRINGLUNNI

552 2201



Herra
LAGERINN
outlet

Suðurlandsbraut 54 bláu húsin (við faxafen) Opið virka daga frá kl. 11 til 18 laugardaga frá kl. 11 til 17 sunnudaga frá 13 til 17 Sími 568 9512

Eurovision-safnið styrkt af ríkinu

HÚSAVÍK Ríkisstjórn Íslands ákvað í gær að styrkja uppbyggingu sérstaks Eurovision-safns á Húsavík um tvær milljónir króna en stefnt er að því að safnið verði opnað í vor. Um leið var samþykkt að leggja til fimm milljónir í styrk vegna heimildarþátta um COVID-19 faraldurinn á Íslandi.

» Hugmyndin var unnin í samstarfi við forsprakka keppinnar.



Eurovision-safn verður opnað innan skamms á Húsavík við Skjálfanda.

Örlygur Hnefill Örlygsson, hótélstjóri Cape Hotel á Húsavík, stendur að opnun Eurovision-safns sem kemur í kjölfar umfjöllunarinnar sem bæjarfélagið fékk þegar myndin Eurovision Song Contest: The Story of Fire Saga kom á Net-

flix. Í myndinni leikur Will Ferrell heimamanninn Lars sem dreymir um að sigra í Eurovision.

Hugmynd Örlygs var unnin í samstarfi við forsprakka keppinnar en hann opnaði barinn Jaja Ding Dong á síðasta ári, sem er sömuleiðis tilvitnun í myndina. – kpt

Starfslaunasjóður sjálfstætt starfandi fræðimanna

Umsóknarfrestur 25. mars

Starfslaunasjóður sjálfstætt starfandi fræðimanna auglýsir eftir umsóknum um starfslaun úr sjóðnum.

Umsóknarfrestur rennur út 25. mars 2021 kl. 15:00.

Umsækjendur skulu kynna sér vel reglur sjóðsins fyrir styrkarið 2021 áður en umsókn er gerð.

Umsóknum skal skilað rafrænt í gegnum umsóknarkerfi Rannís.

Nánari upplýsingar og aðgangur að rafrænu umsóknarkerfi á www.rannis.is.



HEGOT/SÖGUR grásk. Rannís

HEFUR ÞÚ SMAKKAÐ?



Réttur barna er ríkur samkvæmt Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Opinber niðurlæging sé á ábyrgð fjölmiðla

Ráðgjafarhópur Umboðsmanns barna áréttar ábyrgð fjölmiðla á því að tryggja réttindi og hagsmuni barna í allri umfjöllun um þau. Hópurinn hefur áhyggjur af regluverkinu þegar kemur að þátttöku barna í fjölmiðlum hér á landi.

RÉTTUR BARNNA Stefán Eiríksson útvarpsstjóri gat ekki gefið skýrt svar við fyrirspurnum Fréttablaðsins um hvort það kæmi til greina að seinka útsendingu þegar börn taka þátt svo hægt væri að bregðast við ef eitthvað kemur upp á.

Ráðgjafarhópur umboðsmanns barna áréttar ábyrgð fjölmiðla á því að tryggja réttindi og hagsmuni barna í allri umfjöllun um þau. Í yfirlýsingu ítrekar hópurinn lögfestingu Barnasáttmálans, friðhelgi einkalífs barna og ábyrgð fjölmiðla á að virða ákvæði hans. Þau leggja til að sett verði sérstök lög um fjölmiðlaumfjöllun um börn og þátttöku barna í fjölmiðlum. Þau segja það á ábyrgð fjölmiðla að koma í veg fyrir að á þeirra miðlum birtist efni sem geti orðið til þess að börn séu niðurlægð í samfélagsumræðu.

„Upptaka af atviki sem átti sér stað í útsendingu Ríkissjónvarpsins hefur farið mjög víða á samfélagsmiðlum síðustu viku sökum þess að útsending var ekki rofin strax eins og rétt hefði verið. Þess í stað náðist öll atburðarásin á myndband sem fór síðar út á alnetið og þaðan í fjölmiðla. Íslenskir fjölmiðlar fjölluðu ekki mikið um málið, sem er virðingarvert. Því miður rataði það þó í erlenda fjölmiðla, og á samskipta-

miðla,“ segja þau í yfirlýsingu sinni. Þau segjast hafa áhyggjur af því að ekki sé nógu skýrt regluverk í kringum fjölmiðlaumfjöllun um börn og þátttöku barna í fjölmiðlum.

„Það er mikilvægt eins og fyrr segir að börnum sé tryggt vernd gegn opinberri niðurlægingu í fjölmiðlum,“ segir í yfirlýsingu þeirra.

Ráðgjafarhópur Umboðsmanns barna var fyrst stofnaður árið 2009 og var starf hans bundið í lög árið 2019. Hlutverk ráðgjafarhópsins er, meðal annars, að veita umboðsmanni barna ráðgjöf um réttindi og hagsmuni barna og ungmenna, að fást við einstaka verkefni í samstarfi við starfsmenn embættisins, að vinna að fjölbreyttum verkefnum sem stuðla að vitundarvakningu barna og ungmenna um réttindi þeirra og að sækja fundi, ráðstefnur og aðra viðburði þar sem fjallað er um málefni barna.

Fjallað var um málið á vef Fréttablaðsins í gær en þar sagði Salvör Nordal, umboðsmaður barna, að sérstök ábyrgð sé á útsendingaradilum þegar börn taka þátt. „Við leggjum mikla áherslu á að börn taki þátt og það sé þeirra réttur. Við viljum hvetja þau áfram til þátttöku en það er gríðarlega mikil-

16. grein

Öll börn eiga rétt á einkalífi. Lögin eiga að vernda einkalíf barna, fjölskyldur og heimili. Börn eiga líka rétt á því að samskipti þeirra við aðra, orðspor þeirra og fjölskyldna þeirra sé verndað með lögum.



vægt að þegar þau taka þátt þá séu þau í öruggu umhverfi og upplifi sig örugg,“ sagði Salvör. Salvör velti því upp hvort hægt væri að hlíðra útsendingu lítilla til þegar börn taka þátt svo hægt væri að bregðast við ef eitthvað kemur upp á.

Stefán Eiríksson útvarpsstjóri sagði í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins um þátttöku barna, hvernig öryggi þeirra er tryggt og hvort starfsfólk RÚV sé sérstaklega þjálfað til að vinna með börnum, að börn og ungmenni taki þátt í fjölmörgum viðburðum sem gerð eru skil í útvarpi og sjónvarpi en að þátttakendur séu ekki valdir til þátttöku af RÚV heldur viðkomandi skólum. lovisa@frettabladid.is

Þrjár konur voru kosnar í stjórn SVFR

VEIÐI Aðalfundur Stangaveiðifélags Reykjavíkur, SVFR, var haldinn í vikunni. Þar var kosið til stjórnar og fulltrúaráðs og í nýrri stjórn voru kosnar þrjár konur sem eru tímamót í sögu félagsins sem hefur verið starfrækt frá árinu 1939.

Jón Þór Ólason var sjálfkjörinn formaður til eins árs en Helga Jónsdóttir, Lára Kristjánsdóttir og Ragnheiður Thorsteinsson náðu kjöri til tveggja ára. Aðrir sitjandi stjórnarmenn sem ekki var kosið um nú eru þeir Halldór Jörgensson, Hrannar Pétursson og Trausti Hafliðason.

„Það er gríðarlega jákvæð þróun að það hafi þrjár konur ná kjöri í þessum félagsskap sem hefur verið fremur karllægur í gegnum tíðina. Karlar eru enn í töluverðum meirihluta félagsmanna en það er hægt og rólega að breytast í þá átt að fleiri konur eru að fá áhuga á stangaveiði



Ný stjórn undir formennsku Jóns Þórs Ólasonar hefur fengið liðstyrk.

og vilja láta til sín taka innan félagsins,“ segir Ragnheiður Thorsteinsson nýkjörin stjórnarmaður.

„Það er mér eðlislægt að láta til mín taka innan félagsins og þetta er ekki lokaður félagsskapur þar sem

karlar hafa ekki hleypt konum að innan stjórnarinnar, síður en svo. Það er bara eðlileg þróun að eiga sér stað þar sem meira jafnvægi er að komast á í kynjahlutfalli sem er bara hið besta mál.“

Ragnheiður segir Maríu Clausen hafa verið á sínum tíma eina í stjórninni. „Ég kom inn í stjórnina fyrir um það bil áratug. Nú erum við þrjár og það eru gleðitíðindi. Það eru æ fleiri konur að kveikja á því að stangaveiði hentar alveg jafn vel fyrir karla og konur og eru að smitast af veiðibakteríunni.“

Nú séu konur farnar að láta að sér kveða í félagsskapnum. „Það þurfti að toga okkur konurnar í stjórnarstórfin, það voru engin átök í kosningunum og við erum ekki að boða neina hallarbyltingu. Þannig að það er bara allt eins og það á að vera og hlutirnir að þróast í rétta átt,“ segir Ragnheiður. – hó

96
%

Inniheldur 96% vatn

Hrein og hér um bil bein

Gúrkan er sívinsæl í salatið og
svalandi millimál, enda 96% vatn.
Hún er ræktuð árið um kring með
hreinu, íslensku vatni og því
alltaf fánleg fersk.



islenskt.is

ÞÚ VEIST
HVADAN ÞAÐ
KEMUR



Innritun í framhaldsskóla á haustönn 2021

Forinnritun nemenda úr 10. bekk mun standa yfir dagana 8. mars til 13. apríl.

Forinnritun nemenda í 10. bekk (fæddir 2005 eða síðar) hefst mánudaginn 8. mars og lýkur þriðjudaginn 13. apríl. Nemendur fá afhent í grunnskólanum bréf frá Menntamálastofnun með veflykli sem gengur að rafrænni umsókn á www.menntagatt.is og leiðbeiningum um innritunarferlið. Foreldrar/forráðamenn nemenda fá bréf í pósti frá Menntamálastofnun með upplýsingum um innritunina. Nemendur í 10. bekk eru eindregið hvattir til að taka þátt í forinnrituninni.

Innritun eldri nemenda (fæddir 2004 eða fyrr) mun standa yfir 5. apríl til 31. maí.

Innritun eldri nemenda hefst þriðjudaginn 6. apríl og lýkur mánudaginn 31. maí. Umsækjendur 17 ára og eldri nota auðkenni frá island.is eða rafræn skilríki til að sækja um.

Lokainnritun nemenda úr 10. bekk fer fram 6. maí til 10. júní.

Nemendur í 10. bekk hafa frest til miðnættis fimmtudaginn 10. júní til að sækja um í framhaldsskóla eða breyta umsóknum úr forinnritun, ef þarf. Einkunnir þeirra verða sendar rafrænt frá grunnskólum til framhaldsskóla eftir skólaslit.

Fjar- og dreifnám og nám í kvöldskóla.

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

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

Vill ekki að konur geti haldið eftirnafni sínu

Jafnréttisráðherra Japans leggst gegn frumvarpi til laga í Japan sem ætlað er að tryggja að konur geti haldið eftirnafni sínu þegar þær ganga í hjónaband. Gildandi nafnalögum hefur verið mótmælt af réttindahreyfingu kvenna.

JAPAN Tamayo Marukawa, jafnréttisráðherra Japan, leggst gegn frumvarpi um breytingar á nafnalögum þannig að konur fengju að halda eftirnafni sínu við giftingu samkvæmt breska blaðinu The Guardian.

Í Japan er hjónum enn bannað að bera sitt eftirnafnið hvort. Hefur það verið harðlega gagnrýnt af kvenréttindahreyfingum í gegnum tíðina. Í 96 prósentum tilvika taka konur ættarnafn eiginmanns við giftingu. Af iðnvæddum ríkjum heims er Japan eftirbátur í kvenréttindabaráttu og fær konur stífa í ríkisstjórn.

Nafnamálið hefur komið til kasta dómstóla. Árið 2015 úrskurðaði hæstiréttur að löggjöfin, sem er frá 1896, stangaðist ekki á við stjórnarskrá. Marukawa segir andstöðu sína við frumvarpið ekki draga úr henni í jafnréttisbaráttunni. Fylgir hún flokksfélögum sínum á hægri vængnum sem telja breytingu geta skaðað fjölskyldugildin.

Þetta er í mikilli andstöðu við þjóðarviljann. Rúmlega 70 prósent Japana eru hlynnt breytingu á löggjöfinni en aðeins tæpleg 15 prósent vilja halda henni óbreyttri.



Marukawa heitir í raun ekki Marukawa. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

» 70 prósent vilja breyta nafnalöggjöfinni.

Marukawa segir ákvörðun sína persónulega en þrátt fyrir það notar hún sjálf sitt eigið ættarnafn út á við. Hún er gift þingmanninum Taku Otsuka og ber því Otsukunafnið á öllum opinberum skjólum. - khg

Frambjóðendur til formanns VR kynna sig

Frambjóðendur til formanns og stjórnar VR kjörtímabilið 2021–2023 kynna sig og áherslur sínar á kynningarfundum VR á fjarfundarforritinu Zoom, **fimmtudaginn 4. mars kl. 20.00.**

Tvö einstaklingsframboð eru til formanns VR: framboð núverandi formanns – Ragnars Þórs Ingólfssonar – og framboð Helgu Guðrúnar Jónasdóttur. Þá eru 11 einstaklingsframboð til stjórnar en alls verður kosið til sjö sæta í stjórn og þriggja í varastjórn.

Allir VR félagar eru velkomnir.

TAX FREE

SNYRTIVÖRU DAGAR

24. febrúar - 3. mars

Taxfree*
af öllum snyrtivörum

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti

Í Kringlu og Smáralind finnur þú
mesta úrvalið og meira pláss

HAGKAUP

Snyrtivara

Staðan vegna veirunnar misjöfn

COVID-19 Í gær höfðu verið staðfest yfir 113 og hálf milljón COVID-19 tilfelli í heiminum.

Langflestir hafa greinst í Bandaríkjunum, rúmlega 29 milljónir talsins, og því næst á Indlandi þar sem um 11 milljónir tilfella hafa greinst.

Fæst kórónaveirutilfelli hafa verið staðfest á Vanúatú-eyjum og í Mikrónesíu þar sem aðeins eitt tilfelli hefur verið staðfest á hvorum stað fyrir sig. Þá hafa aðeins verið staðfest þrjú tilfelli á Samóa-eyjum



Í Brasilíu hafa um 250 þúsund látist vegna COVID-19. FRÉTTABLAÐID/GETTY

og fjögur á Marshall-eyjum í Vestur-Kyrrahafi.

Á Norðurlöndunum hafa langt um flest tilfelli verið greind í Svíþjóð, yfir 650 þúsund talsins, og því næst í Danmörku, 210 þúsundir hafa smitast þar í landi.

Alls hafa rúmlega 2,5 milljónir manna látist úr COVID-19 í heiminum og eru dauðsföllin flest í Bandaríkjunum þar sem þau eru komin yfir hálf milljón. Rúmlega 250 þúsund hafa látist í Brasilíu og yfir 180 þúsund í Mexíkó. – bj



Um tíma voru COVID-19 sýni tekin í bilakjallara Hörpu. FRÉTTABLAÐID/ANTON

Fyrsta íslenska smitið fyrir ári

Á morgun er eitt ár frá því að kórónaveirusmit greindist fyrst á Íslandi. Íslendingar eru nú í þriðju bylgju faraldursins sem þó virðist á undanhaldi.

COVID-19 Á morgun verður liðið ár frá því að fyrsta tilfelli COVID-19 greindist hér á landi. Þann 28. febrúar greindist íslenskur maður með sjúkdóminn eftir að hafa verið í ferðalagi á Norður-Ítalíu. Þau tilfelli sem greindust dagana á eftir mátti öll rekja til Norður-Ítalíu og Austur-Ítalíu en þann 6. mars greindist hér fyrst innanlandssmit.

Í kjölfar þess lýsti ríkislögreglustjóri yfir neyðarstigi almanna- varna í samráði við sóttvarnalækni og þann sama dag var sett á heim- sóknarbanan á hjúkrunarheimilum og á Landspítala.

Fyrsta bylgja faraldursins náði hámarki um 22. mars en þann dag voru staðfest tilfelli 568 talsins og tæplega sjö þúsund manns voru í sóttkví. Íslensk erfðagreining hóf að skima fyrir COVID-19 þann 13. mars og þann 24. mars greindust 106 með smit á einum sólarhring.

Hinn 16. mars var sett á samkomubann og máttu ekki fleiri en 100 koma saman, og viku síðar voru samkomutakmarkanir hertar og mörkin sett við tuttugu manns. Takmarkanirnar giltu til 4. maí en þá máttu fimmtíu manns koma saman. Tveimur vikum síðar voru sundstaðir opnaðir og því næst líkamsræktarstöðvar, þá fengu 200 manns að koma saman og lífið færðist í eðlilegra horf.

Fyrsta innanlandssmit í annarri bylgju faraldursins greindist 23. júlí en þá hafði ekki greinst smit hér á landi í þrjár vikur. Átta dögum síðar voru innleiddar samkomutakmarkanir sem miðuðu við að ekki kæmu saman fleiri en 100 manns. Atburðum sem fram áttu að fara um verslunarmannahelgi var aflýst og það sama á við um Menningarnótt í Reykjavík.

Kúrfan reis hratt í annarri bylgjunni og þann 31. júlí voru fimmtíu manns með staðfest smit. Dögum saman greindust þó fá tilfelli og stóð önnur bylgjan lengi yfir, eða fram í byrjun september.

Þriðja bylgja kórónaveirufaraldursins hófst að mati vísindafólks við Háskóla Íslands 11. september og í kjölfarið voru samkomutakmarkanir hertar enn á ný. Þá var lýst yfir neyðarstigi almanna- varna á höfuðborgarsvæðinu og samkomur voru miðaðar við tíu manns. Settar voru reglur um grímuskyldu og börum og krám var gert að loka.

Þriðja bylgjan náði hámarki í október og þann 5. þess mánaðar greindust 99 með veiruna hér á landi. Þann dag lágu fimmtán á sjúkrahúsi með COVID-19 og þrjár voru á gjörgæslu.

280

þúsund sýni hafa verið tekin hér vegna COVID-19.

» Fjörtán einstaklingar létust á Landspítala í kjölfar hópsmitsins á Landakoti og tveir létust á hjúkrunarheimilinu Bergi í Bolungarvík.

Í lok október greindist smit á Landakoti og mátti svo rekja þangað alls 117 tilfelli. Alls smituðust 60 skjólstaðingar Landakots, Reykjalandar og Sólvalla á Eyrarbakka og 57 starfsmenn.

Fjörtán einstaklingar létust á Landspítala í kjölfar hópsmitsins á Landakoti og tveir létust á hjúkrunarheimilinu Bergi í Bolungarvík. Þá má einnig rekja andlát þriggja einstaklinga á hjúkrunarheimilinu Sólvöllum á Eyrarbakka til sömu hópsýkingar ásamt andláti einstaklings sem lést á Landspítala eftir smit á hjúkrunarheimilinu Ísafold í Garðabæ. Alls hafa 29 látist í faraldrinum hér á landi.

Bólusetning hófst á Íslandi þann 29. desember þegar fjórir heilbrigðisstarfsmenn voru bólusettir. Síðan þá hafa yfir tólf þúsund Íslendingar lokið bólusetningu, eða rúm þrjú prósent þjóðarinnar.

Til stendur að búið verði að bólusetja 190 þúsund manns hérlendis fyrir júnílok en öllum eldri en fimmtán ára verður boðin bólusetning á einhverjum tímamarki.

Nú þegar er frá því að smit var fyrst greint hér á landi eru Íslendingar enn staddir í þriðju bylgjunni sem þó virðist vera að dvína. Yfir 6.000 tilfelli hafa nú verið staðfest hér, tæplega 280 þúsund sýni hafa verið tekin og fleiri en þrjú hundruð hafa verið lögð inn á sjúkrahús. Næstum 46 þúsund manns hafa lokið sóttkví.

Enn eru í gildi takmarkanir á samkomum og mega fimmtíu manns koma saman. Andlitsgrímur skal nota í almenningssamgöngum, í verslunum og annarri þjónustu.

Þá skal einnig nota andlitsgrímur þar sem ekki er unnt að tryggja tveggja metra nálægðartakmarkanir sem eru í gildi. Nánari upplýsingar um gildandi samkomutakmarkanir má finna á heimasíðunni covid.is. birnadrofn@frettabladid.is

SAMTÖK
ATVINNULÍFSINS
ÓSKA EFTIR
HÆFU FÓLKI
TIL AÐ TAKA AÐ SÉR
STJÓRNARSTÖRF
Í LÍFEYRISSJÓÐUM

Samkvæmt kjarasamningi SA og ASÍ skipa samtökin helming stjórnarmanna í þeim sjö lífeyrissjóðum sem eru á samningssviði aðila og er framkvæmdastjórn SA falin tilnefning stjórnarmanna.

Samtök atvinnulífsins óska ár hvert eftir því að hæfir einstaklingar, sem starfa hjá aðildarfyrirtækjum SA eða hagsmunasamtökum þeirra, gefi kost á sér til starfa í stjórnnum lífeyrissjóða. Leitað er eftir einstaklingum með fjölbreytta reynslu og þekkingu m.a. á lífeyrismálum, stjórnun, stefnumótun, áætlanagerð og reikningshaldi, lögfræðilegum málefnum og fjármálamarkaði. Úr þeim hópi sem gefur kost á sér til stjórnarstarfa verða tilnefndir þeir sem metnir eru hæfastir í ljósi þeirra eiginleika sem sóst er eftir í viðkomandi stjórn.

Sérstök hæfnisnefnd fjallar um einstaklinga sem gefið hafa kost á sér til stjórnarstarfa. Nefndin leggur mat á þekkingu og reynslu umsækjenda með hliðsjón af þeim eiginleikum sem nauðsynlegt er að viðkomandi stjórn sem heild búi yfir. Að mati loknu leggur hæfnisnefndin tillögu fyrir framkvæmdastjórn SA.

Um er að ræða eftirfarandi lífeyrissjóði:

Birta lífeyrissjóður, Festa lífeyrissjóður, Gildi lífeyrissjóður, Lífeyrissjóður Rangæinga, Lífeyrissjóður verzlunarmanna, Lífeyrissjóður Vestmannaeyja og Stapi lífeyrissjóður

Umsóknir sendist í tölvupósti á stjornarseta@sa.is

Athugið að umsóknir frá fyrra ári gilda áfram og þarf ekki að endurnýja. Samtök atvinnulífsins hvetja konur jafnt sem karla til að sækja um.



Skó
PARTÝ



50-80%

AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM SKÓM

VAGABOND
SHOEMAKERS

ZCCO®

SKECHERS



LLOYD
GERMANY

BULL
BOXER



SIXMIX®

Gabor

Tamaris

Toppskórinn

Markaður Smáratorgi
Outlet Grafarholti

Falinn fjársjóður fyrir
alla fjölskylduna

Byr í seglin



Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Nú siglum við hægum byr út úr vand-ræðunum sem heimsfaraldrinum fylgdu. Ekki svo að skilja að það verði sem tjöld séu dregin frá og takmarka-laus dýrð tilverunnar, eins og við vorum von, blasi við. Og heldur ekki að efnahagur lands og þjóðar hrökkvi í sama horf og var.

En tíra hefur kviknað og verður vonandi bjartari og skærari eftir því sem vikurnar líða.

Þrátt fyrir að stóra bóluefnarannsóknin með Pfizer hafi farið í vaskinn, miðar örugglega í bólusetningum og brátt verður tekið til við að bólusetja fólk á áttæðis-aldri og svo koll af kolli þar til allir verða bólusettir fyrir júnílok, gangi bólusetningardagatal stjórnvalda eftir.

Sóttvarnalæknir hefur meira að segja ljáð máls á því að fólk hefji faðmlög á ný, enda séu allir sem taka þátt í því heilir heilsu og hafi áhuga á svo mikilli nánd.

Þá hefur verið gefið undir fótinn með að grimu-skylda verði aflögð, sem er sérstakt fagnaðarefni.

Hert var verulega á hömlum á landamærum nýlega og öllu slegið þar næstum í lás, enda sárafaír á faralds-fæti. Það segir sig sjálfst að hertan ásetning þarf til að ferðast þegar framvísa þarf nýlegu neikvæðu veiru-prófi við komuna, fara í sýnatöku, svo í sóttkvi og aftur í sýnatöku að henni lokinni.

Þau ánægjulegu tíðindi bærust í vikunni að farþegar frá Grænlandi séu undanþegnir þessu fyrirkomulagi og er til vitnis um að jafnshjótt og faraldur gengur niður í landi opnast landamærin fyrir ferðalögum þaðan. Enda er það lykillinn að því að ferðapjónustan komist á legg á ný og hjól atvinnulífsins snúist á auknum hraða. Við eigum því öll undir því að sem best gangi að ráða niðurlögum faraldursins sem víðast.

Í Fréttablaðinu sagði frá því í frétt í vikunni að aukins áhuga gæti meðal breskra ferðamanna á heim-sóknum til landsins síðsumars og í haust. Haft var eftir Birnu Ósk Einarsdóttur, framkvæmdastjóra hjá Icelandair, að þess sjáist litil en skýr merki að Bretar séu farnir að huga að Íslandsferðum en landið hafi fyrst og fremst verið vetraráfangastaður fyrir Breta. Bretar eru lengst komnir Evrópuþjóða í bólusetningum og um fjórðungur þeirra hefur fengið fyrri skammt af bóluefni.

Þar var tekin sú ákvörðun að bólusetja sem flesta fyrri bólusetningu og mynda þannig mótstöðu gegn veirunni, þótt hún væri minni en fengist með tveimur skömmtum. Síðari bólusetningin réðist þá af framboði bóluefnis síðar meir.

Bretar hafa skorið sig úr hópi flestra annarra þjóða að þessu leyti. Má ekki vera að betra sé að fleiri hafi eitthvert ónæmi í blóði gegn veirunni en örfáir sem eru fullbólusettir?

Hvað sem því líður segir Birna Ósk jafnframt í frétt-inni: „Við sáum síðasta sumar að allt í einu fylltist allt af Dönum og Þjóðverjum á Íslandi, vegna þess að staða faraldursins var góð þar líkt og hér heima. Þá var fólk mikið að bóka á síðustu stundu og það gæti líka gerst næsta sumar, enda mikill ferðavilji og ferðapörf upp-söfnuð hjá fólki um allan heim.“



Má ekki vera að betra sé að fleiri hafi eitthvert ónæmi í blóði gegn veirunni en örfáir sem eru fullbólusettir?

Gunnar



Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir



Gott innlegg Miðflokksins

Árið 1004 var María Argyropoulina, frænka Miklagarðskeisara, gefin syni hertoga Feneyja. Við komuna til Ítalíu var María með í fartaskinu tvo gaffla úr gulli sem hún borðaði með í brúðkaupi sínu. Feneyingar, sem vanir voru að borða með höndunum, voru slegnir. Matur var gjöf drottins. Að vilja ekki snerta himneska gjöfina var móðgun við almættið. En guð náði fram hefndum. Þegar María lést árið 1007, er plága reið yfir Feneyjar, töldu heimamenn ljóst að þar færi refsing himnaföðurins fyrir gafflanotkunina. Næstu fjögur hundruð ár sást vart gaffall í allri Evrópu.

Siðferðið og baunaskálin

Nýverið fór fram umræða á Alþingi um frumvarp Miðflokksins og tveggja Sjálfstæðismanna um að kristinfræðikennsla verði aftur tekin upp í grunnskólum. Telja flutningsmenn slíkt nám mikilvægt fyrir „siðfræðilegan, siðferðilegan og félagslegan þroska“. Ekki sé hægt að „skilja menningu okkar nema að hafa þekkingu á kristnum gildum“. Frumvarpið er gott innlegg inn í gafflaumræðuna árið 1007.

Mannfræðingurinn Oliver Scott Curry var sæmdur heiðursorðu Breska húmanistafélagsins á dögnum fyrir rannsóknir sínar á siðferði. Curry segist vera „heimspekingur í bataferli“ sem leitist við að svara spurningum hugvísindanna með aðferðafræði raunvísindanna. Í stærstu rannsókn sinnar tegundar skoðaði Curry siðferðisgildi í sextíu samfélögum. Niðurstaða rannsóknarinnar sýndi að sama hvar stigið var niður fylgdu öll samfélög, óháð menningu og trúarbrögðum, sömu sjö siðferðisreglunum.

Gaffallinn hafði að endingu betur í baráttunni við almættið. Ítalir tóku gaffallinn í sátt á 15. öld sem vörn gegn klístruðum fingrum þegar sykraudir ávextir komust í tisku. Gaffallinn náði föttestu litlu síðar í Norður-Evrópu þegar ítalska aðalskonan Katrin af Medici giftist verðandi konungi Frakklands árið

1533 en Katrin er sögð hafa flutt inn til Frakklands ísuppskriftina, tiskufatnað, bankakerfið, ballettinn og gaffallinn. Elísabet 1. Englandsdrottning var ósannfærð um ágæti áhaldsins og sagði það „ófágað athæfi að reka hluti í gegn“. En þrjátíu árum eftir andlát hennar lýsti Karl 1. Englandskonungur því loks yfir að það væri víst „síðsamlegt að borða með gaffli“.

Í greinargerð með frumvarpi Miðflokksins um aukna kristinfræðikennslu segir að það sé „mikilvægt að þekkja grundvöll siðferðis-skodana“. Í þessari viku eru hundruð og fimmtíu ár frá því að bókin Hvernig maðurinn kom til eftir Charles Darwin kom út. Þar leiddi Darwin líkur að því að siðferði eigi sér liffræðilegar rætur og hafi þróast með manningum í gegnum náttúruval. Síðan þá hafa slíkar skýringar fengið byr undir báða vængi. Nú síðast í rannsóknum Oliver Scott Curry.

Hugmyndir mannsins eru í stöðugri þróun. Meira að segja gaffallinn stendur ekki í stað. Á sautjándu öld komust grænar baunir í tisku meðal fransks aðalþólks. Gaffallinn, sem þá hafði aðeins tvo tinda, var illa til þess fallinn að skófla hnöttóttum kræsingunum upp í fágada munna. Upphófst aldalöng umbótasaga á sviði gafflahönnunar þar sem tindum var fjölgað og laginu breytt.

Miðflokkurinn er jafnlíklegur til að finna undirstöðu siðferðisins og franskur aðalsmaður með tveggja tinda gaffal er að komast niður á botn baunaskálar. Af fortíðarþrá leita Miðflokksmenn róta siðferðisins í kennslubókum um kristinfræði frá eigin grunnskólalagöngu. En það sendir enginn skip út á ballarhaf með kort þar sem jörðin er teiknuð flöt. Það dytti fáum í hug að halda því fram að kórónaveirufaraldurinn sem nú ríður yfir heimsbyggðina stafi af mikilli gafflanotkun þótt það hafi verið ályktunin sem Feneyingar drögu árið 1007.

Shakespeare ritaði í Róméó og Júlíu: „Hvað felst í nafni?“ Kristin gildi eru ekki annað en mannleg gildi.

MÁNUDAGA KL. 20.30

KARLMENNSKAN
MEÐ ÞORSTEINI V. EINARSSYNI

MÁNUDAGA KL. 20.30

HRINGBRAUT

KRONAN

Unnið í samstarfi við
happ
Meira en bara bragði!

Mmm ...
Einfalt og
gott í matinn!

Púslaðu sinnepssósunni
saman með ...



Kortir í 4 sósur

499 kr. stk.

kjúkling
og kjúklinga-
baunasalati



eða svart-
baunaborgara
og kartöflum



Kortir í 4 kjúklingur

1499 kr. pk.



Kortir í 4 baunabuff

1199 kr. pk.



Kortir í 4 meðlæti

699 kr. stk.



KORTIR Í FJÖGUR
4
VELJUM SAMAN



Afgreiðslutímar á www.kronan.is
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengrl.



UMAGE ALUVIA SKERMUR,
NOKKRIR LITIR 40 X 30 CM.
VERÐ 29.990 KR.



RIVERDALE EMMY PÚÐAR.
NOKKRIR LITIR, VERÐ FRA 5.990 KR.



SÖDAHL RÚMFÖT 140x200
GARDEN BLOOM BEIGE.
15.990 KR.



BITZ SKÁL/FAT 40 CM
SVÖRT/AMBER. 11.990 KR.



NORDAL KATAJA 13 CM
GLERVASI AMBER. 5.490



VERA SÓFI EROS MUSTARD SLÉTTFLAUEL.
ÞRIGGJA SÆTA 226 X 96 X 85 CM 279.990 KR.
TVEGGJA OG HÁLFS SÆTA 205 X 96 X 85 CM 254.990 KR.



VERTI MINI VEGGVASAR 15 X 15 CM.
MARGIR LITIR. FJÓRIR SAMAN Á MYND.
VERÐ: 5.490 KR. STYKKIÐ



PTMD BEKKUR ÚR BRÚNU EÐA
SVÖRTU LEDRI MEÐ VEGLEGUM VIÐAFÖTUM.
132 X 40 X 47 CM 99.990 KR.



BROSTE AMBER GLÖS. MARGAR GERDIR.
VERÐ FRÁ 1.390 KR.



MIKIÐ OG FJÖLBREYTT ÚRVAL AF MOTTUM OG DREGLUM FRÁ



DIALMA BROWN
INTERIORS & LIFESTYLE



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

Akureyri 12 – 18 virka daga
Dalsbraut 1 12 – 16 laugardaga

Ísafjörður
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni
eru birtar með fyrirvara um prentvillur.
Yfirstíkað verð sýnir fullt verð vöru.

Nú er bjakt í Höllinni



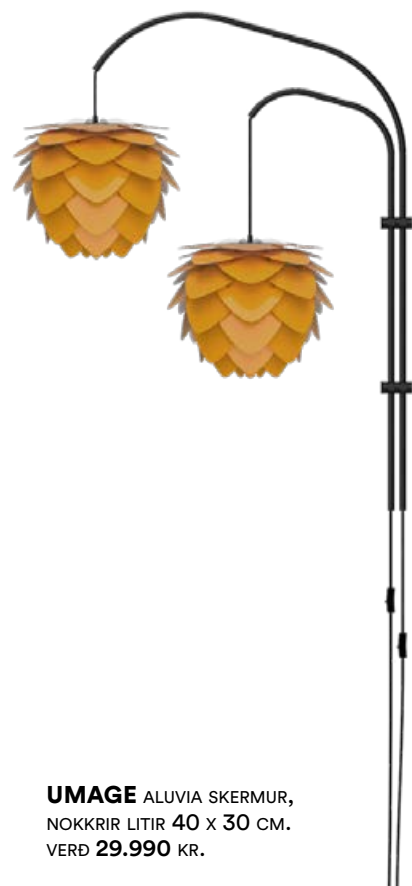
AVILA GLÆSILEGUR HORNSÓFI Í AVILA LÍNUNNI. STÆRÐ: 276 x 210 x 77 CM **249.990 KR.** ~~299.990 KR.~~ **ÞÚ SPARAR 50.000 KR.**



BRAY BORDSTOFUSTÓLL.
VELVET MUSTARD
58 x 50 x 79 CM
19.900 KR.



SINGLE STÆKKANLEGT BORDSTOFUBORD. TVÆR STÆKKANIR FYLGJA, 48 CM HVOR (RENNA UNDIR BORDIÐ ÞEGAR ÞÆR ERU EKKI Í NOTKUN). FÁANLEGT Í SVÖRTUM GEGNHEILUM VIDI MED HVÍTRI PLÖTU. **59.990 KR.** ~~69.990 KR.~~ **ÞÚ SPARAR 10.000 KR.** EINNIG FÁANLEGT Í EIK MED HVÍTRI PLÖTU. **59.990 KR.** ~~74.990 KR.~~ **ÞÚ SPARAR 15.000 KR.**



UMAGE ALUVIA SKERMUR,
NOKKRIR LITIR 40 x 30 CM.
VERÐ 29.990 KR.

Von á ákvörðun um breytingu á mótshaldi í dag

FÓTBOLTI Ársþing Knattspyrnusambands Íslands, KSÍ, fer fram í dag en þingið fer fram rafrænt. Enginn kosningahamur var í aðdraganda kosninganna en formaðurinn Guðni Bergsson fékk ekki mótframboð og mun sama stjórn halda áfram.

Helsta spennan á þessu þingi er að sjá hvernig kosið verður um framtíðarskipulag á mótahaldi í efstu deild karla. Þannig hafa komið fram tillögur um 12 liða efstu deild með úrslitakeppni, 10 liða deild með þrefaldri umferð og loks 14 liða deild.



Guðni Bergsson, formaður KSÍ.

KSÍ hefur lagt fram ársreikning sinn fyrir árið 2020 þar sem fram kemur að rekstrartekjur sambandsins á árinu voru um 1.688 milljónir, eða um 67 milljónum hærri en áætlanir gerðu ráð fyrir. Tekjur af landsleikjum svo til hurfu vegna áhorfendabanns, en á móti kom hækkun á styrkjum og framlögum FIFA og viðbótarframlag vegna reksturs Laugardalsvallar. Rekstrarkostnaður var 239 milljónum lægri en áætlanir gerðu ráð fyrir, eða um 1.337 milljónir samanborið við 1.576 milljónir í áætlun.

Framlag KSÍ til aðildarfélaganna vegna tekjutaps tengdu COVID-19 nam 160,6 milljónum, auk þess sem KSÍ tók yfir þátttökugjöld félaga upp á 10,8 milljónir sem og hlut félaganna í ferðaþátttökugjöldum um 8 milljónir.

Rekstrarniðurstaða samstæðu Knattspyrnusambands Íslands á árinu er hagnaður upp á tæpar 38 milljónir króna. – hó

Skotógnin alveg komin aftur

Síðustu tæp þrjú ár hafa meiðsli hrjád Gísla Þorgeir Kristjánsson. Síðasta vor færði Gísli Þorgeir sig um set frá Kiel til Magdeburg. Hlutirnir hafa færst í jákvæða átt hjá honum og liðinu á yfirstandandi leiktíð.

HANDBOLTI Gísli Þorgeir Kristjánsson, landsliðsmaður í handbolta, og samherjar hans hjá þýsku liðinu Magdeburg hafa verið á góðu skriði undanfarna mánuði en liðið er í þriðja sæti þýsku efstu deildarinnar með 24 stig eins og sakir standa og er sex stigum á eftir Flensburg, sem trónir á toppi deildarinnar og er einu stigi á eftir Rhein-Neckar Löwen sem er sæti ofar.

„Við erum á flottu róli þessa stundina eftir að hafa farið rólega af stað á tímabilinu. Liðið hefur spilað einhverja 15 eða 16 leiki í röð í öllum keppnum án þess að tapa og það hefur verið mikill stigandi í spilamennsku liðsins. Ég hef sjálfur verið að spila mikið og finn fyrir miklu trausti frá þjálfaranum sem er mjög þægileg tilfinning. Ég er hægt og rólega að nálgast mitt besta form og minn fyrri leikstíl, ef svo má segja,“ segir Gísli Þorgeir um gang mála hjá honum sjálfum og Magdeburg.

„Við erum þrír sem skiptum á milli okkar vinstri skyttunnar og leikstjórnendastöðunnar en það er gott flæði á milli þessara tveggja stada á vellinum hjá okkur. Það er þétt spilað þessa dagana og sem dæmi um það er að við mætum Guðmundi og hans mönnum hjá Melsungen um helgina og svo förum við beint til Rússlands til þess að spila Evrópuleik sem verður þriðji leikurinn á um það bil viku.

Það má í raun segja að síðustu vikur og þær næstu séu eins og þegar maður er á stórmóti með landsliðinu. Það er lítið æft á milli leikja og tíminn í raun mest nýttur í endurheimt, nudd og taktíska víðeöfundu. Það er svo sem bara fint, það er skemmtilegast þegar það eru



Gísli Þorgeir fær oft að stýra sóknarleik Magdeburg og fær þar að kenna á hörku varnarmanna. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

margir leikir og ég finn ekkert mikið fyrir þessu álagi eins og staðan er núna allavega,“ segir Gísli sem hefur glímt við axlarmeidsli síðustu þrjú ár.

„Ég finn ekkert fyrir eymslum í öxlinni núna og andlega er ég alveg hættur að þæla í því að ég hafi verið að glíma við meiðsli þar. Ég treysti öxlinni fullkomlega og hægri öxlin er bara í fullkomnu standi. Það tók tíma að venjast því aftur að geta beitt öxlinni almennilega og breyta leikstílnum á þann hátt að það gæti verið skotógn af mér fyrir utan. Það er hins vegar allt að koma og ég er duglegur að vinna í fyrirbyggjandi æfingum til þess að styrkja mig þar,

sem og allan skrokkinn auðvitað,“ segir þessi 21 árs gamli leikstjórnandi.

„Magdeburg er að spila handbolta sem hentar mér mjög vel, það er hraðan sóknarleik þar sem mikið er unnið með að vinna stöðuna einn á móti einum. Boltinn er látinn ganga hratt þangað til það er tækifæri til þess að gera árást og sækja á markið. Það er ekkert launungarmál að við erum ekki með hávöxnustu útlínuna en við vinnum það upp með hraða og vel útfærðum sóknarleik.

Þá erum við að verða betri og betri með hverjum leik að skora með seinni bylgju hraðauppflaupum. Við erum með lið sem getur klár-

lega barist um titilinn fram á vorið en við tökum bara einn leik fyrir í einu og sjáum hvað setur. Það væri allavega frábært að koma okkur í Meistaradeildina á næstu leiktíð,“ segir hann um framhaldið.

Gísli Þorgeir er samningsbundinn Magdeburg til sumarsins 2023 og hann segir að honum líði vel hjá félaginu og það sé ekkert fararsnið þaðan á næstunni. „Stefnan er bara að standa mig vel hér áfram en svo sjáum við bara til hvað framtíðin ber í skauti sér. Mig langar að spila í Meistaradeildinni og vonandi næ ég að gera það með Magdeburg,“ segir Hafnfirðingurinn.

hjo.rvaro@frettabladid.is

Aðalfundur Festi hf.

Aðalfundur Festi hf. verður haldinn mánudaginn 22. mars 2021 klukkan 10.00 í höfuðstöðvum félagsins að Dalvegi 10-14, Kópavogi.

Dagskrá fundarins

- Skýrsla stjórnar um starfsemi félagsins á liðnu starfsári.
- Skýrsla forstjóra og ársreikningur kynntur.
- Staðfesting ársreiknings fyrir síðastliðið reikningsár og tekin ákvörðun um hvernig fara skuli með hagnað félagsins.
- Ákvörðun tekin um greiðslu árs vegna rekstrarársins 2020.
- Tilnefningarnefnd kynnir skýrslu sína og tillögur.
- Stjórnarkjör.
- Tillaga um staðfestingu á ákvörðun stjórnar um skipun tveggja einstaklinga í tilnefningarnefnd.
- Kjör endurskoðanda eða endurskoðunarfirma.
- Ákvörðun um þóknun til stjórnarmanna, undirnefnda stjórnar og tilnefningarnefndar.
- Tillaga stjórnar um breytingu á starfskjarastefnu félagsins.
- Tillaga stjórnar um heimild til kaupa á eigin hlutabréfum.
- Tillaga um lækun á hlutafé vegna eigin hluta og breytingu á samþykktum félagsins.
- Tillaga stjórnar um breytingu á starfsreglum tilnefningarnefndar.
- Önnur mál löglega upp borin.

Festi | Dalvegi 10-14 | 201 Kópavogi | festi.is



Lewis Hamilton hefur verið í sér-flokki í Formúlunni undanfarið ár.

Formúla 1 rekin með stórtapi

FORMÚLA 1 Í gær var ársreikningur Formúlu 1 fyrir síðasta tímabil birtur þar sem kom í ljós að keppnistímabilið í fyrra var rekið með 386 milljónum dala halla. Tapreksturinn má rekja til 44 prósentu minni tekjuinnkomu vegna áhrifa kórónaveirufaraldursins á síðasta ári. Eftir að hafa verið með tekjur upp á 2.022 milljónir dala árið 2019 voru þær aðeins 1.145 milljónir dala í fyrra.

44%

var samdrátturinn á tekjum Formúlu 1 milli ára.

Ökuframleiðendur samþykktu að lækka greiðslur til félaga um 300 milljónir dala en áhorfendalesið gerði það að verkum að tekjustreymið var lítið á viðburðum á vegum Formúlunnar í fyrra. – kpt



Nýr **CR-V**
e:HEV

Tvinnbíll fyrir
lengra komna



**Pantaðu reynsluakstur
á CR-V tvinnbílnum á Honda.is**

Honda e:TECHNOLOGY

Nýr CR-V tvinnbíll. Viðbragðsgóður. Með akstursmýkt. Sparneytinn. Tvinnbíll fyrir lengra komna.



ASKJA · Krókhálsi 11 - 13 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Honda á Íslandi.

Umboðsmenn um land allt:
K.Steinarrsson, Bílasala Austurlands, Bílver, Bílasala Selfoss, Bragginn, Höldur



Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/hondaisland

Beina ljósi að einstökum börnum

Á morgun, sunnudaginn 28. febrúar, er alþjóðadagur sjaldgæfra sjúkdóma haldinn hátíðlegur um allan heim og auðvitað verður engin undantekning á því hér á landi þar sem tónlistarhúsið Harpa verður lýst upp í tilefni hans.

Björk
Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is



Tilgangur alþjóðadags sjaldgæfra sjúkdóma er að vekja athygli almennings og stjórnvalda á sjaldgæfum sjúkdómum og áhrifum þeirra á líf einstaklinga og fjölskyldur þeirra.

Dagurinn hefur verið haldinn hátíðlegur frá árinu 2008. Félagið Einstök börn hefur haldið upp á daginn undanfarnir tíu ár með vitundarvakningu og fræðslu til samfélagsins, uppákomum, málþingi og fleiru áhugaverðu.

Lýsa upp Hörpu

Guðrún Helga Harðardóttir, framkvæmdastjóri Einstakra barna, segir Hörpu, tónlistar- og ráðstefnuhús, verða lýst upp í litum herferðarinnar í tilefni dagsins.

„Til að sýna fram á fjölda og fjölbreytileika samfélagsins hafa félagsmenn og velunnarar einnig verið hvattir til að birta myndir eða frásagnir í „Story“ á samfélagsmiðlum undir myllumerkjumum #einstök og #rare diseaseday til að sýna fram á fjölda og fjölbreytileika samfélagsins.“

Einstök börn er stuðningsfélag barna og ungmenna með sjaldgæfa sjúkdóma eða sjaldgæf heilkenni. „Félagið var stofnað 13. mars 1997 af foreldrum nokkurra barna sem eiga ekki heima í öðrum styrktar- og stuðningsfélögum og eru með afar sjaldgæfa sjúkdóma eða afar sjaldgæf heilkenni. Vildu foreldrar skapa sameiginlegan vettvang til að deila reynslu og vinna að bættum hag barna sinna.“

Gríðarleg fjölgun síðustu tvö ár

Börnin eru mörg hver afar veik og standa foreldrar frammi fyrir mjög erfiðri baráttu þar sem oft er um að ræða afar minnkuð lífsgæði og erfiðir tímar einkenna líf þeirra. Fjölgun innan félagsins hefur verið gríðarleg á síðustu tveimur árum og höfum við því orðið að efla starfsemi og spýta verulega í lófana til að sinna allri þeirri þjónustu sem hópurinn þarf. Sérstaklega á árinu 2020 en erfitt hefur verið að halda uppi fagstarfi, fræðslustarfi og bjóða upp á samveru og samtal milli foreldra,“ segir Guðrún Helga.

„Í félaginu í dag eru rétt um 500 fjölskyldur sem þurfa samtal og eftirfylgd. Greiningar barna í félaginu eru um 290 og á bak við margar þeirra er jafnvel bara eitt barn. Börnin eru á öllum aldri en yngsta barnið sem hefur komið inn í félagið var aðeins nokkurra vikna gamalt.“

Meðferð sjaldnast í boði

Guðrún Helga segir að þeir sjúkdómar og heilkenni sem börn og ungmenni félagsins lifa með séu allir langvinnir og hafi varanleg áhrif á líf þeirra og fjölskyldur.

„Þar sem um sjaldgæfa sjúkdóma og heilkenni er að ræða hafa margir þeirra lítið verið rannsakaðir og í fæstum tilfellum er til eiginleg meðferð við þeim. Sumir sjúkdómarnir eru það sjaldgæfir að aðeins örfá tilfelli eru til í heiminum,“ segir hún og bætir við að í eingu sirka sex til átta prósentum



Guðrún Helga Harðardóttir framkvæmdastjóri Einstakra barna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Í vefverslun Einstakra barna er að finna ýmsar vörur til styrktar samtökunum eins og þennan skemmtilega bol sem þessi litli sigurvegari klæðist.

Kátur meðlimur í samtökunum Einstök börn.



tilfella sé til eiginleg lyfjameðferð sem hjálpar.

„Allt starf sem unnið er á vegum Einstakra barna er unnið í sjálfbodavinnu fyrir utan framkvæmdastjóra og fjölskyldufræðing félagsins sem er í fullu starfi.“

Samstarf við erlend foreldrafélög Markmið Einstakra barna er að styðja við bakið á fjölskyldum

þessara barna, gæta hagsmuna þeirra, vinna með og að því að fræða stjórnvöld og fræða almennung um sjaldgæfa sjúkdóma,“ útskýrir Guðrún Helga.

„Í félaginu er leitast við að aðstoða þá foreldra, sem litlar upplýsingar hafa um sjúkdóm barna sinna, með hjálp internetsins og með samstarfi við foreldrafélög í öðrum löndum. Félagið vill vera meðvitað um það

Fyrsti MediTeddy afhentur

Einstök börn afhentu í vikunni Barnaspítala Hringins sinn fyrsta MediTeddy en bangsarnir eru fluttir inn í samstarfi við góðgerðarfélag í Bandaríkjunum og er ætlað að létta börnum á sjúkrahúsi lundina.

Ella Casano greindist með sjúkdóminn ITP aðeins sjö ára gömul. Síðan þá hefur hún þurft á lyfjagjöf að halda á átta vikna fresti. Þegar Ella var tíu ára kviknaði hugmyndin að MediTeddy í verkefnavinnu í skólanum. Það er henni afar minnisstætt þegar hún fór í sína fyrstu lyfjagjöf og sá lyfjagjafarpokann.

Óttinn sem fylgdi því að sjá standinn með lyfjunum tengdan við sig var yfirþyrmandi. Hana langaði því að reyna að gera lyfjagjafirnar þræilegri og þá kom hugmyndin að bangsanum. Móðir Ellu sem er hjúkrunarfræðingur aðstoðaði hana síðan við að gera hugmyndina að veruleika. Í dag veita MediTeddy-bangsarnir börnum um allan heim gleði á erfiðum tímum.

Þegar Einstök börn kynntu verkefnið fyrir félagsmönnum sínum brugðust þrjár mæður barna í félaginu, þær Ylfa Flosadóttir, Elíska Ósk Ómarsdóttir og Dana Rún Heimisdóttir, vel við enda þekkingu þær það vel að það



MediTeddy er ætlað að gleðja börn sem þurfa á lyfjagjöf að halda.

getur oft verið erfitt að vera á spítala, bæði fyrir börn og foreldra.

Þær voru því sammála um að bangsarnir ættu heima á Barnaspítala Hringins þar sem þeir gæti veitt börnum, foreldrum og starfsfólki spítalans mikla gleði. Þær náðu að fjármagna verkefnið og nú fá börn sem þurfa lyfjagjafir við innlögn, að sjá brosandí andlit bangsans í stað þess að horfa á lyfjapokana sjálfa.

sem er í gangi í samfélaginu varðandi börn og ungmenni með sjaldgæfar sérstakar þarfar, og vill einnig opna dyr inn í líf og aðstæður fjölskyldna félagsins.“ Guðrún segir félagið jafnframt leitast við að bjóða upp á fjölbreytta fræðslu og sjálfsefandi dagskrá fyrir félagsmenn. „Þá er um að ræða fræðslustarf með til dæmis fræðslukvöldum fyrir foreldra, aðstandendafundi, almenna spjall-

og félagsfundi, einnig er boðið upp á skemmtanir og samverustundir fyrir félagsmenn, eins og jólaball, páskabingó og sumarhátíð.“

Styrkja má Einstök börn með því að leggja inn á styrktarreikning félagsins eða kaupa vörur í vefverslun á heimasíðunni einstokborn.is. Reikningur: 0513-14-1012 Kennitala: 570797-2639

Nýr Hyundai

SANTA FE



Stærri. Betri. Fallegri. Nú líka Plug-in Hybrid.

Vinsælasti jeppinn okkar í Evrópu hefur verið endurhannaður frá toppi til táar og býður nú upp á meira pláss, þægindi og notagildi. Hönnun nýs Santa Fe er áræðnari og meira afgerandi en fyrirrennara hans, auk þess sem hann býðst með ótrúlegu úrvali nýrrar tækni og nýjasta öryggisbúnaðinum. Hann er fánlegur með dísilvél og bensín Plug-in Hybrid er væntanlegur.

Opið í dag frá 12–16. Komdu í heimsókn og reynsluaktu nýjum og betri Hyundai Santa Fe.



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



Hyundai býður eina víðtækustu ábyrgð sem til er. Ábyrgð á öllum nýjum Hyundai bílum er sjö ár/150.000 km akstur, hvort sem kemur á undan. Átta ár/160.000 km ábyrgð er á rafhlöðum. Staðbundnir skilmálar gilda. Kynntu þér allt um ábyrgðina á hyundai.is





Unnur Guðjónsdóttir hefur sannarlega lifað viðburðaríku lífi og þótt hún sé búin að skila inn ferðaskrifstofuleyfi sínu útilokar hún ekki fleiri heimsóknir til Kína. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Var burðardýr fyrir smyglhring

Unnur Guðjónsdóttir hefur farið sína síðustu hópferð til Kína en hún hefur staðið fyrir ferðum austur í fjörutíu ár. Hér segir hún frá ótrúlegum samskiptum sínum við kínversk lögregluyfirvöld og smyglhring í Hong Kong.

Óttar Kolbeinsson
Proppé
ottar@frettabladid.is



ferðalögum sínum austur og samskiptum við innfædda, kínversku lögregluna og ekki síst smyglhring í Hong Kong.

Fékk leyfi á Íslandi

Unnur segist geta rakið brennandi áhuga sinn á Kína til forngrips sem prýddi æskuheimili hennar, fallets bronskers frá Kína. Af því var hún heilluð sem barn og kveikti það ýmsar myndir af fjarlægum ævintýraslóðum í huga hennar. Þegar hún svo var við danskennaranám í Svíþjóð á fullorðinsaldri kom þangað kínverskur gestakennari að kenna Tai-Chi líkamsþjálfun. Þá kviknaði aftur á barnslegri ævintýraþrá Unnar. Hún varð að komast til þessa undursamlega lands.

„Það var nú ekki auðvelt, skal ég segja þér, að koma sér til Kína á þessum tíma. Þarna voru engar svona skipulagðar ferðir fyrir ferðamenn og ég reyndi því að fá leyfi til að fara í gegnum kínverska sendiráðið í Stokkhólmi. Ég var komin með kennaraleyfi og ætlaði að reyna að komast út sem kennari sem væri að kynna sér kínverska dansa. Þeir vildu alls ekki hleypa mér inn í landið,“ segir Unnur.

„Svo var ég í sumarfríi hérna á Íslandi árið 1983 og datt í hug að reyna sendiráðið hér. Ekki veit ég hvers vegna, en þeim leist svona rosalega vel á að ég vildi læra kínverska dansa og vildu hleypa mér inn í landið.“

Slapp við eftirlit

Komin með vegabréfsávisun tókst henni svo að bóka ferð með kínversku ríkisferðaskrifstofunni og



Frá fyrstu Kínaferð Unnar árið 1983. Unnur plokkar í sig frækorn úr lótsurót í Beihai-garðinum í Beijing. Ferðirnar áttu eftir að verða töluvert fleiri.

hélt nú af stað, fyrst til Moskvu og þaðan með síberísku hraðlestinni til Beijing. „Þetta var allt mjög strangt. Þeir kröfðust þess að ég hefði Kínverja með mér allan tímann á meðan ég væri í landinu. Það þýddi að ég þyrfti að borga þessari manneskju laun og allt upphald hennar, annað hótélherbergi og svona, því ekki ætlaði ég að vera með hana með mér í herbergi.“

Því þurfti hún að láta yfirvöld vita með hvaða lest hún kæmi, í hvaða vagni og hvaða koju, svo eftirlitsmanneskjan gæti tekið á móti henni við komuna í landið. „Það var búið að segja mér að hún myndi taka á móti mér á brautarpallinum. Ég kem út úr lestinni og bið á meðan allir tínast í burtu. Og svo stend ég bara eftir ein – það var enginn kominn til að taka á móti mér,“ segir Unnur. „Þannig að ég þýt auðvitað út af lestarstöðinni eins og píla og lét aldrei vita af mér.“

Lærði snemma á lögguna

Og þannig, fyrir sakir óútskýranlegrar heppni, tókst Unni að ferðast eftirlitslausri um Kína árið 1983. Fyrir vikið kynntist hún landinu og ósvikinni menningu þess á allt annan hátt en hún hefði gert ef hún hefði verið með eftirlitsmann í eftirdragi allan tímann. „Ef maður er einn getur maður nefnilega gert ýmislegt,“ segir hún spök á svip.

„Ég tók eftir því á ákveðnum tímupunkti að vegabréfsávisunin mín var að renna út. Þá var ég í borginni Xi'an og fór á lögreglustöðina þar til að reyna að fá þá til að endurnýja hana fyrir mig. Þeir



Alma Glóð hér ásamt syni sínum Mána, en hún tók ákvörðun um að eignast hann ein eftir að hún lauk fyrstu önninni í læknisfræði við Háskóla Íslands. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Auðveld ákvörðun að verða einstök móðir

Alma Glóð Kristbergisdóttir ákvað 22 ára gömul að eignast barn ein og upp á eigin spýtur með aðstoð gjafasæðis. Hún er yngsta móðirin á Íslandi sem hefur farið þessa leið en hún sinnir nú uppeldi meðfram læknanámi í Háskóla Íslands.

Kristlín Dís
Ingilínardóttir
kristlin@frettabladid.is



Alma Glóð Kristbergisdóttir er svokölluð einstök móðir, en hún ákvað að eignast barn ein og upp á eigin spýtur með aðstoð gjafasæðis aðeins 22 ára gömul. „Það tekur sumar konur töluvert lengri tíma að taka þessa ákvörðun en þetta var eitthvað sem mig hefur alltaf dreymt um og var þess vegna ein auðveldasta ákvörðun sem ég hef tekið,“ segir Alma brosandí.

Það vill svo til að Alma er yngsta konan á Íslandi sem hefur farið í gegnum tæknifrjóvgun af þessu tagi. „Ég komst reyndar ekki að því fyrr en eftir á, svo það var ekki keppnisskap sem dreif mig áfram,“ segir Alma og hlær.

Ákvörðunin um að eignast barn ein var tekin þegar Alma hafði nýlökkið við fyrstu önn í læknanámi í Háskóla Íslands. „Þá hafði ég loksins tækifæri til að slá til og sá fram á að ég gæti séð fyrir barni.“

Fer ekki hefðbundnar leiðir

Alma valdi að segja aðeins sínum allra nánustu frá ákvörðuninni í byrjun. „Ég var stressuð að segja frá þessu og fá mögulega neikvæð viðbrögð.“ Það hafi komið á óvart að flestir drögu það ekki í efa að hún gæti gert þetta ein. „Fólk sem þekkir mig veit að ég fer ekki hefðbundnar leiðir í lífinu,“ útskýrir hún.

„Ég bjóst samt alveg við því að fá holskeflu af athugasemdum eins og

„ætlaðu í alvörðunni að gera þetta?“ og „gerirðu þér grein fyrir hvað þú ert að fara út í?“ og fleiri spurningar, en það gerðist aldrei,“ segir Alma sem var því fegin. „Fólk hefur eflaust sína skoðun en það hefur hingað til haldið henni út af fyrir sig, sem ég er mjög þakklát fyrir.“

Alma kveðst aldrei hafa gert sér neinar grillur um að uppeldið yrði auðvelt. „Auðvitað er það erfiðara að vera ein, ein að taka ákvarðanir, ein að sjá um innkomu og ein að taka ábyrgðina.“ Það séu punktar sem vert sé að hugsa um. „En þó að eitthvað sé erfitt er það samt þess virði ef þetta er það sem maður vill.“

Flókið að velja sæði

Það leið þó heil meðganga frá ákvörðuninni þar til Alma fór í uppsetningu og á þeim tíma var í mörg horn að líta. Eitt af því fyrsta var að finna rétta gjafasæðið í Evrópska sæðisbankanum. „Að velja sæði er smá eins og að kaupa föt á netinu,“ bendir Alma á. „Þú setur sæðið í kórffuna og tékkar svo út, sem er mjög óraunveruleg tilfinning.“

Þúsundir gjafa eru í boði og auðvelt að tynast í smáatriðum. „Það er hægt að þrengja leitina með því að velja sæði út frá augnlit, blóðflokki, menntun, starfi og fleira.“ Fyrir Ölmur var eitt það mikilvægasta að velja opinn gjafa þannig að sonur hennar gæti haft uppi á föður sínum þegar hann verður 18 ára. „Ef hann skyldi vilja það.“

Rétti gjafinn fannst á mettima og hófst þá ferlið. „Ég bókaði tíma hjá Livio hérna heima en það var fimm mánaða bið í að fá að hefja meðferðina svo mér datt í hug að ég gæti

nýtt ferðina mína til Kenýa til að fara í uppsetningu þar,“ segir Alma. Það sé ekki sjálfgefið að uppsetning heppnist í fyrstu tilraun og vildi hún því auka líkurnar.

Sæðið festist í tollinum

Það tók sinn tíma að senda sæðið frá sæðisbankanum í Danmörku og festist það í heilar þrjár vikur í tollinum. „Þetta var alls engin skyndi-ákvörðun svo það var nægur tími áður en ég átti flug út,“ segir Alma, sem fór þó beint frá flugvellið í Kenýa á læknastofuna. Þar fékk hún frjósemislyf og uppsetningin var skipulögð.

Ákveðin tilhlökkun hafi fylgt því að fara í uppsetninguna en Alma gætti þess að gera sér ekki of miklar væntingar. „Ég var alls ekki að búast við því að þetta myndi takast í fyrstu tilraun og gerði eiginlega ráð fyrir að þetta myndi taka nokkur skipti.“ Flugið heim til Íslands hafi því verið spennuþrungnið, en um leið og Alma lenti í Keflavík tók hún óléttuþróf.

Þegar tvær bláar línur blöstu við henni gat hún varla á sér setið. „Ég eiginlega trúði því ekki þegar ég sá þetta að það hefði tekið og þorði varla að láta fjölskylduna vita.“ Allt gekk þó eins og í sögu og níu mánuðum seinna fæddist heilbrigður drengur.

Barnapressan horfin

Eftir að drengurinn fæddist kvísaðist það út að Alma hefði eignast hann með aðstoð tæknifrjóvgunar. Að hennar sögn tóku því flestir fagnandi. „Það eru allir að segja mér hvað ég sé hugrökk að gera þetta ein, en mér finnst ég ekki vera neitt

hugrökk því þetta var bara það eina rétta í stöðunni fyrir mig,“ útskýrir Alma.

„Ég fann að ef ég hefði farið út í samband eða reynt að finna einhvern maka þá hefði þessi pressa um að eignast barn komið strax.“ Þegar annar aðilinn sé tekinn úr jöfnunni auðveldist málin til muna. „Núna er þessi pressa ekki til staðar og komi einhvern tímann einhver maki inn í myndina þá veit sá aðili að mér fylgir barn, sem mun alltaf verða í fyrsta sæti.“

Á fullu í læknisfræðinni

Drengurinn verður tíu mánaða um helgina og braggast vel. Alma sinnir fullu læknisfræðinámi meðfram uppeldinu en var í hálfu námi fyrir áramót. „Ég mun líklega útskrifast hálfu ári seinna ef allt gengur upp.“ Alma telur að það hefði verið erfiðara að sinna náminu ef ekki væri fyrir faraldurinn. „Ég er núna í fjarnámi í skólanum og hef þess vegna getað sinnt náminu á mínum eigin tíma á meðan hann sefur.“

Aðspurð hvort námið hafi aldrei dregið úr staðfestunni um að eignast barn segir Alma það þvert á móti hafa styrkt hana í ákvörðunartökunni. „Ég sá fyrir mér að það yrði auðveldara að vera ein með barn í námi, þar sem tíminn er sveigjanlegri og ég hef aðgang að stúdentabíúð og ungarnaleikskóla.“

Þá sé hún heppin að drengurinn taki langa lúru yfir daginn þannig að hún geti lært. „Einkunnirnar hafa auðvitað fengið eitthvað að kenna á því en mitt markmið er frekar að skilja efnið en að ná hæstu einkunum.“



FÓLK HEFUR EFLAUST SÍNA SKOÐUN EN ÞAÐ HEFUR HINGAÐ TIL HALDIÐ HENNI ÚT AF FYRIR SIG, SEM ÉG ER MJÖG ÞAKKLÁT FYRIR.

Einstæð að eigin vali

Alma viðurkennir að frá því sonur hennar fæddist hafi krefjandi nætur þó nokkrum sinnum skotið upp kollinum. „Þá hef ég alveg hugsað að það væri gott að hafa einhvern annan með, en svo þegar líður á morguninn þá er það búið og gleymt.“ Hún myndi ekki vilja hafa þetta öðruvísi en að vera ein. „Hver veit hvort það muni breytast seinna en þannig líður mér núna.“

Það er allt öðruvísi að mati Ölmur að vera einstætt foreldri þegar það er fyrir fram ákveðið. Þess vegna taki hún áskorunum fagnandi. „Ég ákvað þetta alveg frá byrjun og var búin að sjá líf mitt fyrir mér, ein með syni mínum, áður en hann fæddist.“ Ef foreldri verði á ófyrirsjáanlegan hátt eitt geti það verið stærri biti að kyngja. „Þá lendir maður á svo miklum vegg af því að maður sá aldrei fyrir sér að vera ein með barnið.“

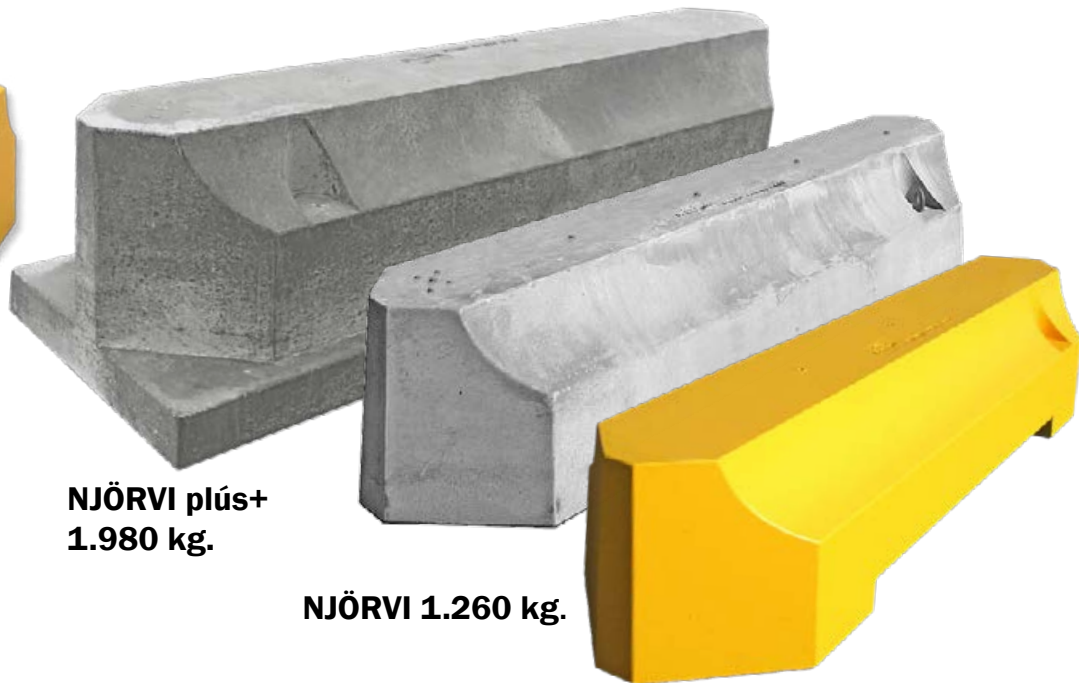
Þar spili einnig inn í að samfélagið geri yfirleitt ráð fyrir tveimur foreldrum af andstæðu kyni.

„Auðvitað eru til fleiri tegundir af fjölskyldum en bara mamma, pabbi og barn,“ ítrekar Alma. Sú staðreynd sé hægt og rólega að ryðja sér til rúms í huga almennings.

„Mín leið hefði örugglega ekki verið félagslega samþykkt fyrir einhverjum árum en það er klárlega að breytast.“ Ekkert ætti því að hindra fólk í að elta drauminn og stofna fjölskyldu, sama hvernig hún verður til. „Þegar maður veit að maður vill eitthvað þarf maður ekki að biða,“ segir Alma að lokum með ákveðnum tón.

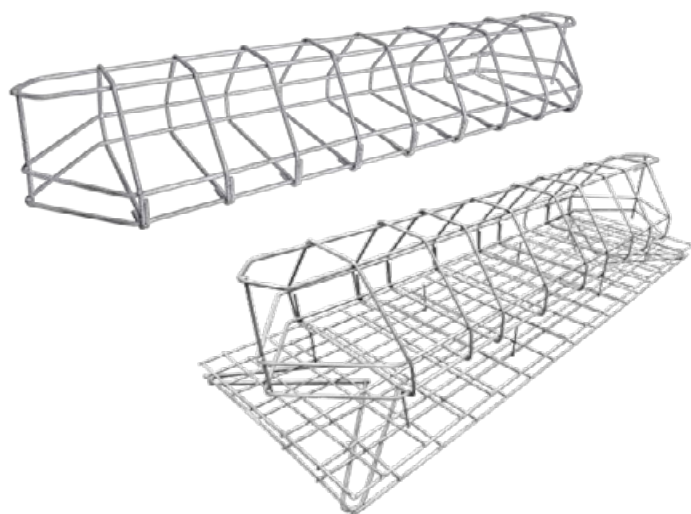
ALVÖRU ÁREKSTRARVARNIR

Fyrirtæki og stofnanir, tryggðu öryggi starfsmanna og viðskiptavina gegn ákeyrslu bíla inn í húsnæði



NJÖRVI plus+
1.980 kg.

NJÖRVI 1.260 kg.



Öflugar járnagrindur og hágæða steypa í NJÖRVA tryggir endingu og góða viðsyrnu.

NJÖRVI eru öflugir stólpar til að verja mannvirki og gangandi fólk.

Henta vel til að afmarka akstursleiðir og bílaplön.

Einnig hentugir til skyndilokana á vegum og aksturstakmarkana.



NJÖRVI plus+ árekstrarvörn ver flugstöðina á Keflavíkflugvelli.



NJÖRVI til varnar Orkunnir á Fitjum.



NJÖRVI við Lögreglustöðina í Grafarholti.

Við framleiðum lausnir

ÍSLANDSHÚS.IS



Sími 577 6700 / islandshus@islandshus.is / www.islandshus.is



„Eina markmiðið hjá sjúkdómnum er að rústa lífi þínu, einn dag í einu. En það er alltaf þessi von og hún má ekki slökkna,“ segir Svavar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ekki mér að þakka að ég er á lífi

Svavar Georgsson bjó í slitnu og úr sér gengnu tjaldi í Breiðholti í vel á annað ár. Hann var í harðri neyslu fíkniefna en hefur nú haldið sér á beinu brautinni í 15 mánuði, dvalið á Draumasetrinu og stefnir á að mennta sig.

Einar Þór Sigurðsson
einarthor@frettabladid.is



Að komast lífs af úr þessum hremmingum var ekki mér að þakka,“ segir hinn 33 ára Svavar Georgsson. Óhætt er að segja að líf Svavars hafi tekið miklum og jákvæðum breytingum á síðustu mánuðum; nú hefur hann þak yfir höfuðið, er ekki lengur þræll fíknarinnar og stefnir á nám – fimmtán mánuðum eftir að hafa búið í rifnu og úr sér gengnu tjaldi í Breiðholti svo mánuðum skiptir.

Vefmiðlar, Hringbraut meðal annars, fjölluðu á dögnum um slæma umgengni í rjóðri einu neðarlega í Breiðholti, skammt frá Mjóddinni, eftir að íbúi lét til sín taka og birti myndir í Facebook-hópi íbúa. Þar mátti einmitt sjá úr sér gengið og rifnið tjald og annað lauslegt. Athugasemd ungs manns undir þræðinum vakti athygli, en þar lýsti maðurinn iðrun sinni; sagði að þarna hefði hann búið um langa hríð og ætlun hans hafi ekki verið að skilja eftir sig sóðaskap. Umræddur maður er Svavar Georgsson, sem stigur nú fram í viðtali við Fréttablaðið og segir sögu sína.

Fyrirmyndirnar voru á barnum

„Mín neyslusaga er bæði löng og leiðinleg,“ segir Svavar og andvarpar þegar hann er spurður hvort hann hafi byrjað ungu í neyslu

sem svo hafi undið upp á sig. „Til að verða alkóhólisti þá þarftu að hefja neyslu og vera í neyslu í ákveðið langan tíma til að breytingar eigi sér stað í heilanum. Ég byrjaði mjög ungur að nota efni. Byrjaði að nota áfengi og var svo kominn út í neyslu efna,“ segir Svavar, sem segist telja að hann hafi verið átta ára þegar hann bragðaði fyrst áfengi.

Hann ólst upp í Vestmannaeyjum og bjó þar framan af ævi sinni en var einnig sendur í sveitir, meðal annars vegna hegðunarvanda. „Sem krakki í Vestmannaeyjum fannst mér mjög spennandi að hanga fyrir utan barina og sjá menn vera að slást. Þetta voru svona fyrirmyndirnar í mínu lífi. Ég ætlaði að verða stór og sterkur og geta lamið frá mér, eins og gengur og gerist. Maður heyrir stundum í auglýsingunum að orku-drykkurinn Red Bull veiti vængi og efnin gerðu það svo sannarlega í mínu lífi. Maður þorði að tala við stelpurnar og maður breyttist úr litlum feimnum dreng yfir í óargadýr sem þorði að taka af skarið.“

Svavar segir að hann hafi komið frá ágætri fjölskyldu og hann hafi verið alinn þannig upp að hafa góð gildi í hávegum. „Foreldrar mínir eru góðir og ég var rosalega mikið hjá ömmu minni, sem er besta konan í mínu lífi. Ég hef ekki hitt heiðarlegri konu. En það skiptir í raun og veru engu máli hvaðan þú kemur, flottu heimili eða einhverri braggablokk. Til marks um það eru biskup Íslands í embætti og forseti



EN ÞAÐ SKIPTIR Í RAUN OG VERU ENGU MÁLI HVAÐAN

ÞÚ KEMUR, FLOTTU

HEIMILI EÐA EINHVERRI

BRAGGABLOKK.

Íslands einu starfsstéttirnar sem hafa ekki farið inn í meðferð hjá SÁÁ. Fulltrúar allra annarra starfsstétta hafa farið í meðferð hjá SÁÁ vegna áfengis- eða fíkniefnavanda.“

Svaf með símann í nærbuxunum Myndirnar af greninu í Breiðholti, staðnum sem Svavar kallaði heimili sitt í vel á annað ár, vöktu mikla athygli. Hann flutti burt, ef svo má segja, þann 15. nóvember 2019 en þann dag komst hann inn í langþráða meðferð á Vogu. Þá hafði hann dvalið í Breiðholti, undir berum himni svo að segja, í um eitt og hálf ár.

„Áður en ég kom þangað var ég í gistiskýlinu í Reykjavík. Þar var staðan bara ekki góð. Fyrir það

fyrsta þá gat ég ekki haft neinn í kringum mig, ég treysti engum og hvað þá sjálfum mér. Það voru allir að ræna alla þarna,“ segir Svavar, sem rifjar upp eitt grátbroslegt dæmi um það sem viðgekkst í Gistiskýlinu.

„Í eitt skiptið svaf ég með símann minn inni á pungnum svo honum yrði ekki stolið. Hann var samt horfinn þegar ég vaknaði daginn eftir, ég veit ekki hvernig það gerðist,“ segir Svavar og hlær en bætir svo við í öllum alvarlegri tón: „En í dag, þegar ég horfi til baka á veru mína í Gistiskýlinu, þá er þetta bara geymsla fyrir fólk. Ég hefði alveg eins getað verið inni í fangelsi, ég fékk samt að ganga frjáls um götturnar og allt það, en það var ekkert gert fyrir okkur. Við fengum húsa-skjól og einn bakka af mat á dag ásamt því að vera rændir af þeim sem voru þarna.“

Bæturnar fljótar að klárast

Svavar taldi hagsmunum sínum betur borgið annars staðar og á endanum ákvað hann að koma sér fyrir í umræddu rjóðri í Breiðholti. Kosturinn var sá að hann þurfti ekki að borga neina leigu og gat um frjálst höfuð strokið og verið í sinni neyslu nokkurn veginn óáreittur. Hann fékk um 160 þúsund krónur í fjárhagsaðstoð á mánuði og voru þeir peningar fljótir að fara í dóp, eða tvo til þrjá daga.

Veran í tjaldinu var enginn dans á rósum enda getur verið býsna kalt

á Íslandi, sérstaklega yfir vetrartímamann. „Ég man til dæmis eftir því að einu sinni þá dett ég um band á tjaldinu. Ég var í myrkrinu eitthvað að athafna mig við tjaldið og ríf tjaldið þannig að ég gat ekki lokað því. Ég var ekki með nein viðgerðarsett til að laga það þannig að tjaldið var bara opið í öllum veðrum.“

Svavar naut þó góðs af því að hafa kynnst starfi Frú Ragnheiðar sem starfrækt er af Rauða krossinum. Verkefnið hefur meðal annars þann tilgang að ná til jadasettra hópa í samfélaginu, til dæmis húsnæðislausra einstaklinga og þeirra sem nota vímuefni um æð, og bjóða þeim skadaminnkandi þjónustu, heilbrigðisþjónustu og nálaskiptiþjónustu til dæmis. Starfsmenn þar sáu Svavari fyrir hlýjum fatnaði svo hann yrði hreinlega ekki úti.

Hefði gert allt til að útvega efni

Til að fjármagna eigin neyslu framdi Svavar afbrot auk þess að selja eiturlyf, til að drygja eigin skammta og hafa betur efni á þeim. Bæturnar sem hann fékk dugðu skammt, örfáa daga, og eftir það tók harkid við fram að næstu mánaðamótum. Svavar var í virkilega harðri neyslu en fyrst og fremst var um að ræða rítalín, kókaín og amfetamín og efni til að halda honum gangandi eins og hann orðar það. „Í 99% tilfella var ég að nota efni til að laga fráhvörf eða komast hjá þeim. Ég var eiginlega aldrei að nota mér til skemmtunar. Efnin eru löngu hætt að virka og ➔



SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT
ÍSLANDS

20 2020 21

SINFÓNÍAN STÍGUR Á SVIÐ

FÁÐU ÞÉR SÆTI

Sinfóníuhljómsveit Íslands býður upp á fjölbreytta og spennandi tónleika öll fimmtudagskvöld í Eldborg. Tónleikarnir eru um klukkustundarlangir án hlés. Við leggjum áherslu á ábyrgt viðburðahald og fylgjum ávallt gildandi sóttvarnareglum. Sætaframboð er takmarkað og því gott að tryggja sér miða sem fyrst á sinfonia.is - sjáumst í Hörpu!

04|03
KL.20:00

Úr nýja heiminum

Julia Perry
A Short Piece for Orchestra

Antonín Dvořák
Sinfónía nr. 9, „Úr nýja heiminum“

Hljómsveitarstjóri **Eva Ollikainen**

11|03
KL.20:00

Emilía og Brahms

Camille Saint-Saëns
Rómansa fyrir flautu og hljómsveit

Cécile Chaminade
Concertino fyrir flautu og hljómsveit

Johannes Brahms
Sinfónía nr. 4

Hljómsveitarstjóri **Eivind Aadland**
Einleikari **Emilía Rós Sigfúsdóttir**



Sími
528 5050

Miðasala
sinfonia.is

→ Ég þurfti alltaf meira og meira til að búa kerfið upp.“

Svavar var mjög langt leiddur fikill og segist í raun hafa gert hvað sem er til að verða sér úti um næsta skammt. „Ef ég hefði grætt eitruðlyf á því að stela sleikjó af litlu barni þá hefði ég bara gert það. Alveg sama hvað ég hefði þurft að gera. Ef ég hefði þurft að kála einhverjum,“ segir hann og bætir við að í svona djúpri neyslu sé erfitt að ráða við hlutina.

Frú Ragnheiður var guðsgjöf

Svavar segist eiga Frú Ragnheiði mikið að þakka en hann kynntist starfinu þegar hann dvaldi í Gistiskýlinu. „Þar fann ég svo sterkt fyrir því að ég varð ekki fyrir neinum forðómum, ég var ekki dæmdur. Áður en ég kynntist Frú Ragnheiði, sem var guðsgjöf, var ég itrekað búinn að tala við forstöðumenn á Gistiskýlinu um að hjálpa mér að komast inn í meðferð en án árangurs. Út frá því get ég eiginlega sagt að Gistiskýlið hafi bara verið hálfgerð geymsla fyrir fikla.“

Hann segir að starfsmenn Frú Ragnheiðar hafi sótt um í meðferð fyrir hann og tekið þau símtöl við fagaðila sem þurfti að taka uns hann komst inn á Vog. Svavar var orðinn mjög illa farinn vegna stífrar neyslu.

„Það var mjög illa komið fyrir mér. Ég var orðinn algjörlega tannlaus. Þegar þú ert í þessari neyslu þá étur það upp tennurnar, þær brotna og losna bara í heilu lagi. Það var ekki mikið um salernisaðstöðu eða tannburstun á þessum tíma,“ segir hann og bætir við að hann hafi verið langt undir kjörþyngd enda gat hann illa nærst almennilega sökum tannleysis. „Í raun og veru átti bara eitthvað eitt eftir að klikka í líkamanum sem var óafturkræft. Það var í raun það eina sem átti eftir að gerast. Líf mitt var orðið eins og 300 tonna lest með engar bremsur á leiðinni beint niður brekku.“

Hann rifjar upp að viku áður en hann komst í meðferð hafi gert leiðinlegt veður á höfuðborgarsvæðinu. Starfsfólk Frú Ragnheiðar hlúði að honum og kom reglulega til að athuga hvort hann væri ekki örugglega enn á lífi. „Þetta var fólk sem var gjörsamlega komið út fyrir sitt verksvið en var með hjartað á réttum stað. Þessir englar í myrkrunu.“

Nokkur smáhýsi ekki lausn

Svavari er tíðrætt um viðhorfið sem stundum er til þeirra sem eru í neyslu harðra fíkniefna hér á landi. Viðmótið hjá Frú Ragnheiði hafi verið mannlegt en stundum brenni við að litid sé niður á fikla.

„Því miður þá hafa ekki allir þak yfir höfuðið og sæng. Það er allt of mikið um það. Mér finnst stjórnvöld mega gera mun betur í þessum málum, til dæmis hvað varðar Gistiskýlið, og aðstoða þessa einstaklinga betur. Ég veit til dæmis að í Grafarvogi eru komin smáhýsi sem er alveg frábært, en nokkur smáhýsi eru ekki að fara að dekkja allan þann vanda sem er til staðar í Þjóðfélaginu,“ segir hann og bætir við að þeir sem eru í vanda vegna vímuefnanotkunar burðist oftar en ekki með einhverjar gamlar byrðar á öxlunum. „Oft og tíðum má rekja vandann til einhvers úr fortíðinni sem fólk getur ekki horfst í augu við og leitar frekar í deyfinguna.“

Laminn upp úr svefni

Svavar segir að sjálfur hafi hann orðið fyrir fólkskulegu ofbeldi á einu af þeim heimilum sem hann var sendur á sem unglingur.

„Ég var sendur í sveit og í raun og veru skilinn eftir með eitt stórt spurningarmarki í hausnum: „Af hverju er verið að senda mig hingað, til fólks sem ég þekki ekki neitt?“ Á þessum tíma sem ég var þarna í sveitinni varð ég fyrir hrottalegu ofbeldi, líkamlegu og andlegu, og það voru strákar þarna sem urðu fyrir kynferðislegu ofbeldi líka. Maður var laminn upp úr svefni og beittur ásökunum um eitthvað sem maður gerði ekki eða gerði,“ segir



Svavar hefur undanfarna 15 mánuði verið í mikilli og strangri sjálfsvinnu sem hann viðurkennir að hafi verið allt annað en auðveld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



Hér má sjá mynd sem íbúi í Breiðholti birti á Facebook-síðu íbúa á dögnum. Svavar steig fram í athugasemdum, lýsti sögu sinni, viðurkenndi að hafa átt dótið en sagði að ætlun hans hafi ekki verið að skilja eftir sig sóðaskap.

hann. Hann tekur fram að hann sé í samskiptum við drengi á þessu sama heimili um ofbeldið sem viðgekkst. „Ég er búinn að sættast við þetta fólk en ég var rosalega reiður í mörg ár.“

Stöðug sjálfsvinna

Undanfarna 15 mánuði hefur Svavar verið í mikilli sjálfsvinnu og hann viðurkennir að þetta hafi ekki verið auðveld vinna. Af orðum hans að dæma hefur vinnan skilað sér svo um munar og heyrst ákveðnin vel í rödd hans.

„Fyrstu vikurnar voru erfðar og fyrsta árið. Þetta verður samt alltaf auðveldara og auðveldara. Ég keyrði bara á tólf spora samtökin, fór að taka þátt, fylgja þeim sem voru komnir lengra en ég í starfinu, starf- aði mikið í samtökunum; hellti upp á kaffi, vaskaði upp eftir fundina, raðaði stólum fyrir og eftir fundi, fékk mér trúnaðarmann sem er á virkilega góðum stað í lífinu. Ég bað hann um aðstoð og fór að gera eins og hann og það hefur kollvarpað lífi mínu til hins betra. Þessi vonleysisfíkill sem var í þessum hræðilegu aðstæðum – núna er hann að fara að mennta sig,“ segir Svavar stoltur enda má hann vera það.

Ætlað að fara í nám

Svavar hefur að undanfögnu dvalið

í Draumasetrinu, áfangahéimili sem einblíni á einstaklinga sem hafa orðið fyrir einhvers konar niðurbroti og eru að endurheimta sig eftir neyslu. Svavar kann mjög vel við sig þar. „Fólk sem kemur hingað er ekki að mæta fordómum, það fá allir sitt tækifæri, sama hver fortíð þeirra er. Hér er góður hópur og virkilega notalegt og heimilislegt til að byrja þessa edrugöngu.“

Svavar er nú kominn í endurhæfingarúrræði sem heitir Grettistak og er auk þess byrjaður á námskeiðum hjá Hringisjá. Hann á fjögur yndisleg börn, sem eru á aldrinum þriggja til tíu ára, með þremur konum og fær hann að hitta þau eins mikið og hann vill. „Þau voru að biða eftir pabba sínum allan þennan tíma,“ segir hann með mjúkri rödd og bætir við að sambandið við barnsmæðurnar sé þar að auki yfirleitt gott. Hann hefur verið að hjálpa föður sínum til sjós að undanfögnu en viðurkennir að mesta vinnan þessa dagana fari í hann sjálfan. Hann er þó farinn að líta til framtíðar og er til dæmis að skoða nokkra hluti varðandi nám. „Ég hef gaman af vélvirkjun og öllu í sambandi við vélar í bátum og bílum. Ég hef líka fengist við málsmíði og bý yfir ágætri þekkingu á henni. Það er eitthvað sem ég get nýtt mér í náinni framtíð.“

Aðspurður hvar hann sjái sig eftir tíu ár segist Svavar einblíni á nokkra hluti til að byrja með. „Þá ætla ég að vera kominn í eigin húsnæði og búinn að stofna fjölskyldu. Ég horfi ekki á neitt annað en það. Ég vil vera öðrum innan handar sem þurfa á að halda og vera sómasamlegur samfélagsþegn.“

Stutt á milli kaffibolla og bjórs

Svavar þekkir það þó að hafa verið edru áður og fallið. Hann dvaldi á Draumasetrinu frá 2013 til 2014 eftir meðferð á Vog og Vík. Eins og hann lýsir sjálfur var sú edrúmenska byggð á hálfgerðum brauðfötum og er hann nú reynslunni ríkari.

„Á þessum tíma var ég mikið að vinna, oft tíu tíma vinnudag, og þegar maður er í slíkri vinnu þá er ekki mikill tími fyrir sjálfsvinnu. Ég mætti þó á 12 spora fundi en var ekki eins einlægur í þeirri vinnu og núna. Fundirnir byggjast á því að treysta Guði og hjálpa öðrum óeigingjarnt. Ég var ekki að því í þeirri edrúmensku og þar af leiðandi var sú edrúmenska byggð á brauðfötum. Þetta er eins og með krabbameins-sjúkling sem hættir að taka lyfin sín. Hvað gerist? Það sama á við um fikilinn og prógrammið, sem er í raun lyfið hans. Það er vissulega góð reynsla að búa að í dag en að sama



**ÞESSI VONLEYSISFÍKILL
SEM VAR Í ÞESSUM HRÆÐI-
LEGU AÐSTÆÐUM – NÚ
ER HANN AÐ FARA AÐ
MENNTA SIG.**

skapi ómurlegt að hafa þurft að fara út af brautinni,“ segir hann og líkir edrúmennskunni við fullt starf í raun.

„Ef þú ert ekki að gera það sem þú átt að vera að gera þá veikist hausinn. Allar eðlilegar þælingar um lífið bringlast og þú ferð jafnvel að gera hluti sem þú átt ekki að gera; keyra próflaus, eiga samskipti við aðra sem eru ekki á góðum stað í lífinu eða heimsækja barinn sem þú varst vanur að heimsækja. Í slíkum aðstæðum er í raun mjög stutt á milli þess að vera með kaffibolla eða freistast til að fá sér bjór. Þetta er sjúkdómur sjálfblekkingarinnar.“

Sjúkdómurinn er miskunnarlaus

Svavar vill að það komi skýrt fram að yfirvöld fari í ákveðna naflaskoðun og geri betur í þessum málaflokki. Margt gott starf sé þó unnið en betur megi ef duga skal.

„Mér finnst ekki nóg að planta niður kofum úti um allan bæ og segja bara: „Farið þangað.“ Það þarf að verða einhver róttæk sálræn breyting í lífi þessara einstaklinga. Margir af þessum einstaklingum hafa upplifað áföll í lífinu; nauðganir, ofbeldi, séð slæma hluti og leitað í flöskuna frekar en að takast á við vandann,“ segir Svavar og bendir á að 90% þeirra sem sitja í fangelsum landsins séu þar inni vegna einhvers sem tengist fíkniefnum.

„Staðan í Þjóðfélaginu gæti verið svo margfalt betri. Auðvitað vill enginn vera á þessum stað, sjúkdómurinn er miskunnarlaus og honum er skítsama um það hvort þú eigir börn, fjölskyldu eða hús. Eina markmiðið hjá sjúkdómnum er að rústa lífi þínu, einn dag í einu. En það er alltaf þessi von og hún má ekki slökkna.“

LEÓ

LAUGARDAGUR 27. FEBRÚAR 2021

Helgin



Viltu með mér baka heitir bakstursþáttur sem Svandís Nanna Pétursdóttir heldur úti á Instagram. Bakstursfélagi hennar er Mikael Leó, þriggja ára sonur hennar, sem er mikill fjörkálfur. ➔4

Íslensk hráefni
fyrir þína liðaheilsu



EYLÍF

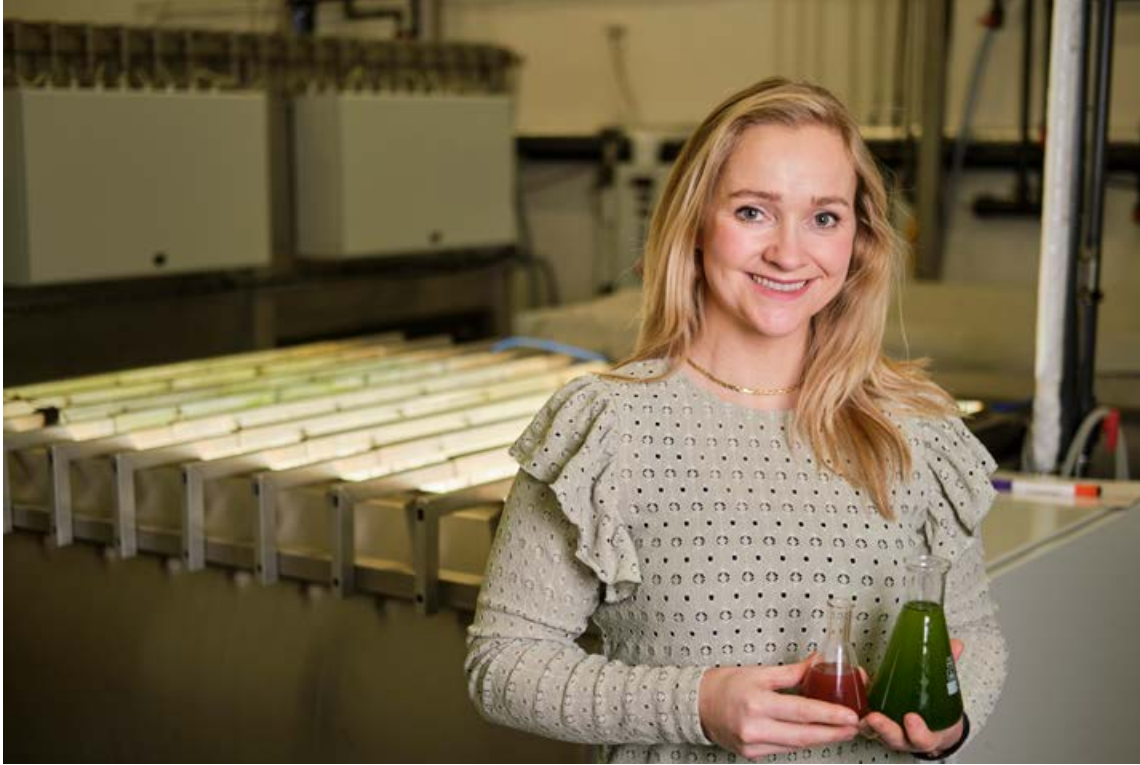
Heilsan er dýrmætust
www.eylif.is



Vilborg Þórsdóttir er sjúkráþjálfari og mikil útvistar- og íþróttakona. Astaxanthin frá KeyNatura hjálpar henni að ná skjótri endurheimt. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Fer létt í gegnum átök með astaxanthini frá KeyNatura

Vilborg Þórsdóttir tekur Íslenskt Astaxanthin frá KeyNatura fyrir góða húð, sterka vöðva og betri endurheimt. Andoxunarefnið kemur frá íslenskum smápörungum sem ræktaðir eru í íslensku vatni og grænni íslenskri orku. ➔2



Lilja Kjalarsdóttir, framkvæmdastjóri KeyNatura, með þörunga sem ræktaðir eru í ljóskerum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Framhald af forsiðu →

Astaxanthin nýtur nú æ meiri vinsælda á Íslandi enda einstök heilsuþót og sífellt fleiri sem átta sig á hvað astaxanthin gerir þeim gott. Margir kaupa það innflutt frá útlöndum en okkur langar að vekja athygli fólks á að hágæða astaxanthin er framleitt úr smáþörungum ræktuðum á Íslandi og er selt undir vörumerki KeyNatura. Íslenskt astaxanthin kostar jafnvel minna fyrir neytendur en astaxanthin sem framleitt er erlendis og að auki bjóðum við upp á þægilega áskriftalausn þar sem mánaðarskammturinn kemur beint inn um lúguna. Við viljum vekja íslenska neytendur til vitundar um að velja íslenskt hugvit og íslenska framleiðslu.

Þetta segir Lilja Kjalarsdóttir, framkvæmdastjóri líftæknifyrirtækisins KeyNatura og doktor í líflæknisvísindum.

KeyNatura var stofnað í Hafnarfirði árið 2014 og fékk í fyrria einkaleyfi á nýrri tækni sem fyrirtækið þróaði við ræktun smáþörunga.

„Mörg fyrirtæki í heiminum sem rækta smáþörunga gera það oftast en ekki í opnum tjörnum utanhúss og ekki með hátt hreinlætisstig. Við hjá KeyNatura notum hátekniaðferð við ræktun þörunga; við ræktum þá í einskonar ljóskerjum eða vatnsgróðurhúsum og notum auðvitað grænu orkuna sem er til staðar á Íslandi til að knýja áfram ljósin. Síðan notum við auðvitað tært íslenskt vatn sem skiptir miklu máli því þörungar eru algjörir svampar og drekka í sig allt úr vatninu, líka mengun og óhreinindi, svo sem þungmálma sem við erum alfaríð laus við, en það eru ekki öll lönd jafn heppin með vatnsgæði og við,“ útskýrir Lilja.

Ofurfæða úr náttúrunni

Astaxanthin er andoxunarefni sem hefur fjölþætt áhrif á heilsu okkar og hefur verið rannsakað mikið undanfarinn áratug.

„Niðurstöður rannsókna sýna að astaxanthin hefur jákvæð áhrif á sjón, vöðvaheilsu, hjarta- og æðakerfið, og getur verið húðina fyrir útfjólubláum geislum sólar. Við litum á astaxanthin sem næsta omega-3 sem allir vita að er mikilvægt fyrir heilsu okkar, en þessi tvö bætiefni vinna einkar vel saman og hafa áhrif á sömu ferla í líkamanum og er því frábært bætiefni til inntöku í daglegri rútinu,“ upplýsir Lilja.



Er fljótari að ná styrk og endurheimt með Íslensku Astaxanthini og AstaLýsi

Vilborg Þórsdóttir sjúkraliði hefur tekið inn Íslenskt Astaxanthin frá KeyNatura með góðum árangri.

„Ég hef tekið astaxanthin í tórnum og á álagstímum undanfarin ár. Ég stunda gönguskiði og viðavangshlaup af kappi og hljóp alls 2.400 kílómetra á síðasta ári. Ég hef því mikla og góða reynslu af því hversu mikilvæg endurheimt vöðvastyrks og liðleiki er. Ég er mun betri þegar ég tek inn Íslenskt Astaxanthin frá KeyNatura og það er fyrsta bætiefnið sem ég gríp í þegar ég byrja að finna fyrir þreytu og til að ná jafnvægi eftir mikið álag,“ segir Vilborg, sem er mikið úti undir berum himni við íþróttaiðkanir sínar.

„Til að verja húðina fyrir mikilli veðrun og skaðlegum geislum sólar tek ég inn antaxanthin og það heldur henni góðri, ferski og mjúkri. Ég tek líka inn AstaLýsi frá KeyNatura og finn mikinn mun á

mér þegar ég tek það og tek það ekki. Þessi tvö bætiefni hafa góð áhrif á bólgu og fyrir endurheimt er það frábært,“ segir Vilborg sem alla jafna tekur inn lítið af bætiefnum en reynir frekar að fá þau út úr heilsusamlegu mataræði.

„Þessi bætiefni á ég þó alltaf til í ísskápnum og ég vil ekki sleppa þeim því ég finn svo greinilegan mun á mér. Astaxanthin hefur góð áhrif á hjarta- og æðakerfið, augun og heilann, og mér finnst ég líka alltaf hafa meiri styrk og þol í æfingum þegar ég tek það inn,“ segir Vilborg.

Hún mælir heilshugar með vörnum frá KeyNatura.

„Ég ætla að hlaupa Laugaveginum í sjötta sinn í sumar, keppi svo reglulega í hlaupum og skiðagöngu og hef hlaupið nokkur marabon. Það er kapp í mér og mikið álag, en ég fer létt í gegnum það með Íslensku Astaxanthini og AstaLýsi frá KeyNatura.“

Til frekari fróðleiks er astaxanthin lífvirkt efni sem smáþörungar framleiða.

„Astaxanthin er sama efni og laxinn verður bleikur af. Villtur lax fær astaxanthin í fæðukeðjunni frá smáþörungum og allir vita að lax er með hollari fæðutegundum sem maðurinn neytir. Með því að taka inn astaxanthin og omega-3 er því eins og líkaminn fái bráðhollan laxaskammt á degi hverjum. Íslenskir þörungar eru sannkölluð ofurfæða, hrein og náttúruleg,“ segir Lilja.

„Við erum akkúrat með eina blöndu af astaxanthini, omega-3 og D-vítamíni sem heitir AstaLýsi. AstaLýsi er fullkomið fyrir þá sem



eru gikkir á hefðbundið lýsi en blandan hefur fengið bragðverðlaun fyrir frískandi og gott bragð. Sjálf á ég erfitt með að taka inn lýsi upp á gamla máttann en ég drekk AstaLýsi með appelsínubragði eins og ekkert sé.“

Bætiefni inn um lúguna

KeyNatura sérhæfir sig í framleiðslu Íslensks Astaxanthins og selur það út um allan heim.

„Við höfum stækkað KeyNatura-línuna okkar og notum þar eiginleika Íslensks Astaxanthins sem grunnvöru til að gera hana enn betri. Þar má nefna AstaEye sem byggir á formúlu sem er studd af klínískum rannsóknum og ver okkur gegn augnbotnahrörnun. AstaEye er fullkomið fyrir þá sem hafa fjölskyldusögu um augnbotnahrörnun eða kljást við augnþurrk,“ útskýrir Lilja.

Önnur nýjung með astaxanthini er AstaSkin.

„AstaSkin er með íslensku astaxanthini og efnum sem eru mjög góð fyrir húðina, einkum við húðþurrki og til að viðhalda unglægri húð. Það nærir húðina yfir vetrartímann og ver okkur fyrir skaðlegum, útfjólubláum geislum

Við viljum vekja neytendur til vitundar um að velja íslenskt hugvit og íslenska framleiðslu.

Lilja Kjalarsdóttir

sólar,“ segir Lilja.

Bætiefnin frá KeyNatura fást í öllum apótekum á landinu og flestum matvöruverslunum, til dæmis í Nettó, Fjarðarkaupum, Hagkaup og Krónunni.

„Nú er líka hægt að koma í bætiefnaáskrift hjá okkur, sem hefur mælst einkar vel fyrir. Þá fær maður mánaðarskammtinn inn um lúguna heima og þarf ekki að muna eftir að kaupa nýjan stauk í næstu verslunarferð heldur kemur skammturinn í umslagi og er einfaldlega fyllt á staukinn heima. Það er þægilegt, handhægt og stórsparnaður fyrir umhverfið og samviskuna,“ segir Lilja.

KeyNatura er á Suðurhelli 8 í Hafnarfirði. Sími 562 8872. Sjá nánar á KeyNatura.is

Ekkert jafnast á við slakandi og nærandi magnesíumbað

Magnesíumvörurnar frá Better You hafa reynst einstaklega vel bæði fyrir börn og fullorðna til að ná slökun og betri hvíld. Einnig hefur það færst í aukana að íþróttafólk og aðrir sem stunda mikla hreyfingu noti magnesíum til að flýta fyrir endurheimt vöðva. Magnesíum olíur eru í úðaformi.

Magnesíum er mikilvægt steinefni fyrir líkamann og kemur við sögu í yfir 300 mismunandi efnaskiptaferlum og er nauðsynlegt fyrir meðal annars eðlilega starfsemi hjarta, vöðva og taugakerfis ásamt því að stuðla að betri andlegri og líkamlegri heilsu.

Steinefnið magnesíum hefur hlutverki að gegna í fjölda lífna- og lífeðlisfræðilegum ferlum í líkamanum og stuðlar m.a. að:

- Eðlilegum orkugæfum efnaskiptum
- Eðlilegri starfsemi taugakerfis
- Eðlilegri vöðvastarfsemi
- Eðlilegri prótínmyndun
- Viðhaldi eðlilegra beina og tanna
- Eðlilegri sálfræðilegri starfsemi
- Dregur úr þreytu og lúða

Krampar og fótáóeirð geta bent til magnesíumskorts

Við fáum magnesíum úr ýmsum matvælum og almennt er hægt að fá nægjanlegt magn úr fjölbreyttri eða rétt samsettri fæðu. Ef um magnesíumskort er að ræða má helst rekja hann til lélegs og rangs mataræðis, mikillar streitu, ýmissa lyfja og mikillar koffínneyslu. Einnig skolest steinefni út úr líkamanum þegar við svitnum, þannig að ef við æfum mikið þá töpum við steinefnum sem við þurfum að passa upp á að bæta upp aftur.

Einkenni magnesíumskorts geta verið:

- Svefnerfiðleikar
- Sinadráttur
- Vöðvakrampi
- Aukin næmni fyrir streitu
- Þreyta
- Orkuleysi
- Fjörfiskur

Better You býður upp á mikið úrval af magnesíumvörum

Better You er vandað vörumerki sem sérhæfir sig í bætiefnum í



Magnesíumbað er slakandi og endurnærandi fyrir líkama og sál. MYND/ADSEND

fætur eftir langan dag og hjálpa litlum kroppum að sofa betur.

Magnesíumolíur í úðaformi henta vel á auma vöðva

Magnesíumolíurnar frá Better you eru einstakar formúlur í úðaformi sem henta vel á þreytta og auma vöðva eða liði. Magnesíum Muscle blandan er sérstaklega hönnuð með íþrótt- og afreksfólk í huga en þessi blanda inniheldur auk magnesíumklóríð kamföru, svartan pipar og sítrusolíur til að hjálpa vöðvunum við endurheimt eftir átök. Tilvalið fyrir íþróttafólk og þá sem stunda langar og krefjandi æfingar. Nýjasta varan frá Better You er svo Magnesíum Joint údinn sem er blanda af hreinu magnesíumklóríði sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi og glúkósamíni fyrir liðina ásamt ilm kjarnaolíunum mentol og wintergreen.

Slakandi og endurnærandi fyrir líkama og sál

Better You magnesíumflögurnar innihalda magnesíumklóríð sem er ein hreinasta og náttúrulegasta uppspretta salts sem völ er á og frásogast auðveldlega í gegnum húðina og nýtist líkamanum vel. Magnesíumflögurnar eru einstaklega einfaldar í notkun og auðvelt að bæta þeim út í baðið, fótabaðið eða út í heita pottinn. Magnesíumbað er einstaklega slakandi og róandi fyrir sál og líkama og getur dregið úr þreytu og lúða og undirbúið okkur betur undir svefninn. Hægt er að fá magnesíumflögur með ilm kjarnaolíum sem styðja enn betur við slökun og endurheimt.

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



Magnesíum-húðmjólk sem gott er að bera á líkamann.



Mjög einfalt er að setja magnesíum út í baðvatnið.

munnúðaformi en býður einnig upp á magnesíumvörur í miklu úrvali sem ætlaðar eru til að nota útvortis. Vörurnar innihalda magnesíumklóríð sem frásogast auðveldlega í gegnum húðina og nýtist líkamanum vel. Better You notar Zechstein® Magnesíum í sínar vörur en það er eitt hreinasta og náttúrulegasta form af magnesíum í

heiminum. Magnesíumvörurnar er hægt að fá í úðaformi, sem gel, sem húðmjólk eða sem flögur til að setja í baðið, allt eftir því hvað hentar.

Magnesíum-húðmjólk er góð fyrir slökun og betri svefn

Magnesíum-húðmjólkinn inniheldur auk magnesíum ilm kjarnaolíur sem eru slakandi og henta því vel

fyrir svefninn, til að slaka betur á þreyttum vöðvum og til að draga úr fótáóeirð. Einnig er hægt að fá magnesíum-húðmjólk fyrir börn sem inniheldur ilm kjarnaolíuna lavender og kamillu sem er þekkt fyrir að hafa róandi og slakandi áhrif. Það er því tilvalið að bæta magnesíum-húðmjólkinni við svefnrutinuna og nudda þreytta

Útsöluastaðir: Öll apótek, heilsverslanir og heilshullur stórmarkaða



Inulin fyrir meltinguna

Góð melting - lykill að góðri heilsu

Inulin eru vatnsleysanlegar trefjar sem bæta meltinguna, efla fjölgun vinveittra gerla í þörmunum og hjálpa til við að koma reglu á hægðirnar.

Prófaðu að setja teskeið af Inulín trefjum í vatnsglas eða út í kaffibollann. Einnig má strá Inulíni yfir morgungrautinn eða bæta út í morgunþeytinginn.



Fæst í Krónunni og apótekum.

Bragðlaust og einfalt í notkun

Markmiðið að skemmta sér saman

Viltu með mér baka heitir bakstursþáttur sem Svandís Nanna Pétursdóttir heldur úti á Instagram. Bakstursfélagi hennar er Mikael Leó, þriggja ára sonur hennar, sem er mikill fjörkálfur.

Bakstursáhugi Svandísar Nönnu Pétursdóttur kom að eigin sögn eins og þruma úr heiðskíru lofti. Hún hefur í skamman tíma haldið úti bakstursþáttum á Instagram undir heitinu Viltu með mér baka, en þar bakar hún kökur og annað góðgæti með þriggja og hálfis árs syni sínum, Mikael Leó.

„Ég hef alltaf haft áhuga á að borða annarra manna kökur en gat ekki fyrir mitt litla líf bakað annað en Betty Crocker-kökur. Þegar ég eignaðist eldri strákinn minn, Mikael Leó, þurfti ég að taka út allar mjólkurvörur á meðan hann var á brjósti. Ég var sjúk í kökur á þessum tíma en mátti varla borða neinar kökur því þær innihéldu flestar mjólkurvörur.“

Fyrsta kakan tókst vel

Hún hóf því að horfa á köku-myndbönd og hugsaði með sér að þetta væri nú ekki svo flókið. „Svo ég pantaði fullt af bakstursvörum á Amazon áður en ég hafði prófað að baka eina einustu köku. Næsta skref var að horfa á fullt af myndböndum og í fyrsta skipti sem ég skreytti köku kom það virkilega vel út, þó ég segi sjálf frá.“

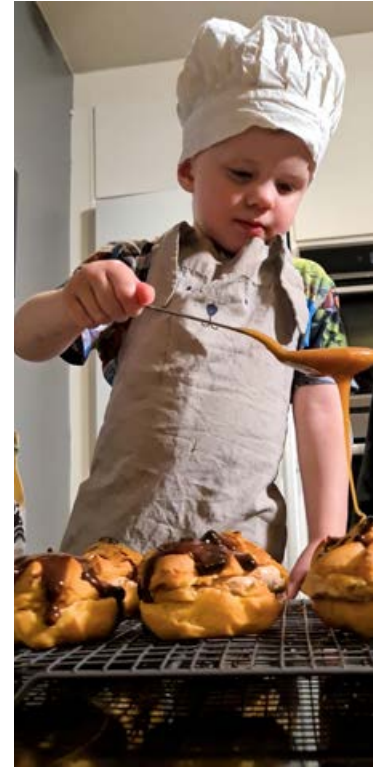
Síðan varð ég ólétt að yngri stráknum mínum, Maroni Hersi, í fæðingarorlofinu og þá var lítið annað að gera en að baka. Í dag er ég í félagsráðgjöf í Háskóla Íslands og líkar virkilega vel við námið. Svo baka ég inni á milli skóla og lærdóms.“

Flest allt fyndið

Hún var búin að velta fyrir sér hugmyndinni að matreiðsluþáttunum í smá tíma en fjölskyldunni hefur alltaf fundist gaman að fíflast saman og gera skemmtileg myndbönd. „Mikael Leó er fullkominn bakstursfélagi. Hann er stórskemmtilegur karakter og er



Mæðginin Svandís Nanna Pétursdóttir og Mikael Leó senda frá sér vikulega bakstursþáttinn Viltu með mér baka á Instagram. Þau hafa gaman af því að baka saman og njóta sín vel í eldhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Mikael Leó skreytir bollur fyrir bolludaginn og vandast sig mikið.

kominn á þann aldur að flest allt sem hann segir er fyndið þar sem hann er að uppgötva heiminn og þælir mikið í öllu. Svo finnst honum svo gaman að baka með mér að við ákváðum einn daginn að taka það upp, sem kom mjög skemmtilega út.“

Það kom henni á óvart hvað myndböndin hafa náð miklum vinsældum. „Ég hélt að aðeins nánir ættingjar og vinir myndu hafa gaman af þeim en það er fullt af fólki sem horfir sem þekkir okkur ekki. Það kom mér skemmtilega á óvart og hvetur okkur til þess að halda áfram að baka saman.“

Duglegur að smakka

Þættirnir eru um 3–5 mínútna langir og fylgja engu föstu formi. „Kærastinn minn klippir þættina til þar sem baksturinn gengur yfirleitt ekki áfallalaust fyrir sig. Mikael er duglegur að smakka á hverju einasta hráefni sem fer í skálina, hvar sem er á ferlinu. Nýlega smakkaði hann t.d. heila skeið af þurrum kanil sem endaði ekkert allt of vel. Yngri sonurinn, sem er að verða tveggja ára, er líka duglegur að kíkja á okkur og er mjög forvitinn um það sem er í gangi. Það endar þó yfirleitt með því að hann rústar öllum eldhússkápum á meðan og ruslar til.“



Glæsilegt bakkelsi hjá bakara-meisturinum. Ekki amalegt að bera svona fallegar kökur á borð fyrir gesti.

Við bjóðum Unni velkomna



Unnur Flemming Jensen
Sérnám: Munn- & tanngervalækningar

Við erum teymi sérfræðinga sem vinnum saman að þinni tannheilsu, þar sem viðskiptavinir njóta hinnar víðtæku sérþekkingar sem býr á stofunni.

Unnur tekur vel á móti nýjum viðskiptavinum í höfuðstöðvum okkar í Glæsibæ.



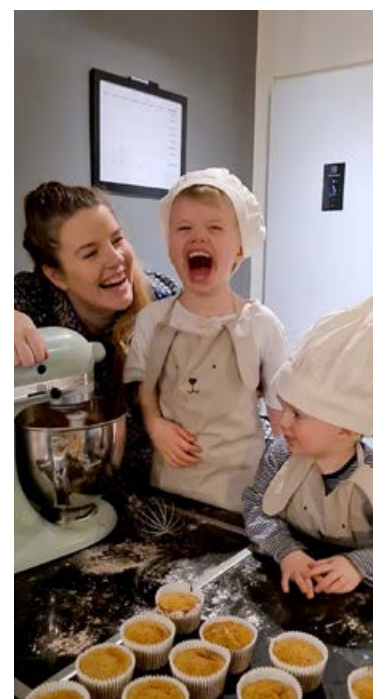
HLÝJA
TANNLÆKNASTOFA

Nóg að gera

Markmiðið er að senda frá sér nýjan þátt í hverri viku en það reynist oft snúið á fjöruge heimili, auk þess sem það er nóg að gera í náminu. „En við ætlum að halda áfram að baka saman og birta myndböndin á Instagram reikningnum mínum, @svandisnp. Það er líka virkilega skemmtilegt að eiga þessi myndbönd í framtíðinni. Auk þess er ég með Facebook-síðuna Tækifærisbakstur Svandísar þar sem ég tek við pöntunum á ýmsum kökum við ólík tækifæri.“

Skemmtilegar stundir

Hún hefur engin sérstök framtíðarplön fyrir þáttinn enda er hann fyrst og fremst gerður til gamans fyrir þau tvö. „Þannig náum við skemmtilegum stundum saman þar sem við fáum að tengjast enn betur í gegnum baksturinn. Eina markmið okkar er að skemmta okkur vel saman og vonandi skemmta einhverjum fleiri í leiðinni.“



Það er alltaf líf og fjör í eldhúsinu.



Hefur þú
brennandi
áhuga á
hátækni?

Taktu þátt í tæknibyltingu með nýjum hátæknilausnum DTE sem auka öryggi, skilvirkni og sjálfbærni í málmiðnaði á heimsvísu

Leiðtogi í verkefnastjórnun

Við leitum að sjálfstæðum og metnaðarfullum leiðtoga í nýtt og spennandi starf sem felur í sér ábyrgð á verkefnastjórnun og umsjón með mikilvægum verkferlum hjá félaginu. Starfið felur í sér að þróa verkefnaáætlanir og samþætta þvert á ýmis svið félagsins.

Helstu verkefni:

- Að taka þátt í stefnumótun og framtíðarsýn DTE er varðar verkefnastýringu, innra skipulag, uppbyggingu á verk og samskiptaferlum og greiningu og forgangsröðun verkefna
- Vinna í nánú samstarfi við framkvæmdastjóra og vinna að eftirfylgni áætlana
- Vinna að gerð umfangsmats, útbúa áætlanagerðir (tími, kostnaður, fólk og árangursmælikvarðar) og sjónræn miðlun áætlana og stöðu með teymi

Hæfniskröfur og ákjósanlegir eiginleikar:

- Háskólapróf og starfsreynsla sem nýtist í starfi
- Fyrri reynsla á sviði verkefnastjórnunar og kostnaðaráætlana
- Alþjóðleg vottun er kostur, PMI, IPMA B, C eða D
- Nauðsynlegt er að viðkomandi hafi sterka leiðtoga- og samskiptahæfileika, geti unnið sjálfstætt og hafi gott skipulag

Sjá ítarlegri starfslýsingu fyrir **PMO Manager** á heimasíðu DTE
Umsóknarfrestur er til **8. mars**

Gagnasérfræðingur

Við leitum að útsjónarsömum gagnasérfræðingi með brennandi áhuga á að greina rauntímagögn og vinna með tölulegar upplýsingar úr nýjum IoT lausnum DTE. Um er að ræða spennandi framtíðarstarf í rannsóknnum og þróun á nýjum gervigreinda- og gagnavísindalausnum.

Helstu verkefni:

- Þróa nýjar lausnir og byggja upp þekkingu á gagnastraumum DTE og viðskiptavina
- Notkun á tölfræðilegum aðferðum til að túlka og nálgast niðurstöður
- Þróa gagnadrifnar aðgerðir sem styðja við ákvarðanatöku með birtingu á niðurstöðum í mælaborðum og kynningum
- Túlkun á framleiðslugögnum og bestun á framleiðslustýringum sem hægt er að skoða með prófum og gagnagreiningu

Hæfniskröfur og ákjósanlegir eiginleikar:

- Gráða í gagnavísindum, tölfræði, verkfræði eða sambærilegu
- 5+ ára viðeigandi reynsla
- Hefur áður borið ábyrgð á lausnum sem drifu áfram viðskiptaleg markmið
- Sterk þekking á tungumálum og tölum líkt og Python, R og sambærilegu
- Djúpstæð þekking á vélnámi og gervigreindarlausnum

Sjá ítarlegri starfslýsingu fyrir **Data Scientist** á heimasíðu DTE
Umsóknarfrestur er til **15. mars**

Hugbúnaðarsérfræðingur

Við leitum af drifandi og snjöllum forritara til að hjálpa okkur að þróa og móta nýjar og spennandi stafrænar lausnir fyrir DTE.

Helstu verkefni:

- Þróa og þjónusta nýja platform þjónustu DTE í skýinu
- Þróa lausnir fyrir IoT greiningartæki DTE og róbóta

Hæfniskröfur og ákjósanlegir eiginleikar:

- B.Sc. eða M.Sc. í tölvunarfræði eða mjög góð reynsla
- 3+ ára reynsla í forritun og hugbúnaðargerð
- Reynsla af Python, Typescript, Elixir eða sambærilegu
- Reynsla af SQL Server, PostgreSQL, MySQL

Sjá ítarlegri starfslýsingu fyrir **Software Developer** á heimasíðu DTE
Umsóknarfrestur er til **15. mars**

Sérfræðingur í álmelmum

Við leitum að sérfræðingi í efnisfræði álmelma, sem mun hafa umsjón með rannsóknastofu DTE við blöndun og efnagreiningar á fljótandi álbráð og samanburð við efnagreiningar staðlaðra sýna.

Helstu verkefni:

- Umsjón rannsóknastofu, álblöndunar og efnagreininga
- Notkun nýrrar kynslóðar efnagreina fyrir fljótandi málmeð
- Eiga náð samstarf með viðskiptavinum og öðrum sérfræðingum

Hæfniskröfur og ákjósanlegir eiginleikar:

- Framhaldsnám í Metallurgical/Chemical Engineering
- Yfirgripsmikil þekking og reynsla úr áliðnaði

Sjá ítarlegri starfslýsingu fyrir **Senior Metallurgist** á heimasíðu DTE
Umsóknarfrestur er til **31. mars**



LÖGMAÐUR

Lögmál ehf., Skólavörðustíg 12, Reykjavík, óskar eftir að ráða lögmann í starf löglærðs fulltrúa.

Lögmannsstofan Lögmál var stofnuð í ársbyrjun 1987 og er til húsa að Skólavörðustíg 12, 101 Reykjavík. Lögmál býður upp á alla almenna lögfræðipjónustu. Lögmál starfar m.a. fyrir fyrirtæki, stofnanir og félagasamtök og má m.a. nefna alla almenna fyrirtækjaráðgjöf, samningsgerð, starfsmannamál, innheimtupjónustu og málfutning.

Umsóknir, ásamt ferilskrá, óskast sendar á Magnús Óskarsson, hrl., mo@logmal.is. Umsóknarfrestur er til 15. mars næstkomandi. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál.

Lögmál ehf., Skólavörðustíg 12, 101 Reykjavík, sími 511-2000, www.logmal.is

Menntunar- og hæfniskröfur

- BA- og meistaraþróf í lögfræði.
- Málfutningsréttindi.
- Reynsla af lögfræðistörfum.
- Mjög gott vald á ritaðri íslensku og ensku.
- Nákvæmni og sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni til að vinna í krefjandi starfsumhverfi og undir álagi.

Verksmiðjustjóri

Rótgróid iðnfyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar að ráða efnaverkfræðing til framtíðarstarfa.

Starfssvið:

- Stýring framleiðslu og innkaupa
- Mönnun verksmiðju
- Tækniráðgjöf
- Skýrslugerð
- Viðhalda og betrubætur á verksmiðju
- Önnur tilfallandi verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Próf í efnaverkfræði eða menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af verkefnastjórnun og vinnu við hættuleg efni er kostur
- Lipurð í mannlegum samskiptum og hæfni til að vinna með öðrum
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Gott vald á íslensku og ensku

Vinsamlegast sendið umsókn á atvinna@frettabladid.is merkt Verksmiðjustjóri-2002 fyrir 5. mars.



LANDSRÉTTUR

Embætti skrifstofustjóra Landsréttar

Landsréttur auglýsir laust til umsóknar embætti skrifstofustjóra Landsréttar. Skrifstofustjóri stýrir daglegum rekstri dómstólsins eftir nánari ákvörðun forseta réttarins og í umboði hans, auk þess að gegna öðrum störfum sem forseti kann að mæla fyrir um, sbr. 23. gr. laga nr. 50/2016. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Embættispróf í lögfræði eða grunnnám ásamt meistaraþrófi í lögum.
- Þekking og reynsla á sviði réttarfars og stjórnáslu.
- Þekking á rekstri og starfsemi dómstóla.
- Stjórnunarhæfileikar, samskiptahæfni og skipulögð vinnubrögð.
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Tölvufærni og þekking á sviði upplýsinga- og tæknimála.

Forseti Landsréttar skipar í embættið til fimm ára í senn. Laun og starfskjör skrifstofustjóra fara eftir ákvörðun stjórnar dómstólasýslunnar.

Þeir sem áhuga hafa á embættinu eru hvattir til að sækja um óháð kyni. Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur. Áskilið er að umsóknir og fylgigögn berist með rafrænum hætti á netfangið landsrettur@landsrettur.is

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun í embættið liggur fyrir.

Nánari upplýsingar veitir Hervör Þorvaldsdóttir, forseti Landsréttar, í síma 432-5300.

Umsóknarfrestur er til og með 14. mars 2021.

Stofnun Árna Magnússonar
í íslenskum fræðum

Sýningarstjóri

Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum auglýsir eftir sýningarstjóra til þess að stýra mótun og uppsetningu nýrrar sýningar í Húsi íslenskunnar sem áætlað er að verði opnuð haustið 2023.

Ný sýning í Húsi íslenskunnar veitir tækifæri til að vekja áhuga á þeim menningararfi sem felst í fjölbreyttum gögnum Árnastofnunar og sýna hann í nýju ljósi. Meðal gagnanna eru þekktustu miðaldahandrit Íslendinga, umfangsmikið örnefnasafn og þjóðfræðiefni í hljóðritum. Sýningunni er ætlað að höfða til fólks á öllum aldri, jafnt þeirra sem búsettir eru á Íslandi og ferðamanna sem sækja það heim.

Um er að ræða tímabundið starf til þriggja ára. Sýningarstjóri heyrir beint undir forstöðumann.

Helstu verkefni og ábyrgð

- leiða handritsgerð fyrir sýninguna í samvinnu við forstöðumann, sýningarnefnd og starfsfólk stofnunarinnar,
- móta útlit hennar í samvinnu við sýningarnefnd, sýningarhönnuði og hönnuði hússins,
- stýra vinnu við framleiðslu, uppsetningu og eftirfylgni,
- bera ábyrgð á sýningarskrá og gerð kynningarnefnis og varnings í tengslum við sýninguna,
- bera ábyrgð á gerð kostnaðaráætlunar í sambandi við sýninguna. móta dagskrá með viðburðum í tengslum við sýninguna,
- stuðla að góðu samstarfi við söfn í næsta nágranni,

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Brennandi áhugi á íslensku tungu og menningu og miðlun hennar til nýrra kynslóða.
- Traust reynsla af sýningarstjórnun.
- Rík samskiptahæfni.
- Frumkvæði og drifkraftur í verkefnavinnu.
- Færni í að leiða hugmyndavinnu með ólíkum einstaklingum.

Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag háskólakennara hafa gert. Gert er ráð fyrir að ráðning taki gildi 1. maí 2021 eða eftir samkomulagi. Umsækjendur eru beðnir að skila ferilskrá ásamt kynningarbréfi sem lýsir áhuga á starfinu og hæfni umsækjanda til að gegna því. Öllum umsóknum verður svarað og umsækjendum tilkynnt um ráðstöfun starfsins þegar ákvörðun hefur verið tekin. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá lokum umsóknarfrests.

Starfshlutfall er 100%

Umsóknarfrestur er til og með 15.03.2021

Nánari upplýsingar veitir
Guðrún Nordal - gnordal@hi.is



Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöðum.

www.stra.is



Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Greinandi ráðgjöf og skýr samskipti

Aton.JL er leiðandi fyrirtæki í samskiptaráðgjöf og vinnur að því að móta heildstæða stefnu í samskiptum fyrirtækja og stofnana. Við leitum að ráðgjafa til að sinna fjölbreyttum verkefnum í ráðgjöf og stefnumótun.

Viðkomandi þarf að vera sjálfstæð/ur í vinnubrögðum, sýna framúrskarandi samskiptahæfni, og vera mjög fær í textavinnu. Mikilvægt er að viðkomandi búi yfir góðri greiningarhæfni og hæfni til að lesa úr tölulegum upplýsingum.

Helstu verkefni:

- _ Greiningarvinna
- _ Skýrslugerð
- _ Skipulögð upplýsingamiðlun
- _ Stefnumótandi ráðgjöf
- _ Textavinna

Hæfniskröfur:

- _ Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- _ Reynsla sem nýtist í starfi
 - ↳ kostur er ef viðkomandi býr yfir reynslu úr stjórnýslu
- _ Áreiðanleiki, metnaður, samskiptahæfni, skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð
- _ Hæfni í tjáningu í ræðu og riti, á íslensku og ensku

Við hvetjum hæfileikaríkt fólk af öllum kynjum til að sækja um.

Umsóknarfrestur er til og með 15. mars.

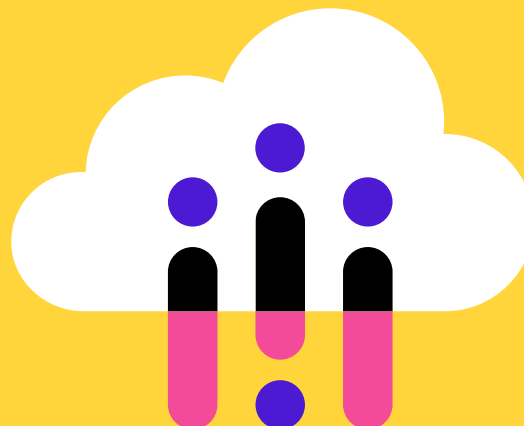
Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarlegt kynningarbréf og starfsferilsskrá þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Fyrirspurnir og umsóknir skulu berast Sif Jóhannsdóttur, sif@atonjl.is.

Tryggvagata 10 __ 101 Reykjavík __ atonjl.is

Aton.JL

Liðsfélagi í alþjóðlegt markaðsteymi



Við leitum að öflugum liðsfélaga í framsækið innra markaðsteymi hjá Men&Mice. Auk innra teymisins þá samanstendur teymið af bestu utanaðkomandi sérfræðingum sem við höfum valið vel, allt frá digital sérfræðingum, vefstjórum, skapandi auglýsingafólki og PR snillingum. Sem teymi störfum við náið saman á hverjum degi og nýtum styrkleika hvers annars í öllu sem við gerum. Við erum gagnadrifin og skapandi í allri okkar nálgun og með ástriðu fyrir markaðsmálum.

Ef þú hefur áhuga á að takast á við markaðsmál í krefjandi tækniumhverfi þá erum við spennt að heyra frá þér! Þitt sérsvið í teyminu væri með áherslu á framleiðslu á skapandi markaðsefni eins og myndbandagerð, uppsetningu á grafísku efni, ljósmyndun og vefumsjón.

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun eða reynsla sem nýtist í starfinu.
- Reynsla af framleiðslu skapandi markaðsefnis.
- Reynsla af myndvinnslu, ljósmyndun og vefumsjón.
- Lausnamiðuð hugsun og hæfni til að sinna mörgum verkefnum samtímis.
- Reynsla af starfi í alþjóðlegu umhverfi kostur.
- Jákvæðni og framtakssemi.
- Góð samskiptahæfni og teymishugsun.
- Góð enskukunnátta.

Umsóknarfrestur er til og með 8. mars 2021. Umsóknir óskast fylltar út á www.vinnvinn.is

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

vinnvinn

Umsjón með starfinu hafa Jensína K. Böðvarsdóttir (jensina@vinnvinn.is) og Auður Bjarnadóttir (audur@vinnvinn.is) hjá Vinnvinn.

Men&Mice er 30 ára gamalt íslenskt nýsköpunar- og hugbúnaðarfyrirtæki sem sérhæfir sig í hugbúnaðarlausnum fyrir stórfyrirtæki og stofnanir sem reka flókna netinnviði. Viðskiptavinir Men&Mice eru m.a. Microsoft, Intel, AT&T, FedEx og eBay.

men&mice

REYNSLA, FRUMKVÆÐI OG GREININGARHÆFNI

SÉRFRÆÐINGUR Í ÁHÆTTUSTÝRINGU

Lífeyrissjóður starfsmanna ríkisins leitar að öflugum og ábyrgum einstaklingi í áhættustýringu sjóðsins. Mikilvægt er að viðkomandi hafi haldgóða reynslu af greiningu og framsetningu efnis.

Áhættustýring hefur eftirlit með helstu áhættupáttum sjóðsins, vinnur þvert á önnur svið, beitir sér fyrir sífelldum úrbótum og stuðlar að sterkri áhættuvitund starfsfólks. Áhættustýring veitir einnig öðrum sviðum sjóðsins stuðning og ráðgjöf við dagleg störf.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Greining og mat á áhættu.
- Gerð skýrsla og annarra gagna fyrir stjórn, stjórnendur og eftirlitsaðila.
- Áhættueftirlit og frávikagreining sem tengist fjárfestingum og rekstri sjóðsins.
- Þátttaka í stöðugri þróun áhættustýringar.
- Virkt samstarf við starfsfólk sjóðsins.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Framhaldsmenntun á háskólastigi sem nýtist í starfi, s.s. hagfræði eða verkfræði.
- Haldgóð reynsla af greiningarvinnu og mjög góð greiningarhæfni.
- Framúrskarandi hæfni til að setja fram efni og niðurstöður í tölum, myndum og texta.
- Góð færni í íslensku og ensku.
- Framúrskarandi samstarfs- og samskiptahæfileikar, metnaður og heilindi.
- Frumkvæði, nákvæmni og sjálfstæði í starfi.

Upplýsingar veitir **Katrín S. Óladóttir**, framkvæmdastjóri Hagvangs, katrin@hagvangur.is.

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is.
Umsóknarfrestur er til og með **8. mars 2021**.

Umsókninni þarf að fylgja starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni í starfið.

Hjá LSR njótum við þess að starfa í jákvæðu umhverfi með metnað og bjartsýni að leiðarljósi. Við búum að mikilli reynslu og þekkingu og vitum að það krefst ábyrgðar og framsýni að stýra elsta og stærsta sjóði landsins í gegnum örar breytingar í þágu komandi kynslóða.



Sérfræðingur í sjálfvirkni

Við leitum að hæfileikaríkum sérfræðingi í sjálfvirkni til starfa í framleiðsluþróunar- og upplýsingatækniteymi Alcoa Fjarðaáls. Í teyminu vinnur fjölbreyttur hópur sérfræðinga í straumlínustjórnun, verkefnastjórnun og upplýsingatækni við þróun á framleiðsluferlum fyrirtækisins.

Ábyrgðarsvið:

- Stefnumótandi vinna við innleiðingu á sjálfvirkni í framleiðslu
- Verkefnastjórnun við þróun nýrrar virkni í iðnstýringum og skjámyndakerfum
- Rekstur iðnstýringa og skjámyndakerfa
- Umsjón með högun iðnstýringa
- Skýrslugerð og úrvinnsla gagna
- Ráðgjöf og þjónusta við notendur

Hæfniskröfur:

- BSc í rafmagnsverkfræði, vélaverkfræði, hátækniverkfræði eða sambærilegt nám
- Reynsla af vinnu við iðnstýringar og skjámyndakerfi
- Menntun og/eða reynsla á sviði verkefnastjórnunar er kostur
- Greiningarhæfileikar, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Miklir samskiptahæfileikar og þjónustulund
- Góð enskukunnátta

Í samræmi við jafnréttisstefnu Alcoa Fjarðaáls og lög nr. 150/2020 eru konur hvattar til að sækja um starfið. Frekari upplýsingar um starfið veitir María Ósk Kristmundsdóttir á maria.kristmundsdottir@alcoa.com. Tekið er við umsóknum á ráðningarvef Alcoa, www.alcoa.is. Umsóknarfrestur er til og með **9. mars 2021**.

Fjarðaál
alcoa.is





Laus störf í Stekkjaskóla á Selfossi

Vilt þú taka þátt í því að byggja upp sterka liðsheid í nýjum grunnskóla á Selfossi?

Stekkjaskóli er nýr grunnskóli á Selfossi sem tekur til starfa næsta haust með um 150 nemendum í 1.-4. bekk. Fullbyggður verður skólinn fyrir um 500 nemendum í 1.-10. bekk. Í Stekkjaskóla verður lögð áhersla á teymiskennslu, teymisvinnu, fjölbreytta kennsluhætti og jákvæðan skólabrag. Starfsmenn skólans munu taka þátt í stefnumörkun hans sem tekur meðal annars mið af menntastefnu Árborgar sem byggir á hugmyndinni um skólann sem lifandi lærdómssamfélag.

Í Sveitarfélaginu Árborg búa rúmlega 10 þúsund manns og lögð er áhersla á öflugt skóla- og frístundastarf og góða velferðarþjónustu. Skólar og aðrar deildir fjölskyldusviðs vinna að því að styrkja heildstæða nærþjónustu við börn, foreldra og skóla. Áhersla er lögð á snemmtækan stuðning, góð tengsl skóla og skólastiga og skólaþróunarverkefni sem unnin eru í anda lærdómssamfélagsins. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingum sem búa yfir þekkingu, reynslu og áhuga á skólastarfi.

Hér með eru auglýstar ýmsar fjölbreyttar og áhugaverðar stöður fyrir skólaárið 2021-2022.

- > **Deildarstjóri stoðþjónustu** - 100% stöðuhlutfall með 75% stjórnunarumfangi
- > **Umsjónarkennarar** - átta stöður í 100% stöðuhlutfalli
- > **Íþróttakennari** - 100% stöðuhlutfall
- > **List- og verkgreinakennarar** - tvær 100% stöður list- og verkgreinakennara (myndmennt, textílmennnt, hönnun og smíði, heimilisfræði)
- > **Tónmenntakennari** - 50% stöðuhlutfall
- > **Sérkennari** - 100% stöðuhlutfall
- > **Matráður** - 100% stöðuhlutfall
- > **Matráðar** - tvær stöður í 50% stöðuhlutfalli
- > **Skólaritari** - 100% stöðuhlutfall
- > **Stuðningsfulltrúar** - fimm stöður í 75% stöðuhlutfalli
- > **Yfirproskapjálfi** - 100% stöðuhlutfall



Sveitarfélagið
ÁRBORG
www.arborg.is

Umsóknarfrestur er til og með 14. mars 2021. Nánari upplýsingar um störfun er að finna á ráðningarvef sveitarfélagsins; starf.arborg.is. Vakin er athygli á stefnu Árborgar að jafna hlutfall kynjanna í störfum og að vinnustaðir endurspeglir fjölbreytileika samfélagsins.

Nánari upplýsingar veita Hilmar Björgvinsson, skólastjóri, hilmarb@stekkjaskoli.is, s: 480-1601 og 863 0922 og Ástrós Rún Sigurðardóttir, aðstoðarskólastjóri, astros@stekkjaskoli.is, s: 480-1602. Umsókn ásamt fylgigögnum skal skila í gegnum ráðningarvef sveitarfélagsins starf.arborg.is.

Byggingarfulltrúi



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

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Framkvæmd skipulags- og byggingarmála
- Áætlanagerð og eftirfylgni, mælingar og úttektir
- Undirbúningur og eftirfylgni funda skipulags- og umhverfisráðs
- Ábyrgð á skráningu mannvirkja, úttektum, staðfestingu eignaskiptayfirlýsinga, gjaldtöku, skráningu, varðveislu og miðlun upplýsinga um mannvirki til íbúa
- Samstarf við aðila utan og innan stjórnsýslunnar sem sinna verkefnum á sviði byggingarmála
- Önnur verkefni sem viðkomandi er falið hverju sinni og undir embættið heyrir

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Löggilding sem hönnuður skv. 25. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010
- Þekking og reynsla á sviði byggingarmála
- Þekking og reynsla af úttektum og mælingum
- Þekking á lögum um mannvirki, skipulagslögum og byggingarreglugerð
- Þekking á opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Hæfni í mannlegum samskiptum, góðir samstarfs- og samskiptahæfileikar
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta

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.

Umsóknarfrestur er til og með **10. mars 2021**. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og þarf að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda í starfið. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Samkvæmt jafnréttisstefnu Húnaþings vestra eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um starfið. Launakjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi Launaneftdar Sambands íslenskra sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Nánari upplýsingar um starfið veita Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Ragnheiður Jóna Ingimarsdóttir, sveitarstjóri (rjona@hunathing.is) í síma 455 2400.

Húnaþing vestra er staðsett miðja vegu milli Akureyrar og Reykjavíkur. Hvammstangi er stærsti þéttbýliskjarni sveitarfélagsins með um 600 íbúa en heildarfjöldi íbúa er um 1.220.

Húnaþing vestra er fjölskylduvænt samfélag með hátt þjónustustig, metnaðarfullt leik-, grunn- og tónlistarskólastarf ásamt því að rekin er dreifnámsdeild frá Fjölbautaskóla Norðurlands vestra á staðnum.

Gott framboð er af íþrótt- og tómstundastarfi. Sveitarfélagið er útivistarparadís, með góða sundlaug, íþróttahús og fjölbreytt félagsstarf. Blómlegt menningarlíf er til staðar. Hjá sveitarfélaginu starfa um 120 manns.

Nánari upplýsingar má finna á:
www.hunathing.is

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir



Gæðadeildir // Quality

Scientist QC Raw Materials

The Scientist in Quality Control (QC) Raw Materials (RM) is responsible for the inspection, sampling and testing of incoming goods to be used in the manufacturing process, as well as performing routine cleaning, inspections, and upkeep of laboratory equipment.

Particle Testing Scientist QC Raw materials

The Particle Testing Scientist is responsible for developing methods and procedures for particle controls packaging components, as well as supporting particle related investigations.

Visual Inspection Scientist QC Raw Materials

The Visual Inspection Scientist is responsible for the release of incoming goods for the manufacturing process at Alvotech. The role involves information gathering, establishing work documents, the setup of inspection libraries and laboratory testing.

Quality Management Specialis

The Quality Management (QM) Specialist is responsible for collecting, analysing, and reporting metrics from across Alvotech, in addition to monitoring and reporting on the status of actions from regulatory inspections, partner audits, self-inspections, QM reviews and the Alvotech Quality Plan.

Specialist Technical Quality Agreements

The Technical Quality Agreement Specialist will assist Quality Assurance (QA) in streamlining the TQA process, driving efficiency and improvements.

QA Specialist DP Manufacturing

The QA Specialist is responsible for supporting drug product manufacturing. The main responsibilities will be the review and approval of batch records, investigations, and quality documents.

QC Sample Management Scientist

The QC Sample Management Scientist performs daily tasks like aliquoting, pulling of stability samples and sample shipments. Performs routine analytical work with advanced analytical techniques, creates and updates documents for methods and raw materials and reviews results of simple methods.

QC Product Testing Scientist

The QC Product Testing Scientist actively participates in quality control and release of product manufactured at Alvotech. Performs routine analytical work with advanced analytical techniques. Creates and updates documents for methods and raw materials, reviews results of simple methods.

Rannsóknir og Þróun // Research & Development

Downstream Development Scientist (Entry Level)

The Downstream Development Scientist's role consists of lab support tasks, including solution preparation, running chromatography and crossflow systems, maintaining the equipment and lab responsibly, in addition to executing experiments in all DSPD unit operations.

Downstream Development Scientist

The Downstream Development Scientist is responsible for designing fit-for-purpose purification experiments, as well as compiling and analysing experimental data to generate process knowledge and support global regulatory submission.



JAFNLAUNAVOTTUN
2021 - 2024

Alvotech er stolt af því að hafa hlotið Jafnlaunavottun Jafnréttisstofu Íslands.

Við bætum líf milljóna með líftæknilyfjum

Við hjá Alvotech vinnum að því að þróa og framleiða líftæknilyf sem geta bætt líf og heilsu milljóna manna um allan heim. Markmiðið er að vera á meðal fremstu fyrirtækja í framleiðslu og sölu hliðstæðulyfja á viðráðanlegu verði og gera þau þannig aðgengilegri fyrir fólk sem annars hefði ekki ráð á þeim.

Við höfum byggt upp fjölbjóðlegt fyrirtæki í hjarta Reykjavíkur með 450 starfsmenn frá yfir 50 þjóðlöndum þar sem áhersla er lögð á jafnrétti og fjölbreytileika. Unnið er að stækkun húsnæðis hátækniseturs Alvotech í Vatnsmyrinni og undirbúningi á framleiðslu og sölu líftæknilyfja.

Starfsumhverfi fyrirtækisins einkennist af drifkrafti, ástríðu, heilindum og fagmennsku. Það eru spennandi tímar framundan og við leitum að samstarfsfólki sem brennur fyrir að bæta líf fólks um heim allan.

Viltu vera með?

Scientists Drug Product Development

We have three Drug Development Scientist positions available in the Drug Product Development team working on the development of liquid/lyophilized biologics (biosimilar) manufacturing processes. The positions are in: Formulation development, Process development and Material science.

Bioassay Development Scientist

The Bioassay Development Scientist performs method development, qualification, validation and testing of a process impurity assays, such as residual protein A ELISA, residual DNA (qPCR) and residual HCP ELISA assays. The scientist creates method development, qualification protocols and reports.

Lyfjaframleiðsla // Manufacturing

Drug Product Manufacturing Technician

The Drug Product Manufacturing Technician level III performs all manufacturing activities in Drug Production with a focus on "clean room" behaviour, provides guidance and training, identifies process improvement, and helps create and maintain a lean, flexible and agile manufacturing facility

Head of Commissioning and Qualification

The Head of Commissioning and Qualification (C&Q) is responsible for leading the C&Q team in Technical Operations and is responsible for organizing, scheduling, and coordinating team efforts and supporting various departments within Alvotech for C&Q purposes.

Upplýsingatækni // Information Technology

IT Application Administrator

The IT Application Administrator is a member of the Computer System Management (CSM) team in IT. The CSM team is responsible for the implementation, operation, and administration of computer systems, in a highly regulated environment.

IT Compliance Specialist

The IT Compliance Specialist supports the life cycle management of computerized systems ensuring compliance with regulatory requirements and participates in the continuous improvement of IT policies and procedures.

Innkaup // Procurement

Strategic Sourcing Specialist

The Strategic Sourcing Specialist manages specific procurement categories, both direct and indirect, to achieve added value from the supplier market and direct savings, in addition to negotiating favourable procurement contracts with selected vendors and suppliers and creating and maintaining key performance indicator (KPI) metrics for supply chain performance.

Tactical Purchase Specialist

The Tactical Purchase (TP) Specialist role entails order management, including control of the Alvotech Purchase Order Process. The TP specialist works with end users to define needs, optimize sourcing and purchase activities, assuring seamless availability of materials to support company objectives.

Alvotech er alþjóðlegt fyrirtæki og samskiptamál okkar er enska.

Frekari upplýsingar um þessi störf og fleiri er að finna á vefnum okkar.

For more information visit www.alvotech.com



PÓST- OG FJARSKIPTASTOFNUN

Hlutverk Póst- og fjarskiptastofnunar er að tryggja hagkvæm, örugg og aðgengileg fjarskipti og póstpjónustu og efla virka samkeppni á markaði. Meginþungi starfseminnar eru fjarskipti og tengd mál. Hjá PFS starfa 30 starfsmenn, aðallega sérfræðingar við úrlausn tæknilegra, viðskiptalegra og lagalegra verkefna er tengjast hlutverki stofnunarinnar.

Póst- og fjarskiptastofnun auglýsir starf lögfræðings á sviði net- og upplýsingaöryggis

Póst- og fjarskiptastofnun hefur eftirlit með net- og upplýsingaöryggi fjarskiptafyrirtækja, stafrænna grunnvirkja og veitenda stafrænnar þjónustu í samræmi við fjarskiptalög og ný lög um öryggi net- og upplýsingakerfa mikilvægra innviða (NIS-laga). Þá gegnir stofnunin ráðgefandi samhfingjarhlutverki gagnvart öðrum eftirlitsstjórnvöldum í því skyni að stuðla að samræmdri framkvæmd eftirlits á sviði netöryggis.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Þátttaka í uppbygging á framkvæmd eftirlits með öryggi net- og upplýsingakerfa mikilvægra innviði og fjarskiptafyrirtækja.
- Þátttaka í framkvæmd úttekta á öryggisskipulagi aðila og gerð prófana á grundvelli fjarskiptalaga og NIS-laga.
- Aðkoma að gerð reglugerða og lagafrumvarpa á sviði net- og upplýsingaöryggis.
- Stjórnsýslurannsóknir á alvarlegum atvikum (netárásam) sem verða í net- og upplýsingakerfum eftirlitsskyldra aðila.
- Þátttaka í uppbyggingu á samhfingjarhlutverki PFS og samvinna við önnur eftirlitsstjórnvöld við framkvæmd eftirlits.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistarapróf í lögfræði. Framhaldsmenntun eða 3-5 ára reynsla er æskileg.
- Þekking og/eða reynsla á sviði stjórnsýsluréttar er kostur.
- Þekking á sviði öryggismála net- og upplýsingakerfa, svo sem á grundvelli staðla, er kostur.
- Almenn þekking á fjarskiptum, stafrænum innviðum og stafrænni þjónustustarfsemi er kostur.
- Umsækjendur þurfa að eiga auðvelt með að starfa sjálfstætt sem og í hópi og jafnframt búa yfir þeim sveigjanleika og festu sem nauðsynleg er til að ná árangri í starfi.
- Umsækjendur þurfa að geta unnið undir álagi og hafa tamið sér skipulag í vinnubrögðum.
- Góð íslensku og enskukunnátta, bæði töluð og í rituðu máli, er áskilin.

PFS hvetur alla sem uppfylla hæfniskröfur til að sækja um laus störf, óháð kyni.

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

Umsóknarfrestur er til og með 9. mars nk. Umsjón með starfinu hefur Unnur Kristín Sveinbjarnardóttir, fagstjóri samhfingjar net- og upplýsingaöryggis, tölvupóstur: unnur@pfs.is. Umsóknir óskast fylltar út á heimasíðu PFS www.pfs.is eða á Starfatorgi.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Krafist er sakavottorðs.

Póst- og fjarskiptastofnun lítur svo á að umsókn gildi í 6 mánuði frá dagsetningu hennar, nema umsækjandi ákveði umsókninni skemmri gildistíma.

Brennur þú fyrir þjónustu?

Þjónusturáðgjafi

Vörður leitar að þjónusturáðgjafa í einstaklingsþjónustu með framúrskarandi þjónustulund og samskiptahæfni til að veita viðskiptavinum úrvals þjónustu og ráðgjöf á sviði trygginga. Einstaklingsþjónustan er skemmtileg liðsheild sem sinnir fjölbreyttum og krefjandi verkefnum.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Veita viðskiptavinum úrvals þjónustu, bæði einstaklingum og smærri fyrirtækjum
- Persónuleg ráðgjöf um tryggingar sem er sérsniðin að hverjum og einum viðskiptavini
- Daglegar fyrirspurnir um tryggingar, greiðslumál og tjonstilkynningar
- Þátttaka í ýmsum verkefnum og teymum innan félagsins

Menntun, reynsla og hæfni

- Stúdentspróf eða önnur sambærileg menntun eða reynsla
- Reynsla af þjónustustörfum
- Framúrskarandi þjónustulund og góðir samskiptahæfileikar
- Góð tölvukunnátta
- Jákvætt og uppbyggilegt viðhorf

Við hvetjum alla áhugasama til að sækja um en tekið er á móti umsóknum á ráðningarvef félagsins á www.vordur.is þar sem frekari upplýsingar um starfið er að finna. Nánari upplýsingar veitir Linda Ingólfssdóttir, teymisstjóri einstaklingsþjónustu, í netfanginu Linda@vordur.is.

Umsóknarfrestur er til 8. mars 2021

Vörður tryggingar er ört stækkandi fyrirtæki með um 110 starfsmenn og 65 þúsund viðskiptavinum um land allt. Félagið býður upp á nútímalegt vinnuumhverfi og byggir á umbótamenningu þar sem áhersla er lögð á framsækna hugsun, jafnrétti, sveigjanleika, árangur, sjálfbærni, vellíðan og starfsánægju. Vörður er Fyrirtæki ársins 2019 og 2020 hjá VR.



Leitin að besta sölumanni Íslands, ert það þú? Þá erum við að leita að þér



Hæfniskröfur:

- 5-10 ára marktæk reynsla í sölumennsku
- Sjálfstæði í vinnubrögðum og söludrífinn áhugi
- Viðtækt tengslanet og þekking á íslensku atvinnulífi
- Fumlaus íslensku- og enskukunnátta

Hvað höfum við uppá að bjóða:

- Leiðandi fyrirtæki á Íslandi og Evrópu í sölu á iðnaðar- og rekstarvörum
- Yfir 100 þúsund vörunúmer og stöðugt verið að fjölga
- 8000 Rubix samstarfsmenn með sérfræðikunnáttu á sínu sviði
- Fyrirtæki sem leggur áherslu á jafnrétti og samfélagslega ábyrgð



Nánari upplýsingar veita Árni Ingason, sölustjóri, í síma 864 6260
og Jóhann Benediktsson, framkvæmdastjóri, í síma 864 6277

Áhugasömum umsækjendum er bent á að sækja
um á alfred.is fyrir 7. mars næstkomandi

RUBIX

Allt á einum stað

is.rubix.com



Sérfræðingur í áhættueftirliti og gagnagreiningu

Akta er öflugt fjármálafyrirtæki sem býður fjölbreytt úrval sjóða sem ávaxta fjármuni einstaklinga, fyrirtækja og fagfjárfesta.

Akta leitar að einstaklingi í teymið til að starfa sem sérfræðingur í gagnagreiningu og áhættueftirliti. Um er að ræða tækifæri til að vaxa í starfi hjá fjármálafyrirtæki í fremstu röð. Starfið er fjölbreytt og felur í sér samvinnu við öll svið Akta.

Verkefni

- Útreikningar í tengslum við áhættueftirlit
- Gagnagreining og skýrslugerð
- Uppfærsla á innri gögnum og skjölum
- Aðstoð í sjálfvirknivæðingu og tækniþróun
- Samvinna við stjórnendur og útivistunaraðila
- Önnur tilfallandi verkefni

Þekking og reynsla

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Starfsreynsla af sambærilegum störfum er kostur
- Þekking á gagnagrunnum og forritun er kostur
- Frumkvæði, vinnusemi og sjálfstæði í vinnubrögðum

Ef óskað er eftir nánari upplýsingum er unnt að senda póst á netfangið umsokn@akta.is.
Farið verður með umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.
Umsóknarfrestur til mánudags **8. mars 2021**.

Hugsa stórt. Akta strax. Allar umsóknir skulu berast á netfangið umsokn@akta.is | akta.is



RÁÐGJÖF
RÁÐNINGAR
RANNSÓKNIR



intellecta

Síðumúla 5 • 108 Reykjavík • 511 1225 • intellecta.is



Laust er til umsóknar starf verkefnisstjóra í innri endurskoðun upplýsingakerfa

Innri endurskoðun Reykjavíkurborgar fer með fjármála- og stjórnsýslueftirlit hjá Reykjavíkurborg í umboði borgarráðs. Innri endurskoðun leggur mat á og bætir virkni áhættustýringar, eftirlitsaðferða og stjórnarháttá hjá borgarsjóði, Orkuveitu Reykjavíkur, Faxaflóahöfnum, Félagsbústöðum, Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins, Malbikunarstöðinni Höfða og Félagsbústöðum. Leitað er eftir verkefnastjóra með áherslu á upplýsingatækni. Hjá okkur býðst krefjandi og fjölbreytt starf í góðu starfsumhverfi.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Greining á tæknilegu umhverfi borgarinnar og dótturfélögum.
- Úttektir og mat á stjórnkerfi upplýsingaöryggis.
- Mat á lykilaáætun og starfsemi Reykjavíkurborgar og dótturfélögum.
- Óháð og hlutlæg staðfesting og ráðgjöf sem ætlað er að bæta skilvirkni í rekstri borgarinnar.
- Þátttaka í teymisvinnu í öðrum úttektum og verkefnum.
- Kemur fram fyrir hönd Innri endurskoðunar í verkefnis-teymum innan Reykjavíkurborgar og fyrirtækja hennar og á fundum með stjórnendum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Þekking og reynsla af upplýsingatækni og gæðastarfi.
- Reynsla á sviði tölvuendurskoðunar er kostur.
- Próf í tölvuendurskoðun „Certified Information Systems Auditor, CISA“ er kostur.
- Reynsla á sviði innri endurskoðunar er kostur.
- Greiningar- og skipulagshæfni.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Frumkvæði, sjálfstæði og fagmennska.
- Jákvæðni og góðir samskiptahæfileikar.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til 9. mars n.k.

Nánari upplýsingar veitir Hallur Símonarson innri endurskoðandi Reykjavíkurborgar í síma 411 4601 eða í gegnum tölvu-póstfangið hallur.simonarson@reykjavik.is.

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



Leikskólastjóri – Leikskólinn Ösp

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

Ösp er þriggja deilda leikskóli í Breiðholti í Reykjavík með 52 börnum. Leikskólinn er staðsettur í jaðri Elliðaárdals og stutt er í skemmtilegar gönguleiðir og opin náttúrusvæði. Í leikskólanum er lögð áhersla á auðugt málumhverfi, umhverfismennt, málörvun og fjölmenningu. Hlutfall tvítýngdra barna en nokkuð hátt og er lögð mikil áhersla á að halda utan um þau og fjölskyldur þeirra. Leiðarljós leikskólans eru sköpun, málrækt, leikur, vellíðan og lýðræði. Spennandi þróunarverkefni er í gangi um menningu, mál og læsi.

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

Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, leyfisbréf kennara og greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á starf í leikskólanum. Ráðið verður í stöðuna frá 1. júlí 2021.

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

Helstu verkefni og ábyrgð

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

Hæfniskröfur

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

Í öllu starfi skóla- og frístundasviðs er unnið að innleiðingu Menntastefnu Reykjavíkur, Látum draumana rætast, þar sem leiðarljósín eru virkni og þátttaka barna, aukið samstarf og fagmennska.

Frekari upplýsingar um starfið

Laun eru samkvæmt samningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kí v/ Félags stjórnenda leikskóla.

Starfshlutfall 100%
Umsóknarfrestur til og með 15. mars
Ráðningarform Ótímabundin ráðning

Nánari upplýsingar um starfið veitir Elísabet Helga Pálmadóttir í síma 411-1392 og tölvupósti elisabet.h.palmadottir@reykjavik.is

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



Óskum eftir að ráða sölumann í verslun

Hegas ehf. heildverslun, er að leita eftir fjölbreyttum og áhugasömum framtíðar starfsmanni sem er samviskusamur, vandvirkur, jákvæður og stundvís. Þekking á innréttingaframleiðslu kostur. Umsækjandi þarf að hafa þjónustulipurð, almenna tölvukunnáttu og tala íslensku.

Starfslýsing:

- Sala og afgreiðsla til viðskiptavina í verslun og gegnum síma.
- Alhliða ráðgjöf um efnisval o.fl.

Áhugavert og krefjandi starf hjá traustu og framsæknu fyrirtæki.

Upplýsingar um fyrirtækið má sjá á heimasíðunni okkar www.hegas.is

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að senda umsóknir fyrir **15. mars 2021** á netfang hegas@hegas.is

Stofnun Árna Magnússonar
í íslenskum fræðum

Verkefnisstjóri flutninga og breytinga - Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum flytur í Hús íslenskunnar

Stofnun Árna Magnússonar flytur í Hús íslenskunnar haustið 2023. Fram undan er spennandi breytingaferli sem felst í að vinna með starfsfólki stofnunarinnar að því að móta nýjan vinnustað. Leitað er að öflugum einstaklingi til að hafa umsjón með flutningum stofnunarinnar og sem hefur mikinn áhuga á og reynslu af verkefna- og breytingastjórnun, gæðamálum og umbótamenningu. Verkefnisstjóri heyrir beint undir forstöðumann.

Um er að ræða tímabundið starf til þriggja ára.

Helstu verkefni og ábyrgð

- skipuleggja flutning gagna, bóka og gripa í nýtt húsnæði með stjórnendum og starfsfólki stofnunarinnar,
- vera tengiliður við Framkvæmdasýslu ríkisins og Háskóla Íslands fram að opnun Húss íslenskunnar,
- leiða verkefni á sviði gæðamála,
- taka þátt í að móta stefnu stofnunarinnar ásamt öðrum stjórnendum og starfsmönnum.

Hæfniskröfur

- Meistarapróf í verkefnastjórnun eða háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Þægileg framkoma og mikil samskiptahæfni.
- Sjálfstæð vinnubrögð, lausnamiðuð nálgun og færni til að sjá heildarmyndina.
- Góð og fjölbreytt reynsla af verkefnastjórnun og breytingastjórnun.
- Farsæl reynsla af gæðastarfi, umbótastarfi og teymisvinnu.
- Traust kunnáttu á íslensku og ensku í ræðu og riti.

Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag háskólakennara hafa gert.

Gert er ráð fyrir að ráðning taki gildi 1. maí 2021 eða eftir samkomulagi. Umsækjendur eru beðnir að skila ferilskrá ásamt kynningarbréfi sem lýsir áhuga á starfinu og hæfni til að gegna því. Öllum umsóknum verður svarað og umsækjendum tilkynnt um ráðstöfun starfsins þegar ákvörðun hefur verið tekin. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá lokum umsóknarfrests.

Starfshlutfall er 100%

Umsóknarfrestur er til og með **15.03.2021**

Nánari upplýsingar veitir

Guðrún Nordal - gnordal@hi.is



Vörustjóri (Global Product Manager)

Össur leitar að metnaðarfullum einstaklingi í starf vörustjóra (Global Product Manager). Vörustjóri hefur yfrumsjón með og stýrir stefnumótun á einni af okkar vörulínum með það að meginmarkmiði að auka arðsama markaðshlutdeild og tekur þar með virkan þátt í framþróun fyrirtækisins. Sem vörustjóri hjá Össuri ertu hluti af alþjóðlegri markaðsdeild og vinnur náið með öðrum deildum fyrirtækisins að þarfagreiningu og leit að nýjum tækifærum.

STARFSSVIÐ

- Mótun og viðhald heildarstefnu vörulínu
- Staðfærsla og stýring á líftímaskeiði vöru
- Markaðssetning nýrra og núverandi vara í samráði við aðrar deildir fyrirtækisins
- Hönnun og innleiðing á markaðsstefnu (Go-to-Market Strategy) í samvinnu við aðrar deildir fyrirtækisins
- Myndun markaðstengsla (Voice of Customer), greining og þróun nýrra markaðs- og viðskiptatækifæra

HÆFNISKRÖFUR

- Háskólapróf sem nýttist í starfi
- MBA/meistarapróf er kostur
- 5 ára starfsreynsla við markaðsstörf og/eða viðskiptaþróun
- Hæfileiki til að stýra og taka þátt í alþjóðlegum verkefnum og þverfaglegri teymisvinnu
- Alþjóðleg starfsreynsla
- Sterkir samskiptahæfileikar
- Mjög góð enskukunnátta
- Reynsla úr heilbrigðisíðnaði kostur

Umsóknarfrestur er til og með 8. mars 2021.

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

Sótt er um starfið á vef Össurar, ossur.is/mannaudur.

Athugið að velja viðeigandi starf. For English version please see the above webpage.

Nánari upplýsingar veitir mannauðsdeild í síma 515 1300.



Össur er leiðandi alþjóðlegt fyrirtæki á sviði stoð- og stuðningstækja.

Hjá félaginu starfa um 3.500 manns í 26 löndum.

Gildi félagsins eru: Heiðarleiki – Hagsýni – Hugrekki.



WWW.OSSUR.IS



Skrifstofustjóri

Reykhólahreppur óskar eftir að ráða til sína skrifstofustjóra tímabundið í eitt ár með möguleika á ótímabundnu starfi í framhaldi. Skrifstofustjóri ber ábyrgð á bókhaldi Reykhólahrepps, stofnanna og fyrirtækja sveitarfélagsins. Um er að ræða fullt starf. Mikilvægt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfssvið

- Umsjón, eftirlit og ábyrgð á bókhaldi Reykhólahrepps
- Umsjón með bókhaldskerfinu Navision
- Bókun reikninga og innheimta.
- Afstemmingar og önnur úrvinnsla úr fjárhagsbókhaldi
- Launaútreikningur
- Álagning fasteignagjalda
- Þátttaka í áætlunargerð
- Innra eftirlit
- Yfrumsjón með virðisaukaskattmálum
- Samskipti við endurskoðendur vegna ársreiknings sveitarfélagsins og stofnana þess
- Önnur tilfallanda verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun á sviði viðskipta eða fjármála og/eða mikil reynsla af sambærilegum störfum
- Reynsla og þekking af bókhaldskerfinu Navision er kostur
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Rík þjónustulund og góðir samstarfshæfileikar
- Nákvæm og skipulögð vinnubrögð
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Góð íslenskukunnátta
- Góð almenn tölvukunnátta

Matráður

Reykhólahreppur óskar eftir að ráða til sína matráð í mötuneyti Reykhólahrepps. Starfið er laust frá 1. apríl n.k. Mötuneytið er staðsett í Reykhólaskóla og í Barmahlíð. Um er að ræða 100% starf. Reykhólahreppur vill verða heilsueflandi sveitarfélag sem leggur áherslu á holla næringu í þeim stofnunum sem sveitarfélagið rekur. St

Starfssvið

- Ber ábyrgð á matseld, innkaupum, stjórnun og skipulagningu og framkvæmd starfsins í eldhúsum mötuneytisins.
- Fer með mannaforráð í mötuneyti,
- Sér um innkaup og pantanir á mat og hreinlætisvörum.
- Frágangur og þríf auk annarra tilfallandi starfa.
- Aðstoða við gerð fjárhagsáætlunar fyrir mötuneytið.

Hæfniskröfur

- Þekking og meðvitund um næringagildi og hollustu í matargerð.
- Hreinlæti og snyrtimennska.
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Lipurð og færni í samskiptum.
- Góð íslenskukunnátta
- Menntun á sviði matreiðslu og reynsla er kostur.

Umsjónarmaður íþróttamannvirkja

Reykhólahreppur óskar eftir að ráða til sína umsjónarmann íþróttamannvirkja, frá og með 1. apríl 2021. Um er að ræða 100% starf. Reykhólahreppur vill verða heilsueflandi sveitarfélag sem leggur áherslu á hreyfingu og félagslegt gildi samveru.

Starfssvið

- Umsjónarmaður Grettislaugar, íþróttahúss og íþróttavalla, ber ábyrgð á rekstri og daglegri stjórnun þeirra og einnig starfsmanna. Umsjónarmaður gengur vaktir og leysir af.
- Aðstoðar við fjárhagsáætlunargerð, sér um uppsetningu vaktarplana og innkaup.
- Sér um bókanir og þríf.
- Sér um minniháttar viðhald.
- Samskipti við þjónustuþega.

Hæfniskröfur

- Starfsreynsla við rekstur og stjórnun æskileg
- Iðnmenntun æskileg.
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Lipurð og færni í samskiptum, jafnt við fullorðna sem börn.
- Góð íslenskukunnátta
- Kostur ef viðkomandi hefur lokið námskeiði sundlaugarvarða.

Umsóknarfrestur er til og með 3. mars 2021. Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Umsókn skal send á skrifstofu Reykhólahrepps, Maríutröð 5a, 380 Reykhólahrepp eða á netfangið skrifstofa@reykhohlahreppur.is. Nánari upplýsingar um starfið veitir Ingibjörg Birna Erlingsdóttir í síma 430-3200 eða á netfangið sveitarstjori@reykhohlar.is

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Sambands Íslenskra Sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.



Viltu taka þátt í að skapa öfluga atvinnu- og virknimiðlun Reykjavíkurborgar?

Reykjavíkurborg leitar að leiðtoga og sérfræðingum í tímabundin störf við nýja atvinnu- og virknimiðlun borgarinnar og ótímabundið starf teymisstjóra við nýtt Virkniús velferðarsviðs.

Atvinnu- og virknimiðlun hefur það markmið að fjölga ráðningum tímabundið hjá Reykjavíkurborg í samvinnu við Vinnumálastofnun og velferðarsvið Reykjavíkurborgar og veita fleiri einstaklingum kost á vinnu og virkni. Ráðgert er að ráðið verði í a.m.k. 300 störf. Sérstök áhersla er lögð á að aðstoða fólk af erlendum uppruna og við hvetjum fólk sérstaklega með fjölbreyttan menningarlegan bakgrunn og af öllum kynjum til að sækja um störf.

Virkniús er ný og spennandi starfseining þar sem haldið verður utan um virkniverkefni á vegum velferðarsviðs, s.s. Kvennasmiðju, Karlasmíðju, Grettistak, Tinnu og IPS. Lögð er rík áhersla á nýsköpun og þróunarstarf. Virkniúsið ber ábyrgð á tengslum og samningum við félagasamtök og aðra aðila sem bjóða upp á virkniúrræði.

Stjórnandi atvinnu- og virknimiðlunar

Teymistjóri Virkniúss

Sérfræðingur í virknimiðlun

Sérfræðingur í atvinnumiðlun

Nánari upplýsingar um störf er að finna á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is/storf

Sölumaður í fagverslun

Rafkaup óskar eftir að ráða starfsmann í fagverslun.

Leitum að jákvæðum og metnaðarfullum einstaklingi til að bætast í hóp öflugra starfsmanna í heildsölu fyrirtækisins. Starfið felst aðallega í þjónustu og sölu til rafvirkja, rafverktaka, byggingaraðila og hönnuða.

Hæfniskröfur:

- Iðn- eða tæknimenntun sem nýtist í starfi
- Þekking á rafmagnsvörum og lýsingabúnaði
- Góð íslensku- og enskukunnátta skilyrði

Einungis reyklusir einstaklingar eldri en 25 ára koma til greina og þarf viðkomandi að hafa hreint sakavottorð. Umsókn ásamt ferilskrá skal senda á atvinna@rafkaup.is fyrir 8. mars 2021

Rafkaup

Ármúla 24 • rafkaup.is



Hæstiréttur Íslands

Við Hæstarétt er laust til umsóknar embætti skrifstofustjóra réttarins. Embættið verður veitt frá 1. ágúst n.k. en gert er ráð fyrir að viðkomandi geti hafið störf fyrir eftir nánara samkomulagi.

Skrifstofustjóri stýrir daglegum rekstri í umboði forseta Hæstaréttar og ber ábyrgð á að stefnumarkandi ákvörðunum sé hrint í framkvæmd.

Viðkomandi mun vinna að innleiðingu á rafrænni málsmeðferð auk annarra breytinga er lúta að tæknimálum og stafrænni þróun sem framundan eru.

Leitað er eftir kraftmiklum og drífandi einstaklingi með áhuga á starfsemi dómstólsins, innleiðingu nýjunga og vilja og getu til að ná árangri í starfi með samvinnu og liðsheild að leiðarljósi.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Embættispróf í lögfræði eða grunnnám ásamt meistaraþrófi í lögum.
- Þekking á rekstri og starfsemi dómstóla.
- Þekking á sviði réttarfars og stjórnsýslu.
- Góð tölvu- og tæknipekking.
- Þekking eða reynsla af verkefnastjórnun er kostur.
- Góð leiðtoga- og samskiptafærni.
- Jákvæð og lausnamiðuð viðhorf, þjónustulund og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Skipulagshæfni, fagleg og sjálfstæð vinnubrögð.
- Færni í að miðla upplýsingum í máli og myndum.
- Þekking á skjalavörslu er kostur.
- Góð færni í íslensku, ensku og einu Norðurlandamáli.

Forseti Hæstaréttar skipar í embætti til fimm ára. Laun og starfskjör skrifstofustjóra fara eftir ákvörðun stjórnar dómstólasýslunnar.

Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir kröfur sem gerðar eru. Umsóknir skulu berast á netfangið haestirettur@haestirettur.is

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun í embættið liggur fyrir.

Nánari upplýsingar veitir Benedikt Bogason, forseti Hæstaréttar, en netfang hans er benedikt@haestirettur.is

Umsóknarfrestur er til og með 15. mars 2021

Spennandi störf og tækifæri hjá Securitas



Securitas er leiðandi fyrirtæki á öryggismarkaði sem kappkostar við að veita framúrskarandi þjónustu með það að markmiði að auka öryggi viðskiptavina. Securitas hefur verið starfrækt í yfir 40 ár og hefur á þeim tíma ávallt haft það að leiðarljósi að vinna eftir gildunum árvekni, heiðarleika og hjálpssemi.

Forritari

Við leitum að hugmyndaríkum forritara til að taka þátt með okkur í spennandi vegferð til stafrænnar framtíðar. Um er að ræða fjölbreytt verkefni á sviði hugbúnaðarþróunar og reksturs upplýsingakerfa með öflugum teymi sérfræðinga upplýsingatæknideildar.

Starfið felur í sér:

- Hönnun og þróun hugbúnaðalausna
- Þarfagreiningu, forritun og viðhaldi hugbúnaðakerfa
- Verkefnastýringu og aðstoð við innleiðingu verkefna
- Þjónustu við notendur

Við leitum að einstaklingi:

- Með háskólapróf í tölvunarfræði eða hugbúnaðarverkfræði
- Með a.m.k tveggja ára reynslu af forritun
- Með góða þekkingu á .NET og MS SQL
- Með þekkingu á samþættingum á mótí REST vefþjónustum
- Reynsla af Salesforce eða öðru CRM kerfi er kostur
- Reynsla af DevOps og Azure er kostur

Nánari upplýsingar veitir Guðmundur Rafn Gylfason, deildarstjóri upplýsingatækni, 580-7000

Vörustjóri

Við leitum eftir drifandi einstaklingi í starf vörustjóra í öflugum teymi vörustýringar hjá Securitas. Í boði er spennandi starf í krefjandi umhverfi þar sem unnið er náið með viðskiptavinum.

Starfið felur í sér:

- Vinnu með teymi vörustjóra við þróun vöru, þjónustu og sölu
- Viðskiptagreiningar á núverandi og nýjum vörum
- Að vinna vöru frá hugmynd til enda afurðar
- Samskipti við birgja
- Vinnu við stöðugar umbætur
- Framsetningu kynningarefnis, sölu- og þjónustuleiðbeininga

Við leitum að einstaklingi:

- Með háskólamenntun sem nýtist í starfið
- Með reynslu af vörustýringu og þróun vöru
- Með reynslu af greiningum og skilning á rekstri
- Með framúrskarandi samskiptahæfileikar, jákvætt viðmót og lausnamiðaða hugsun
- Með þekkingu og reynslu af aðferðafræði CRM
- Sem sýnir frumkvæði og árangursdrifni

Nánari upplýsingar veitir Hlynur Rúnarsson, deildarstjóri vörustýringar, 580-7000

Deildarstjóri

Við leitum að kraftmiklum og drifandi einstaklingi til að leiða nýja deild sem sérhæfir sig í uppsetningu á 160 þúsund snjallmælum á þjónustusvæði Veitna. Viðkomandi þarf að vera lausnamiðaður og búa yfir frumkvæðishugsun ásamt því að hafa brennandi áhuga á þjónustu.

Starfið felur í sér:

- Umsjón, rekstur og ábyrgð á verkefnum deildarinnar
- Stýring á uppsetningu mæla og vinnslu eftir gæðastöðlum
- Samskipti við verkkaupa og uppbygging viðskiptatengsla
- Tryggja framúrskarandi þjónustustig til viðskiptavina
- Þátttaka í umbótaverkefnum innan félagsins

Við leitum að einstaklingi:

- Með reynslu og hæfileika á sviði stjórnunar og reksturs
- Með menntun sem nýtist í starfi
- Sem er skipulagður, framsýnn og árangursdrifinn
- Sem býr yfir leiðtogaþæfileikum og snerpu
- Með áhuga á hugbúnaðarlausnum og stafrænni vegferð
- Með metnað og áhuga á að leiða nýtt teymi í nýjum verkefnum

Nánari upplýsingar veitir Erik R. Yeoman, framkvæmdastjóri tæknisviðs, 580-7000

Sótt er um á www.securitas.is

Umsóknafrestur er til og með 2.mars 2021

Störfin henta öllum kynjum, hreint sakavottorð er skilyrði.

Securitas er skemmtilegur og lifandi vinnustaður sem veitir starfsfólki tækifæri til starfsþróunnar. Við leggjum áherslu á liðsheild, góðan starfsanda og sjálfstæð vinnubrögð. Ef þú ert metnaðarfull, hress og lífsglöð manneskja sem vilt vinna í skemmtilegu umhverfi þá erum við að leita að þér.

Skeifan 8
108 Reykjavík
580-7000
www.securitas.is



Tilkynning um kosningu umboðsmanns Alþingis

Forsætisnefnd Alþingis mun fyrir lok aprílmánaðar nk. gera tillögu til Alþingis um einstakling til að gegna embætti umboðsmanns Alþingis og verður hann kjörinn á þingfund, sbr. 1. gr. 1. nr. 85/1997, um umboðsmann Alþingis. Alþingi kys umboðsmann Alþingis til fjögurra ára í senn.

Umboðsmaður Alþingis skal uppfylla skilyrði laga til að mega gegna embætti hæstaréttardómara og má ekki vera alþingismaður. Þeir sem áhuga kunna að hafa á að gegna embættinu, og uppfylla áðurgreind skilyrði, skulu senda Alþingi erindi þar um ásamt ítarlegum upplýsingum um menntun og fyrri störf. Einnig geta þeir sem vilja koma með ábendingar um einstaklinga í embættið komið slíku á framfæri við Alþingi. Erindi skulu berast Alþingi með rafrænum hætti á netfangið kosningumboðsmanns@althingi.is fyrir miðnætti fimmtudaginn 18. mars nk.

Umboðsmaður Alþingis starfar á vegum Alþingis. Hann er trúnaðarmaður þess og hefur í umboði Alþingis eftirlit með stjórnslu ríkis og sveitarfélaga og skal tryggja rétt borgaranna gagnvart stjórnvöldum landsins. Umboðsmaður Alþingis er í störfum sínum óháður fyrirmælum frá öðrum, þar með töldu Alþingi.

Forsætisnefnd Alþingis ákveður samkvæmt lögum laun umboðsmanns Alþingis, en að öðru leyti skal umboðsmaður njóta kjara hæstaréttardómara.

Forsætisnefnd Alþingis.



HJARTAVERND

Gagnasérfræðingur

Hjartavernd óskar eftir að ráða sérfræðing til að starfa við gagnagrunna vísindarannsóknna.

Helstu verkefni

- Samtenging gagna og SQL fyrirspurnir
- Uppsetning á gagnasettum og útleiðsla á breytum fyrir vísindarannsóknir
- Samskipti við innlenda og erlenda samstarfsaðila vegna gagna
- Lýsandi tölfærni og eftir þörfum aðhvarfsgreiningar

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í raunvísindum / verkfræði eða skyldum greinum
- Reynsla af vinnu með stór gagnasöfn
- Góð þekking á gagnagrunnum og fyrirspurnamáli (SQL)
- Þekking á tölfærni og tölfærni (R, Stata, SAS)
- Þekking á heilbrigðisgögnum og vísindarannsóknnum er kostur
- Góð almenn tölvufærni
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Lipurð í mannlegum samskiptum
- Gott vald á íslensku og ensku

Um Hjartavernd

Landssamtök Hjartaverndar voru stofnuð árið 1964. Rannsóknarstöð Hjartaverndar hóf starfsemi sína þremur árum síðar eða árið 1967 með mjög viðtækri faraldsfræðilegri rannsókn, Hóprannsókn Hjartaverndar, þar sem áhersla er lögð á að finna helstu áhættuþætti hjarta- og æðasjúkdóma meðal Íslendinga. Innköllun í rannsóknina stóð yfir í meira en 40 ár og hefur náð til rúmlega þrjátíu þúsund Íslendinga. Margar nýjar rannsóknir hafa tengst henni. Þessar rannsóknir eru grundvöllur þekkingar héraðs á helstu áhættuþáttum kransæðasjúkdóma. Hjartavernd hefur frá upphafi lagt áherslu á að koma niðurstöðum úr rannsóknnum sínum til almennings og heilbrigðisstarfsfólks.

Unnið er að ýmsum verkefnum og mikið og gott samstarf er við aðrar stofnanir og rannsóknarstöðvar út um allan heim. Mikill fjöldi vísindagreina hefur verið birtur um rannsóknir Hjartaverndar.

Umsóknarfrestur er til og með 12. mars 2021. Umsóknnum skal skilað til Hjartaverndar, Holtasmára 1 201 Kópavogi merkt **Gagnasérfræðingur** eða á netfangið atvinna@hjarta.is



FJÖLMIÐLANEFND

Hefur þú tekið eftir öllum þeim breytingum sem orðið hafa með tilkomu nýrra miðla og nýrrar tækni?

Hefur þú velt fyrir þér samfélagsmiðlanotkun barna og ungmennta og áhrifum samfélagsmiðla á þennan aldurshóp?

Hefur þú áhuga á því að stuðla að aukinni þekkingu og færni ólíkra aldurshópa í notkun stafrænna miðla með það að markmiði að styrkja lýðræðið?

Verkefnisstjóri – Fjölmiðlanefnd

Fjölmiðlanefnd leitar að öflugum einstaklingi sem getur unnið að gerð nýrrar miðla- og upplýsingalæsisstefnu, ásamt framkvæmdaáætlun. Starfið felst annars vegar í stefnumótunarvinnu og hins vegar í verkefnisstjórn til að fylgja stefnumálum eftir. Markmiðið er að ná til fólks á öllum aldri með það að markmiði að auka færni þess í að nota samfélagsmiðla og leitarvélur og að vera gagnrýnið á það hvaðan upplýsingar koma.

Fjölmiðlanefnd er sjálfstæð stjórnslunefnd sem hefur m.a. annars það hlutverk að stuðla að auknu miðla- og upplýsingalæsi meðal almennings. Nefndin er að ýta nýjum verkefnum úr vör, bæði á grundvelli nýrrar Evróputilskipunar og vegna öflugrar Norðurlandasamvinnu fjölmiðlanefnda.

Starfssvið:

- Að vinna miðla- og upplýsingalæsisstefnu og fylgja henni eftir.
- Að vinna framkvæmdaáætlun sem byggir á stefnunni.
- Að hafa umsjón með reglulegum könnunum til að kanna færni og þekkingu barna og ungmenna annars vegar og fullorðinna hins vegar til að nýta samfélagsmiðla, leitarvélur og þekkja falsfréttir þegar þær birtast.
- Að byggja upp tengslanet og leiða samstarf þeirra aðila sem koma með einum eða öðrum hætti að miðla- og upplýsingalæsi hér á landi.
- Að hafa frumkvæði að nýjum verkefnum til að efla færni og þekkingu almennings.
- Samskipti við stjórnslu og aðra hagaðila.
- Virk þátttaka í norrænu og evrópsku samstarfi

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Mjög gott vald á íslensku og færni til að rita vandaðan texta er skilyrði.
- Reynsla af stefnumótun og verkefnastjórnun er kostur.
- Góð enskukunnátta er skilyrði og kunnátta í einu Norðurlandamáli er kostur.
- Þekking á miðla- og upplýsingalæsi (e. media and information literacy) er kostur.
- Framúrskarandi samskipta- og skipulagshæfileikar.
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Sjálfstæði, nákvæmni og ögun í vinnubrögðum.

Frekari upplýsingar um starfið:

Um starfskjör starfsmanna fjölmiðlanefndar fer eftir gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra hefur gert við viðkomandi stéttarfélag. Um er að ræða krefjandi starf sem reynir á frumkvæði og sjálfstæði. Í boði er starf í síbreytilegu og spennandi umhverfi.

Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá, ásamt prófskírteini og kynningarbréfi þar sem umsækjandi rökstyður hæfni sína í starfið.

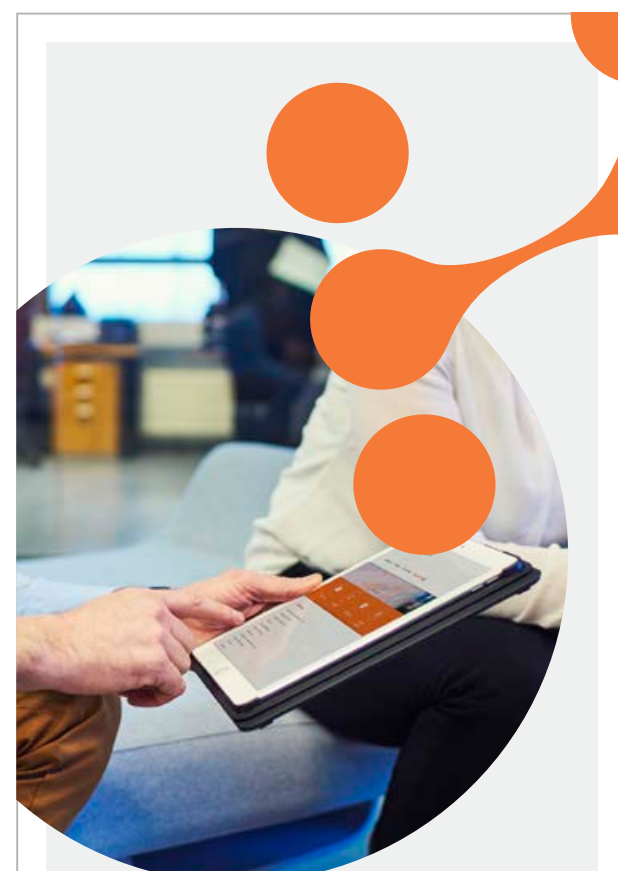
Öllum umsóknnum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Fjölmiðlanefnd áskilur sér rétt til að hafna öllum umsóknnum. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfshlutfall er 100%.

Umsóknarfrestur er til og með 8. mars 2021. Senda skal umsóknir ásamt fylgigögnum til fjölmiðlanefndar á netfangið: postur@fjolmidlanefnd.is merkt „**Verkefnisstjóri**“.

Nánari upplýsingar veitir:

Elfa Yr Gylfadóttir, framkvæmdastjóri í síma 415 0415 og elfa@fjolmidlanefnd.is



Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

 **HAGVANGUR**
hagvangur.is



Við leitum að drífandi rafmagnsverkfræðingi, rafmagnstæknifræðingi eða rafmagnsiðnfræðingi.

Starfið er fjölbreytt og þarf viðkomandi að geta unnið við hönnun, teikningu og samsetningu á mælabúnaði. Að auki þarf að fylgja verkefnum úr húsi með uppsetningu og prófunum.

Við hvetjum jafnt einstaklinga með reynslu sem og nýútskrifaða til þess að sækja um. Nánari upplýsingar veitir hallur@vista.is

→ Tekið er á móti umsóknum á vista@vista.is
Umsóknarfrestur er til 8. mars og verður fyllsta trúnaðar gætt.

Vista er leiðandi í orkueftirliti og sjálfvirkum mælikerfum. Meðal helstu viðskiptavina stofunnar má nefna Veðurstofu Íslands, Reykjavíkurborg, Landsvirkjun, Kópavogsbæ, Garðabæ, Seltjarnarnes og Mosfellsbæ.

Nánar um nýjustu verkefni okkar á vista.is



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 viðskiptavinum til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

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

intellecta



Sjúkráþjálfari

Laus er til umsóknar staða sjúkráþjálfara á Reykjalundi. Um fullt starf eða hlutastarf er að ræða og er staðan laus strax eða samkvæmt nánara samkomulagi.

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

Hæfniskröfur:

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

Laun greiddast samkvæmt kjarasamningi Félags sjúkráþjálfara og fjármálaráðherra auk stofnanasamnings Félags sjúkráþjálfara og Reykjalundar.

Upplýsingar um starfið veitir Ásdís Kristjánsdóttir, forstöðusjúkráþjálfari í síma 585 2160 eða í gegnum netfangið asdiskri@reykjalundur.is og Guðbjörg Gunnarsdóttir mannauðsstjóri í síma 585 2143 eða í gegnum netfangið guðbjorg@reykjalundur.is

Umsóknarfrestur er til 14. mars 2021.

Umsóknarform og upplýsingar um Reykjalund má finna á heimasíðu Reykjalundar www.reykjalundur.is

FLÖTVAKI

Flotvaki leitar að laghentum einstaklingi sem býr yfir þjónustulund og hefur jákvætt hugarfar

Starfið felur í sér er vinnu við útkallapjónustu vegna vatnstjóna ásamt öðrum tengdum og tilfallandi verkefnum. Inni og útvinnna.

Vinnutími er virka daga frá 08:00 – 17:00 auk bakvakta. Starfstöð við Auðbrekku 1 Kópavogi.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Reynsla sem nýtist í starfi
- Lönnmenntun er kostur
- Rík þjónustulund og hæfni í mannlegum samskiptum
- Stundvísi, jákvæðni og heiðarleiki í starfi
- Meirapróf er kostur

Nánari upplýsingar í síma 897-8960 Valdimar. Eða netfang vordufell@vordufell.is

Flotvaki ehf er dótturfélag Vörðufells ehf og mikið samstarf er á milli félaganna. Starfsmenn félaganna eru samtals um 25 og reka öflugt starfsmannafélag. Næg verkefni eru framundan. Lögð er rík áhersla á símenntun og byður fyrirtækið upp á góðan aðbúnað.



Starfsfólk í ræstingu

Skrifstofa Alþingis auglýsir eftir starfsfólki í ræstingu í fullt starf. Sjá nánari upplýsingar á starfatorg.is



MAINTENANCE ASSISTANT

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Maintenance Assistant lausa til umsóknar.

Umsóknarfrestur er til og með **7. mars 2021**.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: <https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/> Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Maintenance Assistant. The closing date for this position is **March 7, 2021**. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page: <https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/> Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)

Slökkviliðsstjóri

Fjarðabyggð auglýsir laust til umsóknar starf slökkviliðstjóra. Um er að ræða 100% starf, auk bakvakta, með starfstöð á slökkvistöðinni á Hrauni á Reyðarfirði. Slökkvilið Fjarðabyggðar er með 5 starfsstöðvar þar sem atvinnulið starfar samhliða hlutastarfandi slökkviliðs- og sjúkraflutningamönnum.

Helstu verkefni eru:

- Rekstur slökkviliðs og dagleg stjórnun starfsstöðva slökkviliðs Fjarðabyggðar.
- Leiðir faglegt starf slökkviliðsins og ber ábyrgð á að starfsemi sé í samræmi við lög og reglugerðir.
- Stýrir úttekum, eldvarnareftirliti og stjórnun aðgerða.
- Ábyrgð á gerð samninga um þjónustu slökkviliðs í Fjarðabyggð í samráði við bæjarstjóra.
- Ber ábyrgð á skipulagi þjálfunar og stýrir þjálfun slökkviliðsins.
- Ber ábyrgð á og skipuleggur slökkvistarf utanhúss, annast vatnsöflun, reyklosun og dælingu.
- Umsjón og eftirlit með búnaði almannavarna í Fjarðabyggð og samskipti við viðbragðsaðila vegna almannavarna. Situr aðgerðarstjórn almannavarna.
- Upplýsingagjöf og ráðgjöf til fyrirtækja og stofnana í sveitarfélaginu um lög, reglugerðir og stjórnvaldsfyrirmæli varðandi eldvarnir og öryggi.
- Ábyrgð á gerð fjárhagsáætlunar og eftirliti með útgjöldum slökkviliðs og þeim hluta almannavarna sem tilheyrir Fjarðabyggð.
- Slökkviliðsstjóri starfar samkvæmt lögum nr. 75/2000.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Uppfylla skilyrði reglugerðar nr. 792/2001 um menntun, réttindi og skyldur slökkviliðsmanna og laga nr. 75/2000 um brunamál.
- Vera með löggildingu sem slökkviliðsmaður og sjúkraflutningamaður.
- Farsæl reynsla af stjórnun slökkviliðs er áskilin.
- Leiðtogahæfni, drifkraftur og fagmennska.
- Jákvætt viðhorf og mjög góð samskiptafærni.
- Skipulagshæfni, sjálfstæð og öguð vinnubrögð.
- Færni til að koma frá sér efni í ræðu og riti, bæði á íslensku og ensku.

Leitað er að einstakling með brennandi áhuga fyrir starfi sem fer fram í fjölkjarna sveitarfélagi með áherslur bæjarfélagsins í þróun þessara mála að leiðarljósi.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum sveitarfélagsins við viðkomandi stéttarfélag. Öll kyn eru hvött til að sækja um stöðuna.

Umsókn um starfið skal fylgja starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 4. mars 2021 en æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Allar frekari upplýsingar veitir Jón Björn Hákonarson bæjarstjóri, í síma 470 9000 eða á netfanginu jon.b.hakonarson@fjardabyggd.is.

Fjarðabyggð er það sveitarfélag sem austast liggur á landinu og það fjölmennasta af sveitarfélögunum á Austurlandi, með um 5100 íbúa.

Fjarðabyggð varð til við samruna 14 sveitarfélaga sem fór fram í nokkrum áföngum á árunum 1988 til 2018, og er því eitt af yngri sveitarfélögum landsins.

Mikil gróska hefur einkennt vöxt sveitarfélagsins og þar er m.a. að finna fjölmörg tækifæri til útivistar í stórbrotinni náttúru auk lífandi menningar og fjölbreytts mannlífs.

Þú ert á góðum stað eru kjörorð sveitarfélagsins.



Fjarðabyggð leitar að fólki á öllum aldri, af öllum kynjum, með margs konar menntun og reynslu. Í samræmi við jafnréttisáætlun Fjarðabyggðar eru öll kyn hvött til að sækja um störf hjá sveitarfélaginu.

Umsóknir um starfið berist í gegnum ráðningarvef Fjarðabyggðar <https://starf.fjardabyggd.is/storf/> ásamt ferilsskrá og kynningarbréfi.



HJARTAVERND

Postdoc

The Icelandic Heart Association (IHA) is seeking a motivated postdoctoral research scientist with expertise in computational biology.

The IHA has established a number of population-based studies, the AGES-Reykjavik cohort being the best recognized which is one of the founding cohorts of the Cohorts for Heart and Aging Research in Genomic Epidemiology (CHARGE) Consortium. Our research is focused on identifying genetic and environmental factors that influence the risk of common diseases.

The position is funded for two years. The candidate will work on a NIH R01 funded project on Alzheimer's disease. The project will involve the analysis of large-scale proteomics, genetics and detailed longitudinal phenotypic information, including cognitive tests and imaging. The ideal candidate will have the following qualifications:

- PhD in bioinformatics, computational biology, statistical genetics or other relevant area
- Skills in analyzing large datasets and proficiency in programming (e.g. R/Python/Perl)
- Publication record within bioinformatics, genomics, and/or genetics
- Ability to work independently but also collaborate within the group and with external collaborators
- Excellent written and spoken English

The projects will take place within a vibrant scientific environment within the Biomedical Center at the University of Iceland (<http://lifvisindi.hi.is>). The BMC is an official collaboration between research groups working in biomedical molecular life sciences within the University, the University Hospital, Reykjavik University and other research institutions in Iceland. It includes over 70 Principal Investigators and over hundred graduate students and postdocs. The graduate program will take place in Reykjavik, Iceland, which is a safe, beautiful and a fun place to live and work.

Interested candidates should send a CV and cover letter to Hjartavernd, Holtasmára 1, 201 Kópavogi or send to atvinna@hjarta.is

Útboð



Ný útboð í auglýsingu

Sópun í Hafnarfirði 2021-24

Áætlað magn per ár 300.000 l^m í götu og 120.000 l^m af stígum

Vegmerking í Hafnarfirði 2021-24

Áætlað magn er 1.000 m²

Nánar á:
hafnarfjordur.is



ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- Snorrabraut – Borgartún – áfangi 2, gatnagerð og lagnir, útboð nr. 15112
- Funaborg – Skógarhús. Uppbygging og fullnaðarfrágangur, útboð 15100

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



Reykjavíkurborg

Innkaupaskrifstofa

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík

Sími 411 1111

Netfang: utbod@reykjavik.is



SELTJARNARNESBÆR

SKIPULAGSAUGLÝSING

Bæjarstjórn Seltjarnarnesbæjar samþykkti á 922. fundi sínum, þann 13. janúar 2021, að auglýsa tillögu um breytingu á Aðalskipulagi Seltjarnarnes 2015-2033 í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Tillagan felur í sér breytta landnotkun á svæði vestan Bygggarða, þar sem Ráðagerði stendur. Þar er fyrirhuguð veitingasala og gert ráð fyrir auknum bílastæðum.

Tillagan er aðgengileg á vef sveitarfélagsins www.seltjarnarnes.is og liggur frammi á bæjar-skrifstofu Seltjarnarnesbæjar, Austurströnd 2, Seltjarnarnesi. Eru allir íbúar og hagsmunaaðilar hvattir til að kynna sér efni hennar.

Þeir sem vilja gera athugasemdir við efni tillögunnar geta sent skriflega athugasemd á netfangið postur@seltjarnarnes.is eða í bréfpósti á bæjar-skrifstofu Seltjarnarnesbæjar, Austurströnd 2, Seltjarnarnesi. Frestur til að skila inn athugasemdum rennur út 18. apríl 2021.

**Skipulags- og byggingarfulltrúi
á Seltjarnarnesi,
Einar Már Steingrímsson.**



EYJAFJARDARSVEIT

Skrifstofa: Skólatróð 9 · 605 Akureyri
Sími: 463 0600 · www.eyjafjardarsveit.is

Ytri-Varðgjá, Eyjafjardarsveit – tillaga að aðalskipulagsbreytingu og deiliskipulagi fyrir baðstað

Sveitarstjórn Eyjafjardarsveitar samþykkti á fundi sínum þann 14. janúar 2021 að auglýsa tillögu að aðalskipulagsbreytingu og deiliskipulagi fyrir baðstað í Vaðlareit í landi Ytri-Varðgjár í Eyjafjardarsveit skv. 1. mgr. 31. gr. og 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Skipulagssvæðið er um 2,6 ha að flatarmáli og er í gildandi aðalskipulagi sveitarfélagsins skilgreint sem skógræktarsvæði og opið svæði OP5, en verður skv. skipulagstillögu skilgreint sem verslunar- og þjónustusvæði. Ráðgert er að á svæðinu rísi baðstaður alls um 1200 fm að stærð með veggghæð að hámarki 6,5 m. Þar að auki er gert ráð fyrir um 500 fm baðlaugum utandyra, aðstöðu fyrir gufubað auk bílastæðis og aðkomuvegar.

Skipulagstillagan mun liggja frammi á sveitarskrifstofu Eyjafjardarsveitar milli 26. febrúar og 9. apríl 2021 og verður einnig aðgengileg á heimasíðu sveitarfélagsins, esveit.is. Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við skipulagstillöguna til föstudagsins 9. apríl 2021. Athugasemdir skulu vera skriflegar og skulu berast á sveitarskrifstofu Eyjafjardarsveitar, Skólatróð 9 Hrafnagilshverfi, 605 Akureyri, eða í tölvupósti á netfangið sbe@sbe.is.

Skipulags- og byggingarfulltrúi



Mat á umhverfisáhrifum

Álit Skipulagsstofnunar

Sjókvíaelði Arnarlax í Ísafjarðardjúpi Framleiðsla á 10.000 tonnnum af laxi á ári

Skipulagsstofnun hefur gefið álit sitt um mat á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Álitid liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík. Álitid og matsskýrslu Arnarlax er einnig að finna á vef stofnunarinnar www.skiplag.is.

Auglýsing um skipulag - Borgarbyggð

Í samræmi við 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér með auglýstar tillögur að nýju deiliskipulagi í Borgarbyggð.

Deiliskipulag Munaðarnes – Engjaás.

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 4. apríl 2020 að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi í Engjaási, Munaðarnesi í Borgarbyggð.

Deiliskipulagið er í landi Munaðarness og tekur til 1,8 ha svæðis. Innan þess eru skilgreindar tvær frístundalóðir. Aðkoma að lóðum verður um Kýrhóltsás sem tengist heimreið að Munaðarnesi (5294). Ætlunin er að skapa ramma um heildstæða og vistvæna frístundabyggð tveggja lóða og að landnýting sé eins hagkvæm og kostur er.

Deiliskipulag íbúðarhúsa og frístundahúsa úr landi Mels í Borgarbyggð.

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 10. september 2020 auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi fyrir íbúðar- og frístundahús í landi Mels í Borgarbyggð. Deiliskipulagið er í landi Mels og tekur til íbúðar-svæðis I5 og frístundabyggðar F131 auk opins svæðis. Innan íbúðarsvæðis eru skilgreindar þrjár lóðir, þegar byggðar, hver lóð yfir 2,5 ha að flatarmáli og sex frístundalóðir rúmlega 1,3 ha að flatarmáli, hver lóð.

Nes í Reykholtssdal.

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 10. september 2020 að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi í landi Ness. Deiliskipulagið tekur til fjögurra lóða fyrir smábýli úr landi Ness og heita lóðirnar Hringanes 1-4. Allar lóðirnar eru yfir 1 ha að stærð og eru ætlaðar börnum ábúandans.

Deiliskipulag golfvallar, íbúðarhúsaloða og frístundalóða Nesi, Reykholtssdal.

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 10. september 2020 að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi í landi Ness. Deiliskipulagið tekur til 20 ha svæðis og gerir grein fyrir 6 frístundahúsum (F109) og 9 holu golfvelli (O29). Gert er ráð fyrir 2 íbúðarhúsaloðum og 2 lóðum fyrir frístundahús.

Deiliskipulag útleiguhúsa í landi Steðja í Borgarbyggð.

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 8. október 2020 að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi í landi Steðja. Deiliskipulagið er í landi Steðja og tekur til nýrrar lóðar þar sem skilgreindir eru fjórir byggingarreitir. Heildarstærð nýrrar lóðar verður 3.970 m². Heimilt verður að byggja útleiguhús til ferðaþjónustu í tengslum við núverandi starfsemi á jörðinni. Aðkoma að húsunum verður um veginn Steðja (5160) sem tengist Borgarfjarðarbraut (50).

Ofangreindar deiliskipulagstillögur eru aðgengilegar á heimasíðu Borgarbyggðar www.borgarbyggd.is frá 27. febrúar 2021 til og með 10. apríl 2021. Ef óskað er eftir nánari kynningu á ofangreindum tillögum þarf að panta tíma hjá skipulagsfulltrúa.

Hverjum þeim aðila sem telur sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemd við auglýstar skipulagstillögur og er frestur til að skila inn athugasemdum til og með 10. apríl 2021. Athugasemdum skal skila skriflega í Ráðhús Borgarbyggðar, Borgarbraut 14, 310 Borgarnesi, b.t. skipulagsfulltrúa eða á netfangið skipulagsfulltrui@borgarbyggd.is.

Borgarbyggð, 27. febrúar 2021.
Skipulagsfulltrúi Borgarbyggðar.



BORGARBYGGÐ

www.borgarbyggd.is



EFLA

Útboð

LJÓSLÉIÐARVÆÐING DREIFBÝLIS
VESTMANNAEYJABÆJAR

EFLA verkfræðistofa óskar eftir tilboðum í blástur og tengingar ljósleiðarastrengja fyrir hönd Vestmannaeyjabæjar. Verklök eru eigi síðar en 1. júní 2021.

Verkið felur í sér að blása ljósleiðarastrengi í fyrirbyggjandi ljósleiðararör frá dreifistöð kerfisins inn á heimili og fyrirtæki í dreifbýli Vestmannaeyjabæjar. Einnig setja upp tengi- og inntaksbox, ganga frá inntökum, tengja í inntaksboxi húsa, tengiskápum, dreifistöðvum og á öðrum tengistöðum, setja upp skáp í dreifistöð og framkvæma mælingar á ljósleiðurum eftir blástur og tengingar.

Helstu magntölur eru:

- Blástur ljósleiðarastrengja 15 km
- Fjöldi tenginga 567 stk
- Fjöldi inntaksboxa 43 stk
- Fjöldi dreifistöðva 1 stk

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með mánudeginum 1. mars 2021. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Kristinn Hauksson með tölvupósti, kristinn.hauksson@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila til EFLU, Lynghálsi 4, 110 Reykjavík fyrir kl. 11:00 mánudaginn 15. mars 2021, en þá verða þau opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

EFLA VERKFRÆÐISTOFA
☎412 6000 ✉efla@efla.is 🌐 www.efla.is



Sjö þróunarreitir lausir til umsóknar

Hafnarfjarðarbær óskar eftir þróunar- aðilum til að taka þátt í áframhaldandi þróun í Hamranesi. Um er að ræða 7 þróunarreitir fyrir um 60 íbúðir á hverjum reit á austursvæðinu, sunnan Hringhamars.

Skilafrestur umsókna er til og með 8. mars 2021

Umsækjendur þurfa að sýna fram á fjárhagslega getu, yfirlit yfir fyrri verk og nýjungar í sínum verkefnum. Sótt er um lóðirnar á [Mínum síðum á hafnarfjordur.is](http://Minum síðum á hafnarfjordur.is).

Nánari upplýsingar á: lausarlodir.is



Styrkir til grunnnáms í listdansi

Mennta- og menningarmálaráðuneytið auglýsir eftir umsóknum um rekstrarstyrki vegna grunnnáms listdanskóla fyrir árið 2021.

Styrkjunum er ætlað að efla framboð grunnnáms í listdansi. Þeir skólar sem geta sótt um styrk þurfa að kenna listdans samkvæmt aðalnámskrá fyrir listdanskóla. Heildarstyrkfjárhæð er 14,6 m.kr. sem mun skiptast niður eftir heildarfjölda nemenda þeirra skóla sem sækja um styrk og uppfylla fyrrgreint skilyrði.

Með umsókn skal fylgja greinargerð um fyrirkomulag og aðstöðu til kennslu, fjölda nemenda í grunnnámi í listdansi, faglega getu og fjárhagslega stöðu.

Nánari leiðbeiningar um frágang umsókna eru á umsóknareyðublaði á vef ráðuneytisins, <https://www.stjornarradid.is/default.aspx?PageID=85d659da-dcc9-11e6-9409-005056bc4d74>

Umsóknir sendist á netfangið mrn@mrn.is og er umsóknarfrestur til og með **19. mars 2021**.

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið

ÚTBOÐ ÁLFTANES, MIÐSVÆÐI

Svæði 4 – Kumlamýri • Gatnagerð og lagnir

Garðabær, Veitur ohf, HS Veitur, Gagnaveita Reykjavíkur ehf (GR) og Míla ehf. óska eftir tilboðum í verkið: **Álftanes, Miðsvæði – Svæði 4 – Kumlamýri, Gatnagerð og lagnir**.

Verkið felst í nýbyggingu gatna, stíga og gangstétta, lagningu fráveitukerfis, ræsa og mótun ofanvatnsrása. Verktaki skal einnig annast alla vinnu við lagnir veitufyrirtækja á svæðinu.

Útboðsgögn má nálgast á vef Garðabæjar, gardabaer.is, frá og með mánudeginum 1. mars.

Tilboð verða opnuð á hjá Verkís verkfræðistofu, Ofanleiti 2, 103 Reykjavík, þriðjudaginn 16. mars 2021, kl. 14.00 og skulu tilboð send inn með rafrænum hætti.



ÚTBOÐ ÁLFTANES, MIÐSVÆÐI

Svæði 1 – Breiðamýri • Skólþælustöð

Garðabær óskar eftir tilboðum í verkið: **Álftanes, Miðsvæði, Svæði 1 – Breiðamýri – Skólþælustöð**.

Í framkvæmd er uppbygging á nýju fráveitukerfi svæðisins og er bygging skólþælustöðvar hluti af því. Ný dælustöð leysir af núverandi skólþælustöð sem verður aftengd og rifin.

Um er að ræða gröft á lausum jarðlögum ásamt losun og gröft á föstum jarðlögum, dælingu á jarðvatni, uppsteypu á dælustöð, frágang á fráveitutenginum og grjótgildrubrunni í lóð, uppsetningu búnaðar og fullnaðarfrágang á húsi og lóð.

Útboðsgögn má nálgast á vef Garðabæjar, gardabaer.is, frá og með mánudeginum 1. mars.

Tilboð verða opnuð á hjá Verkís verkfræðistofu, Ofanleiti 2, 103 Reykjavík, þriðjudaginn 16. mars 2021, kl. 14.00 og skulu tilboð send inn með rafrænum hætti.



Áskorun frá óbyggðanefnd

Fjármála- og efnahagsráðherra hefur afhent óbyggðanefnd kröfur íslenska ríkisins um þjóðlendur samkvæmt sérstakri lagaheimild nefndarinnar til að taka til meðferðar tiltekin svæði í landshlutum þar sem málsmeðferð hafði áður farið fram að ákveðnum skilyrðum uppfylltum. Um er að ræða afmörkuð svæði sem hafa ekki áður sætt þjóðlendukröfu en gögn sem aflað var við fyrri rannsókn bentu til óvissu um eignarréttindi.

Óbyggðanefnd kallar nú eftir kröfum þeirra sem kunna að eiga öndverðra hagsmuna að gæta. Kröfulýsing ráðherra og kort eru á vefnum obyggdanefnd.is og fánleg á skrifstofu nefndarinnar. Upplýsingar um málsmeðferð og leiðbeiningar um frágang kröfulýsinga fást einnig á vefsíðu og skrifstofu óbyggðanefndar.

Skorað er á þá sem telja til eignarréttinda innan viðkomandi þjóðlendukröfusvæða íslenska ríkisins að lýsa kröfum skriflega í síðasta lagi 21. maí 2021 fyrir óbyggðanefnd, Skuggasundi 3, 101 Reykjavík, postur@obyggdanefnd.is.

Svæðin eru eftirfarandi en upplýsingar um afmörkun eru á vefsíðu óbyggðanefndar: 1. Svæði við vesturmörk Skriðuklausturs og Valþjófsstaðar; 2. nyrsti hluti Grímólfsártungu; 3. Kverkártunga; 4. svæði við norðurmörk þjóðlendunnar afréttar Torfufells, Hólsgerðis og Úlfár; 5. svæði við norðurmörk þjóðlendunnar Vaskárdals, Almennings og Bakkasels; 6. svæði við norðurmörk þjóðlendunnar Eyvindarstaðaheiðar; 7. svæði við norðurmörk þjóðlendunnar Hraunanna; 8–9. svæði við vesturmörk og norðurmörk þjóðlendunnar Skrapatunguafreitar; 10. svæði við norðurmörk þjóðlendunnar Auðkúluheiðar; 11. svæði milli Kornsár og Kleppukvíslar; 12. svæði við austurmörk Hítardals; 13. svæði við norðausturmörk Svarfhóls; 14. svæði austan og sunnan Drangajökuls.

Að lokinni rannsókn úrskurðar óbyggðanefnd um kröf- ur málsaðila. Leiði rannsóknin í ljós að einhver kunni að telja til eignarréttinda en hefur ekki lýst kröfu verður viðkomandi gefinn kostur á því en m.a. verður athugað hvort fyrri kröfugerð þykir gefa tilefni til þess.



Lyngás 1B, íb. 201 210 Garðabær **58.900.000**

OPÍÐ HÚS mánudaginn 1. mars kl. 17:30-18:00
 Herbergi: 4 Stærð: 107,3 m²

LAUS VIÐ KAUPSAMNING – Nýleg falleg og björt 4ra herb. horníbúð á 2. hæð í lyftufjölbýli ásamt stæði í bílageymslu í miðbæ Garðabæjar í göngufæri við skóla, leikskóla og þjónustukjarna. Íbúðin skiptist í forstofuhól, opna stofu og eldhús, 3 svefnherberg og bað m/innréttingu fyrir þvottaðastöðu. Harðparket á gólum.
 Upplýsingar veitir Jóhanna Kristín fasteignasali í gsm: 837 8889

Fagrihjalli 5 200 Kópavogur **134.900.000**

OPÍÐ HÚS sunnudaginn 28. feb. kl. 16:00 - 16:30
 Einbýli Herbergi: 6 Stærð: 320 m²

Mjög vel staðsett og gott einbýlishús með 2ja herbergja aukaíbúð á sér fasteignanúmeri og bílskur í rólegri götu í suðurhlíðum Kópavogs. Innréttingar eru að mestu upprunalegar en vandaðar og heillar.
- HÆGT ER AÐ KAUPA HÚSIÐ ÁN AUKA ÍBÚÐAR -
 Upplýsingar veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813

Fjarðarás 6 110 Reykjavík **119.000.000**

OPÍÐ HÚS mánudaginn 1. mars kl. 17:00 - 17:30
 Herbergi: 9 Stærð: 340,5 m²

Vel staðsett og gott einbýlishús með bílskur og auka íbúð á einum af eftirsóttari stöðum. Arþæjarinn þar sem skóli, leikskóli, íþróttamiðstöð og sundlaug eru í göngufjarlægð. Um er að ræða sérlega gott fjölskylduhús með fallegu útsýni yfir borgina. Eignin hefur fengið mjög gott viðhald. Innréttingar eru að mestu upprunalegar. 3ja herbergja aukaíbúð á neðri hæð hússins um 91,5 fm að stærð. **Uppl. veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813**

Fannborg 1 200 Kópavogur **34.900.000**

OPÍÐ HÚS mán. 1. mars kl. 17:00-17:30. Bókið skoðun
 Herbergi: 2 Stærð: 49,2 m²

Falleg og vel skipulögð 49,2fm tveggja herbergja endaíbúð á 6 hæð í góðu lyftuhúsi með frábæru útsýni. Stórar suður svalir. Eignin skiptist í forstofu, eldhús, stofu, herbergi, bað og geymslu.
 Upplýsingar veitir Helgi fasteignasali í gsm: 780 2700

Reykjavíkurvegur 27 220 Hafnarfrói **79.900.000**

BÓKID SKOÐUN Í SÍMA: 780 2700
 Herbergi: 7-8 Stærð: 154,7 m²

Mjög vel skipulegt 154,7fm einbýlishús á þremur hæðum með fallegum suð/vestru garði með heitum potti. Eignin skiptist í: forstofu, baðherbergi, þrjár stofur, eldhús, 5 svefnherbergi, þvottahús, geymslu og stórt fataherbergi/geymslu. Fallegt og vel við haldið einbýli í gamla bænum.
 Upplýsingar veitir Helgi fasteignasali í gsm: 780 2700

Vefarastræti 17 270 Mosfellsbær **57.500.000**

OPÍÐ HÚS sunnudaginn 28. feb. kl. 14:00-14:30
 Herbergi: 4 Stærð: 109,7 m² Fjölbýlishús

Glæsileg 3-4ra herbergja endaíbúð í lyftuhúsi á 2. hæð við Vefarastræti 17 í Mosfellsbæ. Íbúðinni fylgir stæði í bílageymslu. Fallegar og vel með farnar innréttingar og gólfefni.
 Upplýsingar veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813

Efstaleiti 25 104 Reykjavík **78.900.000**

OPÍÐ HÚS mán. 1. mars kl 16.30-17.00 VERIÐ VELKOMIN
 Herbergi: 4 Stærð: 105,7 m²

Glæsileg útsýnisíbúð á 6 og efstu hæð á þessum eftirsóttasta stað miðsvæðis í borginni. Um er að ræða 3-4ra herbergja íbúð með tvennum svölum ásamt stæði í bílajakallara og með 10 fm. suðursvölum og 5 fm norðursvölum. Stórkostlegt útsýni!! Íbúðin sjálf er skráð 91,9fm og skiptist í anddyri, alrými með eldhúsi, borðstofu og stofu, tvö svefnherbergi (mögulegt að bæta við 3ja herberginu stúkað af stofu) og baðherbergi með sturtu og þvottaðastöðu, auk 13,8 fm. sérgeymslu í sameign.
 Upplýsingar veitir Hafþís fasteignasali í gsm: 820 2222

Barónsstígur 31 101 Reykjavík **40.900.000**

OPÍÐ HÚS mán. 1. mars kl 17.30-18.00 VERIÐ VELKOMIN
 Herbergi: 3 Stærð: 66,6 m²

Björt og falleg 3ja herbergja risíbúð með svölum út í bakgarð í fjölbýlishúsi á þessum eftirsóttasta stað í miðborginni. Íbúðin var standsett fyrir nokkrum árum og þá voru gólfefni, gluggar, gler, ofnar og rafmagnslagnir endurnýjaðar. Hátt er til lofts að hluta og þakgluggar hleypa góðri birtu inn í eignina. Íbúðin er mjög vel staðsett þar sem stutt er í Sundhöll Reykjavíkur, Laugavegin með allri þjónustu og leik og grunnskóla.
 Upplýsingar veitir Hafþís fasteignasali í gsm: 820 2222

Efstaleiti 13, íb. 114 103 Reykjavík **69.900.000**

OPÍÐ HÚS sunnudaginn 28. feb. kl. 15:00-15:30
 Herbergi: 3 Stærð: 114,5 m²

Ný íbúð! Björt, rúmgóð og flott 3ja herbergja íbúð með verönd í suður, inn í garðinn, ásamt stæði í bílajakallara. Tilbúð til afhendingar við kaupsamning! Íbúðin er 114,5fm að stærð á 1. hæð með suður verönd, og skilast fullbúin án gólfefni.
 Upplýsingar veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813

Smyrilshlíð 1, íbúð 206 102 Reykjavík **63.900.000**

OPÍÐ HÚS mánudaginn 1. mars kl. 17.30-18.00
 Herbergi: 3 Stærð: 90 m²

Ný 3ja herbergja íbúð á annari hæð, með góðum svölum og stæði í bílageymslu í nýju lyftuhúsi og skilast fullbúin án gólfefni, með innfelldum ísskáp og uppþvottavél. Íbúðin sjálf skiptist í baðherbergi m/þvottaðastöðu, aðalrými sem er eldhús, stofa/borðstofa og 2 svefnherbergi. Vandaðar ítalskar innréttingar. **Afhending verður í lok apríl 2021.**
 Upplýsingar veitir Ragnar fasteignasali í gsm: 844 6516

Fífusel 2 109 Reykjavík **74.900.000**

OPÍÐ HÚS sunnudaginn 28. feb. kl 14.00-14.30 Vinsamlegast bókið skoðun
 Herbergi: 6 Stærð: 235,9 m²

Fjölskylduvænt endaraðhús á þremur hæðum með aukaíbúð á neðstu hæð og séringangang í við Fífusel 2 í Breiðholti. Heildarstærð eignarinnar samkvæmt þjóðskrá er 235,9 fm sem skiptist þannig í fimm svefnherbergi, þrjár stofur, tvö baðherbergi, tvö eldhús, þvottahús og geymslu.
 Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580

Vatnsstígur 19 101 Reykjavík **64.800.000**

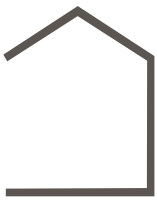
OPÍÐ HÚS mánudaginn 1. mars kl: 17:00-17:30 Vinsamlegast bókið skoðun
 Herbergi: 2 Stærð: 96,5 m²

Falleg og vel skipulögð tveggja herbergja, 95,4 fm íbúð á annari hæð með einstöku útsýni á besta stað í miðbæ Reykjavíkur. Íbúðin skiptist í anddyri, alrými 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

Porrasaliir 5-7 203 Kópavogur **58.900.000**

OPÍÐ HÚS miðvikudaginn 3. mars kl. 17:00 - 18:00
 Herbergi: 3 Stærð: 94,9 m²

Falleg og björt 3ja herbergja íbúð á 3. hæð við Porrasaliir 5-7 með stæði í bílskýli. Góðar lokaðar svalir og glæsilegt útsýni suður með sjó. Eignin er í heild sinni skráð 94,9 fm en þar af er geymsla 8,5 fm. Íbúðin skiptist í tvö rúmgóð svefnherbergi. Baðherbergi, þvottahús, forstofu og gott alrými með eldhúsi, stofu og borðstofu. **Upplýsingar veitir Hafliði fasteignasali í gsm: 846 4960**



LANDMARK FASTEIGNAMIDLUN



Hlíðasmára 2
201 Kópavogi
Sími: 512 4900
www.landmark.is
landmark@landmark.is

GULLSMÁRI 7 - 201 KÓP.



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAGINN 28. FEB. KL. 14:00 – 14:30
3ja herbergja 75,6 fm. íbúð á 2. hæð. Íbúðin er fyrir 60 ára og eldri. Inn- gangengt í þjónustumiðstöð aldraðra þar sem er mótuneyti, fóttaaðgerða- stofa, hárgreiðsla, handavinnustofa o.fl. Á lóðinni er puttúvöllur. MJÖG SNYRILEG OG VEL UMGENGIN SAMEIGN - TVÆR LYFTUR - YFIRBYGGÐAR SVALIR MEÐ OPANLEGUM FÓGUM - MYNDADYRA- SÍMI Í ÍBÚÐINI.
ÍBÚÐIN ER LAUS TIL AFHENDINGAR.
V. 54,9 millj. Þórarinn s. 770 0309

HVERFIGATA 85 ÍBÚÐ 110



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAGINN 28. FEB. KL. 13:00 – 13:30
Einstaklega fallega og nýlega 66,8 fm. 2ja herbergja íbúð á jarðhæð með séringgang.
Stæði í bílageymslu fylgir sem er einstaklega vel staðsett og rúmgott. Vandaðar innréttingar og gólfefni. Hægt að vera með gæludýr. Svefnherbergi er rúmgott. Sérvernd úr timbri. Innfæld lýsing í loftum. Eignin er laus við kaupsamning.
V. 48,9 millj. Þórarinn s. 770-0309

LAUFENGI 58 – 112 RVK



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAG 28.FEB KL.14.00-14.30
- Góð 4ra herbergja endaíbúð með séringgangi.
- Íbúð er á 3ju hæð 107,1 fm og suður-svalir.
- Góð herbergi og stofurými.
- Þvottaherb. innan íbúðar.
- Sérmerkt stæði á plani fyrir framan hús.
ÍBÚÐ Í ÚTLEIGU TIL 1.MÁÍ.
V. 49,9 millj. Sveinn s. 6900 820

HÁTEIGSVEGUR 48 – 105 RVK



BÓKID SKOÐUN
- Frábærar leigugeiningar, góðar tekjur
- 3ja herb 78,3 fm íbúð sem er tvær leigugeignir
- Séringgangur í báðar íbúðir
- Húseign er í góðu ástandi
- Frábær staður þar sem stutt er í allt
- Getur fengist afhent við kaupsamning
V. 52,9 millj. Sveinn s. 6900.820

FOLDARSMÁRI 12 – 201 KÓP.



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAG 2 MARS KL 16:30 – 18:00
- Mjög fallegt og vel skipulagt raðhús á tveimur hæðum ásamt bílskúr
- Þrjú svefnherbergi, möguleiki að hafa þau fjögur
- Hellulagt bílplan með hita
- Frá stofu er útgengt út á suðurtimburpall og þaðan út í garð
- Bílskúr með sjálfvirkum hurðaopnara, hillum og glugga
- Parket og flísar á gólfum – fallegt fjölskylduhús
V. 94,9 millj. Andri s. 690 3111

HOLTSGATA 18 – 220 HFJ.



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS MÁNUDAG 1 MARS KL 12:15 – 13:00
- Vel skipulögð 3ja herbergja miðhæð í þrjúbýlishúsi
- Íbúðin er 81,3 fm með sameiginlegum inngangi
- Tvö rúmgóð svefnherbergi, þvottahús innaf eldhúsi
- Tvær geymslur, sérafnotaréttur við inngang
- Parket og flísar á gólfum
- Góð staðsetning, stutt í alla helstu þjónustu
V 39,9 millj. Andri s. 690 3111

LAUFRIMI 24, 112 RVK.



BÓKID SKOÐUN
- Um er að ræða 4ra herbergja endaíbúð á 3 hæð með séringgangi
- Þrjú svefnherbergi – rúmgóðar svalir
- Húsið var sprunguviðgert og málað að utan árið 2017
- Skv. Skráningu Þjóðskrár Íslands er birt flatarmál eignarinnar 99,2 fm
- Parket og flísar að mestu á gólfum
- Frábær staðsetning þar sem stutt er í alla helstu þjónustu
Verð 47,9 millj. Andri s. 690 3111

ENNISHVARF 15B – 203 KÓP



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAG 28. FEB KL. 13:00 – 14:00
- 145 fm, 4ra herbergja neðri hæð með bílskúr.
- Rúmgóð svefnherbergi.
- Verönd og garður
- Hús klætt viðhaldslétrí klæðningu.
- Falleg gólfefni og innréttingar
- Aðeins fjórar íbúðir í húsinu.
V. 76,9 millj . Sigurður s. 896 2312

SELVAÐ 7 – 110 RVK



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAG 28. FEB KL. 14:30-15:00
- 124 fm, 5 herbergja endaíbúð með útsýni.
- Stæði í bílageymslu.
- Frábært fjölskylduhverfi
- Vel skipulögð íbúð.
- Göngufæri í skóla og leikskóla
- 4 svefnherbergi og björt stofa
- Rúmgóðar svalir. **V. 63,9 millj.** Sigurður s. 896 2312

SOGAVEGUR 73-77



OPÍÐ HÚS
OPÍÐ HÚS SUNNUDAG 28. FEB KL. 16:00 – 16:30
- Nýjar íbúðir í grónu hverfi,
- 3ja til 4ra herbergja.
- Afhentar fullbúnar með gólfefnum, ísskáp og uppþvottavél
- Tilbúnar til afhendingar.
- Vandaður verk taki
V. frá 67,9 millj. Sigurður s.896 2312

KAUPÓSKIR

Kristín og Daniel leita að sérbylí í Foldahverfi í Grafarvogi, 112 Rvk.

- eru með tilbúna í sölu 4ra herbergja, 122 fm, íbúð með stórum palli og stæði í bílageymslu í lyftuhúsi í Grafarholti, 113 Rvk.

Unnur og Sigurður leita að fjögurra herbergja íbúð í fjölbýli með bílskúr í Grafarvogi, 112 Rvk eða Grafarholti, 113 Rvk.

- eru með tilbúna í sölu 5 herbergja 155 fm íbúð á 3. hæð og risi í Árbæ, 110 Rvk.

Íris leitar að litlu raðhúsi í Bústaðahverfi, 108 Rvk.

- Er með tilbúna í sölu 4ra herbergja, 107 fm íbúðarhæð með bílskúr/stúdíóíbúð í Bústaðahverfi, 108 Rvk.

Ef þú átt fasteign sem samræmist ofangreindum kaupóskum hafðu samband við: Moniku Hjálmtýsdóttur, lögg. fasteignasala, monika@landmark.is s: 823-2800



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



Styrmir s: 846-6568 Viktoría Larsen s: 618-5741 Ólafur Haukur s: 866-1242 Einar Örn s: 823-4969 Kristín María s: 837-1177 Ragnheiður s: 788-3069 Halldór s: 660-5312 Bára s: 693-1837 Aðalsteinn Jón s: 767-0777



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

VIÐ
ERUM
TRAUSTI

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.

SKILDINGANES 43

Glæsilegt einbýlishús á frábærum stað í Skerjafirði

VERÐ TILBOÐ

BÓKID SKOÐUN




Kristján S: 867-3040 Styrmir S: 846-6568

- Stærð: 256,9 fm
- 39,9 fm. innbyggður bílskúr
- Stór 948 fm. eignarlóð
- 4 svefnherbergi
- 2 baðherbergi
- Gólfhiti í öllu húsinu
- Stór sólpallur í fallegum suðurgarði
- Upphitað bílplan með hleðslustöð fyrir rafbíl



Nánari upplýsingar veita Kristján lgf. s. 867-3040, kristjan@trausti.is og Styrmir Þór lgf. s. 846-6568, styrmir@trausti.is

OPIÐ HÚS

HLYSALIR 5-7

201 KÓPAVOGI



Einar Örn S: 823-4969

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 28. FEBRÚAR KL. 15:00 – 16:00
Falleg og vel skipulögð 3ja herbergja 91 fm. íbúð á 3. hæð í lyftuhúsi með rúmgóðum svölum með svalalokun og sérstæði í bílageymslu. Þvottahús er innan íbúðar.
Nánari uppl. veitir Einar Örn lgf. s. 823-4969, einar@trausti.is.
Verð: 52,9 millj.

OPIÐ HÚS

SVÖLUÁS 1B

221 HAFNARFIRÐI



Einar Örn S: 823-4969

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 1. MARS KL. 18:00 – 18:45
Trausti fasteignasala kynnir 87,3 fm 3ja herbergja íbúð á 3. hæð (efstu) með sérinnangi af svölum og glæsilegu útsýni. Húsið var málað og sprunguviðgert sumaríð 2019.
Nánari uppl. veitir Einar Örn lgf. s. 823-4969, einar@trausti.is.
Verð: 46,9 millj.

OPIÐ HÚS

ASPARFELL 10

111 REYKJAVÍK



Guðbjörg G. S: 899-5949

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 2. MARS KL. 17:30 – 18:00
Snyrtileg 2ja herbergja 40,7 fm. íbúð á 4. hæð í góðu lyftuhúsi. Húsvörður er starfandi í húsinu. Eignin er laus við kaupsamning og getur innbú fylgt eigninni. Þvottahús er á hæðinni, hver íbúð með sitt tengi.
Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is
Verð: 28,9 millj.

OPIÐ HÚS

LJÓSHEIMAR 11

104 REYKJAVÍK




Guðbjörg G. S: 899-5949 Aðalsteinn S: 767-0777

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 3. MARS KL. 17:30 – 18:00
Rúmgóð og falleg 3ja herbergja íbúð á 1. hæð í litlu fjölbýli. Miklar endurbætur hafa verið gerðar á húsinu, innan- sem utandyra, á síðustu árum. Merkt bílastæði fylgir eigninni.
Nánari uppl. veita Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is og Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is.
Verð: 46,9 millj.

OPIÐ HÚS

VITASTÍGUR 8A

101 REYKJAVÍK



Guðbjörg G. S: 899-5949

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 3. MARS KL. 17:30 – 18:00
Rúmgóð og falleg 3ja herbergja 64,3 fm. íbúð á 1. hæð. Geymsla er innan íbúðar. Útgengt er út í bakgarð úr íbúðinni. Eignin getur verið laus fljótlega.
Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is
Verð: 38,9 millj.

BÓKID SKOÐUN

BOÐAGRANÐI 2A

107 REYKJAVÍK




Guðbjörg G. S: 899-5949 Aðalsteinn S: 767-0777

Björt og rúmgóð 4ra herbergja 129,4 fm. endaíbúð í lyftuhúsi með merktu bílastæði í bílajakallara á góðum stað í Vesturbænum. Frábært útsýni. Þvottahús innan íbúðar með glugga.
Nánari uppl. veita Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949, gudbjorg@trausti.is og Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is
Verð: 68,9 millj.



EIGNAMIDLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957



Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
824 9093



Guðlaugur I. Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
864 5464



Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali



Guðmundur Sigurjónsson
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali



Pórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
Sölustjóri / 899 1882



Póra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
777 2882



Magnea Sverrisdóttir
MBA
Löggiltur fasteignasali
861 8511



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
Löggiltur leigumíðlari
824 9098



Brynjar P. Sumarliðason
BSc. í viðskiptafræði
Löggiltur fasteignasali
896 1168



Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
824 9096



Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
661 6021



HLYNGERÐI 7

TILBOÐ

Einbýli 334,5 m² 8 herb. 108 Rvk.

BÓKIÐ SKOÐUN

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



EFSTALEITI 13, 103 RVK



OPIÐ HÚS MÁNUÐ. 1.MARS KL 17:00-17:30

Nýbygging 114,1 m² 3 herb.

VERÐ
69.9 mkr.

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
hreidar@eignamidlun.is
s. 661 6021

GEIRSGATA 2, 101 RVK



OPIÐ HÚS MIÐVIKUD. 3.MARS KL 17:00-17:45

Nýbygging 106,2 m² 3 herb.

VERÐ
88 mkr.

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
hreidar@eignamidlun.is
s. 661 6021

STAKKHOLT 2A, 105 RVK



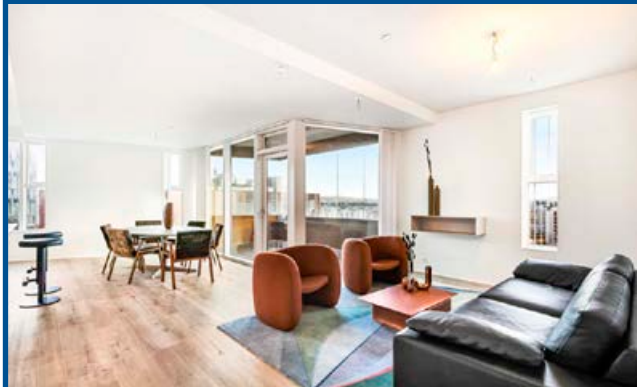
OPIÐ HÚS ÞRIÐJUD. 2.MARS KL 17:00-17:45

Fjölbýli 106,5 m² 3 herb.

VERÐ
76.9 mkr.

Unnar Kjartansson
Nemi til lögg. fasteignasala
unnar@eignamidlun.is
s. 867 0968

BRÍETARTÚN 9, 10-02, 105 RVK



OPIÐ HÚS MÁNUÐ. 1.MARS KL 17:45-18:15

Fjölbýli 122,7 m² 3 herb.

VERÐ
95.9 mkr.

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
hreidar@eignamidlun.is
s. 661 6021

LAUGAVEGUR 147, 101 RVK



BÓKIÐ SKOÐUN

Fjölbýli 62,6 m² 2 herb.

VERÐ
34.9 mkr.

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

STAKKHOLT 4B, 105 RVK



BÓKIÐ SKOÐUN

Fjölbýli 82,0 m² 2 herb.

VERÐ
49.5 mkr.

Magnea Sverrisdóttir
Löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
s. 861 8511

SÍMI 588 9090

GRENSÁSVEGUR 11



Ármann Þór Gunnarsson
Löggiltur fasteignasali
847 7000



Herdis Valb. Hölludóttir
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
694 6166



Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur
Löggiltur fasteignasali
895 9120



Ólafur H. Guðgeirsson
Rekstrarfræðingur
Löggiltur fasteignasali
663 2508



Unnar Kjartansson
Nemi til lögg.fasteignasala
867 0968



Kári Sighvatsson
Nemi til lögg.fasteignasala
899 8815



Guðný Ósp Ragnarsdóttir
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
665 8909



Gunnar Helgi Einarsson
Löggiltur fasteignasali
615 6181



Jenny Sandra Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri



Ásdís Hrönn Júlíusdóttir
Ritari



María G. Waltersdóttir
Mottökuritari

ÁLFASKEIÐ 84, ÍB 303, 220 HFJ



OPIÐ HÚS ÞRIÐJUD. 2.MARS KL 17:00-18:00

Fjölbýli 147,5 m² 4-5 herb.

VERÐ
51.9 mkr.

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

GODHEIMAR 14, 104 RVK



OPIÐ HÚS SUNNUÐ 28.FEB KL 13:00-13:30

Fjórbyli 98,9 m² 4 herb.

VERÐ
47.9 mkr.

Brynjar P. Sumarliðasson
Löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
s. 896 1168

STAKKHOLT 4A, 105 RVK



OPIÐ HÚS MÁNUÐ 1.MARS KL 17:00-17:30

Fjölbýli 65,6 m² 2 herb.

VERÐ
49.2 mkr.

Brynjar P. Sumarliðasson
Löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
s. 896 1168

BJÖRTUSALIR 2, 201 KÓPAV



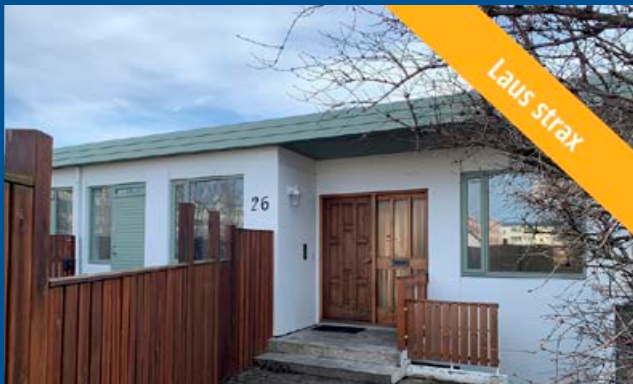
OPIÐ HÚS MÁNUÐ. 1.MARS KL 17:00-17:45

Fjölbýli 130,8 m² 5 herb.

VERÐ
68.9 mkr.

Pórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
s. 899 1882

TORFUFELL 26, 111 RVK



OPIÐ HÚS SUNNUÐ. 28.FEB KL 14:00-14:30

Raðhús 148,7 m² 5-6 herb.

VERÐ
64.5 mkr.

Pórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
s. 899 1882

RJÚPUFELL 15, 111 RVK



OPIÐ HÚS SUNNUÐ. 28.FEB KL 14:50-15:20

Raðhús 148,9 m² 5 herb.

VERÐ
62.5 mkr.

Pórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
s. 899 1882

BERGSTAÐASTRÆTI 48A, 101 RVK



OPIÐ HÚS MIÐVIKUD. 3.MARS KL 17:00-17:30

Sérinng. 45,0 m² 2 herb.

VERÐ
27.5 mkr.

Póra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
s. 777 2882

LAUFENGI 29, 112 RVK



OPIÐ HÚS ÞRIÐJUD. 2.MARS KL 17:00-17:30

Fjölbýli 80,0 m² 3 herb.

VERÐ
41.5 mkr.

Póra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
s. 777 2882

ÁLFHEIMAR 68, 104 RVK



OPIÐ HÚS MÁNUÐ. 1.MARS KL 18:00-18:30

Fjölbýli 132 m² 5 herb.

VERÐ
54.9 mkr.

Póra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
s. 777 2882

Vinnvinn

Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík
Sími 552 1212 | vinnvinn@vinnvinn.is | www.vinnvinn.is

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

Hraunbær 103 B (601)
110 Reykjavík
PANORAMA ÚTSÝNI

PANTID SKOÐUN
hjá Jórinni í síma 845 8958

Glæsileg 155,5 fm íbúð á 6. hæð með stórum þaksvölum

- Mjög bjart alrými, eldhús og stórar stofur, útgengt á svalir.
- Badherbergið er flísalagt með góðri sturtu og innréttinu, tengi fyrir þvottavél og þurrkara.
- Hjónaherbergið er rúmgott og bjart og með skápum ásamt auka badherbergi.

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

Verð: **103,9 millj.**

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

EIGNAMIDLUN

SÍÐAN 1957 588 9090 GRENSÁSVEGUR 11

EINBÝLISHÚS Í GRAFAVOGI ÓSKAST

- Traustur kaupandi óskar eftir 200-250 m² einbýlishúsi.
- Óskað er eftir húsi á einni hæð.
- Öll hverfi í Grafavogi koma til greina.

EINBÝLISHÚS EÐA PARHÚS ÓSKAST

- Traustur kaupandi óskar eftir 250-400 m² einbýlis-eða parhúsi.
- Æskileg staðsetning: Selvogsgrunn, Sporðagrunn, Teigar eða Laugarásvegur.
- Góðar greiðslur í boði.

HAFID SAMBAND

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
sverrir@eignamidun.is
s. 861 8514

EIGNAMIDLUN

SÍÐAN 1957 588 9090 GRENSÁSVEGUR 11

EINBÝLISHÚS Í VESTURBORGinni ÓSKAST

- Traustur kaupandi óskar eftir 250-350 m² einbýlishúsi.
- Æskileg staðsetning: Einimelur, Ægisída, Hagar, Melar, Sólvallagata, Hávallagata eða nágrenni.

KAUPANDI ÞARF EKKI AÐ FARA Í GREIÐSLUMAT

TRAUSTUR KAUPANDI ÓSKAR EFTIR 140-200 m² SÉRHÆÐ Í VESTURBORGinni

- Æskileg staðsetning : Melar, Hagar eða Ægisída.
- Afhendingartími skv. samkomulagi.
- Góðar greiðslur í boði.

HAFID SAMBAND

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
sverrir@eignamidun.is
s. 861 8514

job

Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita að þér?

STILLHOLT 21 - AKRANESI

ÞINGVANGUR

Eigum eftir aðeins fjórar fallegar og vel skipulagðar 128 fm 4ra herbergja íbúðir í þessu nýja lyftuhúsi, öllum íbúðunum fylgir stæði í bílakjallara. Íbúðirnar eru tilbúnar til afhendingar, fullbúnar með gólfefnum, kælikáp og uppþvottavél.

Verið velkomin í sýningaríbúð á 2. hæð. Hákon sími 898-9396 sýnir eftir samkomulagi.

4 íbúðir eftir

VALFELL
FASTEIGNAMIDLUN OG RÁÐGJÖF

Kirkjubraut 2, 300 Akranesi | Sími 570 4824
hakon@valfell.is | valfell.is

FASTEIGNASALAN BÆR
www.fasteignasalan.is

Haraldur Guðjónsson
Löggiltur fasteignasali
Símanúmer 783 1494
halli@fasteignasalan.is

Fjólugata 11, 101 Reykjavík
Opið hús á sunnudag 28.2. kl. 14:00-15:00

Fasteignasalan Bær og Haraldur Guðjónsson lgf kynna: Glæsilegt 246 fm parhús á þremur hæðum að Fjólugötu 11, á besta stað í 101 Reykjavík. Húsið er mikið standsett utan sem innan. Á jarðhæð er falleg 3. herb. íbúð. Í garðinum er 80 fm sólpallur og þar af um 12 fm útgeymsla **AUKAÍBÚÐ MEÐ SÉRINNGANGI - LEIGUTEKJUR! Uppl. veitir Haraldur Guðjónsson lgf í s. 783 1494 eða á halli@fasteignasalan.is**

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.

MIKLABORG



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



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856



Ólafur Finnþogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178



Elin Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090



Ingi Þór Ingólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 698 4450



Ómar Hvarndal
hdl. og aðst. fasteignasali
Sími: 832 3200



Barbara R. Bergþórsd.
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000



Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120



Þröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skaptas
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272



Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931



Kjartan I. Guðmunds
aðst. fasteignasala
Sími: 663 4392



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232



Friðrik Þ. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasali
Sími: 616 1313



Friðjón Ó. Magnúss.
lögg. fasteignasali
Sími: 692 2704



Óskar S. Axelsson
aðst. fasteignasala
Sími: 691 2312



Guðrún D. Valdimars
aðst. fasteignasala
Sími: 899 6551



Anton Karlsson
lögg. fasteignasali
Sími: 771 8601



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929



Ragnheiður Pétursd.
hdl. og lögglitir fasteignasali



Ljósamýri 1
210 Garðabær

NÝTT Í SÖLU

PANTÍÐ SKOÐUN
hjá Óskari í síma 691 1931

Fallegt 2ja hæða 219 fm einbýlishús á frábærum stað í Garðabænum

- Góður bílskúr fylgir eigninni
- Baðherbergi á báðum hæðum
- Fallegur, gróinn garður, stór skjólgóð suðurverönd

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

Verð: **107,9 millj.**

Hrauntunga 38
200 Kópavogur

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS
Þriðjudaginn 2. mars
milli kl. 17:00 - 18:00

Fallegt 226 fm einbýlishús á 1 hæð á þessum vinsæla stað í suðurhlíðum Kópav.

- Rúmgóður bílskúr fylgir eigninni
- Rólegur botnlangi og stórt hellulagt bílaplan
- Fimm svefnherbergi
- Tvö baðherbergi
- Eign sem fengið hefur gott viðhald
- Fallegur, gróinn garður og skjólgóð suðurverönd

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

Verð: **104,9 millj.**

Langholtsvegur 1
104 Reykjavík

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS
Þriðjudaginn 2. mars
milli kl. 17:00 - 17:30

Fallegt 212,2 fm einbýli

- Innbyggður bílskúr
- Fjögur góð svefnherbergi
- Gróinn skjólsæll garður með sólpalli
- Fallegt útsýni
- Frábær staðsetning

Nánari upplýsingar veitir:
Kjartan I. Guðmunds
vfr. og aðst. fasteignasali
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is

Verð: **96 millj.**

Dalhús 21 (201)
112 Reykjavík

NÝTT Í SÖLU

PANTÍÐ SKOÐUN
hjá Jörunni í síma 845 8958

Glæsileg 126,3 fm efri hæð og ris í litlu fjölbýli á góðum stað í Grafarvogi

- Mjög vel skipulögð þar sem rýmið nýttist vel.
- Hæðin skipar forstofu, snyrtingu, eldhús, þvottahús og glæsilegar stofur með útgengt út á suðursvalir
- Efri hæð skipar 3 svefnherbergi, hol og baðherbergi með glugga.

Nánari upplýsingar:
Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Verð: **58,9 millj.**

Fasteignasalan
Miklaborg
Lágmúla 4
108 Reykjavík

sími
569 7000
www.miklaborg.is

Með þér alla leið

NÝTT
Í SÖLU



OPIÐ HÚS
Þriðjudaginn 2. mars kl 17:00 - 17:30

Unufell 9
111 Reykjavík

- Gott raðhús skráð 199 fm með bílskúr**
- Töluvert af óskráðum fm í kj.
 - 4-5 svefnherbergi
 - Pakjárn, rennur, niðurföll og nokkrir gluggar endurnýjaðir
 - Hús nýlega málað og viðgert
 - Fallegur bakgarður
 - Kjallari með mikla möguleika
 - Bílskúr með vatni og rafmagn
- Verð: **69,9 millj.**



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



NÝTT
Í SÖLU



OPIÐ HÚS
mánudaginn 1. mars kl. 17.00 - 17.30

Laugarnesvegur 102
105 Reykjavík

- Björt 4ra herb. íbúð á 4. hæð**
- 3 svefnherbergi.
 - Stór stofa.
 - Auðvelt að opna á milli stofu og herbergis.
 - Eldhús hefur verið endurnýjað.
 - Sér geymsla, hjólageymsla, þvottahús í sameign
- Verð: **51,9 millj.**



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



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 616 1313
olafur@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 bíl 6,3 og 9,6 m breið
 - Steyptir milliveggir, 6,24 m mænishæð, möguleiki á millilofti
 - 3ja fasa rafmagn
 - Afhendist fullfrágengin Aluzink bárujárnsklæðning að utan
- Verð: Miðjubil **22,3 millj.**
Verð: Endabil **33,3 millj.**



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



PANTIÐ SKOÐUN
há Jóni Rafni í síma 695 5520



Skógarvegur 8
103 Reykjavík

- Glæsileg ný 106 fm endaíbúð á 2. hæð (208)**
- Hjónasvíta með fataherb. og annað minna svefnherbergi með fataskáp, baðherbergi, sér þvottahús innan eldhúsi.
 - Eldhús með eyju sem er opin inn í stofu.
 - Rúmgóðar og bjartar stofur með útgengt á suðursvalir.
 - Stæði í bilageymslu
- Verð: **66,9 millj.**



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



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



Barbara R. Bergþórs
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339
barbara@miklaborg.is



Anton Karlsson
lögg. fasteignasali
Sími: 771 8601
anton@miklaborg.is

PANTIÐ SKOÐUN
há sölumönnum Miklaborgar

NÝTT
Í SÖLU



Grýtubakki 18
109 Reykjavík

- Glæsileg íbúð á 1. hæð með sérafnotarétti afgirtum** Verð: **38,9 millj.**
- Opið inn í stofu úr eldhúsi Nýjir fataskápar í herbergjum
 - Eldhús endurnýjað og með eyju. Baðherbergið flisalagt og endurnýjað
 - Útgengt úr stofu á sérafnotaréttinn
 - Húsið sjálft hefur verið yfirfarið að utan
- Nánari upplýsingar:
s. 845 8958 **Jörunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali

BÓKIÐ SKOÐUN
Í SÍMA: 845 8958

NÝTT
Í SÖLU



Snorrabraut 56B
101 Reykjavík

- Góð 55,7 fm, 2ja herbergja íbúð á jarðhæð** Verð: **37,9 millj.**
- Úr stofu og eldhúsi er útgengt á rúmgóðan timburpall sem snýr í suð-vestur.
 - Fyrir 55 ára og eldri.
 - Íbúðin er laus við undirritun kaupsamnings.
- Nánari upplýsingar:
s. 897 0634 **Þróstur Þórhallsson** löggiltur fasteignasali

BÓKIÐ SKOÐUN
Í SÍMA: 897 0634



Snæland 4
108 Reykjavík

- Falleg 4ra herbergja íbúð á 2. hæð** Verð: **59,5 millj.**
- Ssórar bjartar stofur
 - Svalir eftir endilangri íbúðinni
 - Stór herbergi á jarðhæð (möguleiki á útleigu)
 - Geymsla á jarðhæð
 - Afhending við kaupsamning
- Nánari upplýsingar:
s. 845 8958 **Jörunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali

BÓKIÐ SKOÐUN
Í SÍMA: 845 8958

BJARKARHOLT 8-20

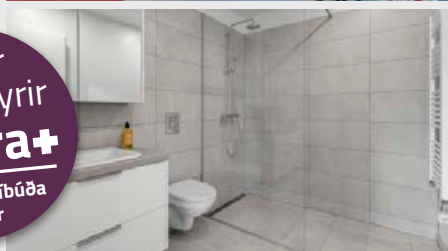


Fullbúin sýningaríbúð

Vandaðar nýjar íbúðir í miðbæ Mosfellsbæjar Afhent við kaupsamning / Síðustu íbúðirnar

- Stæði í lokaðri bílgeymslu
- Fullkomið loftræstikerfi í öllum íbúðum
- Viðhaldslétt klæðning á húsi
- Sjálfvirkur opunarbúnaður á hurðum í sameign
- Aukin lofthæð í íbúðum, 270 cm
- Vandaðar innréttingar frá GKS
- Lyfta í öllum stigahúsum
- Djúpgámar fyrir sorp

Nýjar
Íbúðir fyrir
50 ára+
Helmgingur íbúða
seldur



Bjarkarholtid.is
– Stærðir og verð



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

MIKLABORG | – Með þér alla leið

Við leitum að...

- 3 - 4 herbergja íbúð með útsýni á svæðinu kringum Kópavogsgarði - Kópavogstún eða Lundi í Kópavogi**
Nánari upplýsingar veitir Friðrik í síma 616 1313 eða fridrik@miklaborg.is
- 150 - 170 m2 íbúð á efstu hæð / penthouse með þaksvölum á stór Reykjavíkursvæðinu**
Nánari upplýsingar veitir Friðrik í síma 616 1313 eða fridrik@miklaborg.is
- 3 ja herbergja íbúð í húsi fyrir eldri borgara með aðgengi að þjónustukjarna**
Nánari upplýsingar veitir Friðrik í síma 616 1313 eða fridrik@miklaborg.is
- 150 -200 m2 sérbylí sem næst Laugardal í Reykjavík**
Nánari upplýsingar veitir Friðrik í síma 616 1313 eða fridrik@miklaborg.is
- Óska eftir rað/par eða einbýli í Vesturbæ Rvk eða á Seltjarnarnesi.**
Nánari upplýsingar veitir Gunnar í síma 899 5856 eða gunnar@miklaborg.is
- Óska eftir hæð með bílskúr á Seltjarnarnesi**
Nánari upplýsingar veitir Gunnar í síma 899 5856 eða gunnar@miklaborg.is
- Einbýli í Garðabæ**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- Útsýnisíbúð í Sjálandshverfi**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- Rað/par hús í Selásnum**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- Sérbylí í Hlíðunum**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- Rað/par hús í Norðlingaholti**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- 4-5 herbergja sérhæð í Hlíðunum**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- 2 herbergja íbúð með sérinngang**
Nánari upplýsingar veitir Kjartan í síma 663-4392 eða kjartan@miklaborg.is
- Einbýli með sjávar-útsýni í Kópavogi 5-6 herb 250 fm+. Verð allt að 200 m.**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- 4-5 herb. einbýli / rað-parhús í Grafarvogi**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- Sérbylí, einbýli og eða raðhús/parhús í Hafnarfirði**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- Sérbylí í Selás eða Árbæ**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- Sérbylí í Fossvogi á einni hæð - ákveðin kaupendur**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- Stúdíó/tveggja herbergja íbúðir sem henta fyrstu kaupendum.**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- Eignir með útleigu-möguleikum - ákveðin kaupendur.**
Nánari upplýsingar veitir Axel í síma 778-7272 eða axel@miklaborg.is
- 4ra herbergja með bílskúr/bilageymslu verð kr 50 milljónir**
Nánari upplýsingar veitir Ingi Þór í síma 698 4450 eða ingi@miklaborg.is
- 5 herb. Rað/Parhúsi á pósthúsi í Árbæ, allt að 105 milljónir**
Nánari upplýsingar veitir Ingi Þór í síma 698 4450 eða ingi@miklaborg.is
- Einstöku einbýli með glæsilegu útsýni, allt að 200 milljónir**
Nánari upplýsingar veitir Ingi Þór í síma 698 4450 eða ingi@miklaborg.is
- 3ja herb við Boðaping fyrir 50 ára og eldri, verð að 65 millj kr.**
Nánari upplýsingar veitir Jón Rafn í síma 695-5520 eða jon@miklaborg.is
- Íbúð í fjölbýli m. góðu útsýni og tveimur stæðum í bílgeymslu**
Nánari upplýsingar veitir Jón Rafn í síma 695-5520 eða jon@miklaborg.is
- Sumarhús á vestur og suðurlandi, mikil eftirspurn**
Nánari upplýsingar veitir Jón Rafn í síma 695-5520 eða jon@miklaborg.is
- Jarðir um allt land, mikil eftirspurn**
Nánari upplýsingar veitir Jón Rafn í síma 695-5520 eða jon@miklaborg.is
- Sérbylí í Ásahverfi í Gb, gjarnan í skiptum fyrir góða útsýnisíbúð í Sjálandshverfi**
Nánari upplýsingar veitir Þórunn í síma 773 6000 thorunn@miklaborg.is
- Nýlegri þriggja herb. íbúð á höfuðborgarsv., 100 fm+ með bílskúr og leyfi f. hundahaldi**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Hæð, par-, rað-eða einbýli í Hafnarfirði.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- 3ja herb. íbúð í Hafnarfirði fyrir allt að 45 m.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Íbúð á höfuðborgarsvæðinu sem þarfnast viðhalds. Verð að 50 m.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Eign á jarðhæð í Fossvogi þar sem leyfi er fyrir hundahaldi eða sérinngangur. Að 70 m.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Hæð, par- eða rað-húsi í Kópavogi eða Garðabæ með bílskúr, allt að 150 fm.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Hagkvæmum búðum á höfuðborgarsvæðinu sem henta fyrstu kaupendum.**
Nánari upplýsingar veitir Barbara í síma 823-0339 eða barbara@miklaborg.is
- Einbýli, rað eða par í Garðabæ eða í Lindum eða Smárum. Verð: 110 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- Einbýlishús í Garðabæ í kringum 150 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- Sumarhús í nágrenni við golfvelli td. Öndverðarnes eða Kiðjaberg. á 40 millj. til 70 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- Einbýli, par- eða raðhúsi með bílskúr, miðsvæðis í Rvk, Hlíðar, smáíbúðahverfi, vesturbær, Laugardalur, Fossvogur og vesturbær Kópavogs Verðhugmynd 100millj**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- Einbýlishús miðsvæðis í Reykjavík í kringum 200 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- Raðhús/Parhús í Hafnarfirði, helst í Áslandnu á 90-100 m.**
Nánari upplýsingar veitir Jason í síma 775-1515 eða jko@miklaborg.is
- 3ja herbergja íbúð í Sóltúni kostur ef íbúðin er á 1.hæð með sérafnotarétti**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Byggingalóð á stór Reykjavíkursvæðinu, fyrir 30-60 íbúðir.**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Leita að góðri íbúð á efri hæðum í Sjálandshverfi Garðabæ**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Leita að penthouse íbúð nokkuð miðsvæðis í Reykjavík eða á stór-Reykjav. sv. æskileg stærð 110-130 fm**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- 200 fm einbýlishúsi á einni hæð í Selási Árbæ, með besta mögulega aðgengi.**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Góðri hæð við Landsspítalann**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Íbúð í Sóltúni 1-3 og 4-5 herbergja fyrir íbúa +60 ára**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- 3ja herbergja íbúð við Sléttuveg í Reykjavík fyrir +60 ára**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Þriggja herbergja íbúð í Laugarneshverfi**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- 3ja herbergja íbúð í Hvörfum Kópavogi**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Leita að einbýli- eða parhúsi í Grafarholti**
Nánari upplýsingar veitir Jórunn í síma 845-8958 eða jorunn@miklaborg.is
- Veglegri sumarhúsalóð /jörð með útsýni.**
Nánari upplýsingar veitir Ómar í síma 832 3200 eða omari@miklaborg.is
- Íbúð með útleigu-einingu á höfuðborgarsvæðinu.**
Nánari upplýsingar veitir Ómar í síma 832 3200 eða omari@miklaborg.is
- Byggingarlóð fyrir fjölbýli á höfuðborgarsvæðinu.**
Nánari upplýsingar veitir Ómar í síma 832 3200 eða omari@miklaborg.is
- Rað, par eða einbýli í Sala-, Linda-, Kórahverfi Kópavogi. Bein kaup eða skipti á íbúð eða litlu sérbylí.**
Nánari upplýsingar veitir Atli í síma 899 1178 eða atli@miklaborg.is
- Rað, par eða einbýlishúsi í Garðabæ, 3-4 svefnherbergi verð að 110 milljónum.**
Nánari upplýsingar veitir Atli í síma 899 1178 eða atli@miklaborg.is
- Sérbylí á höfuðborgarsvæðinu, 85-90 millj. Má þarfnast endurbóta.**
Nánari upplýsingar veitir Atli í síma 899 1178 eða atli@miklaborg.is
- Sérbylí í 201 eða 203 Kópavogi, rúmur afhendingartími í boði.**
Nánari upplýsingar veitir Atli í síma 899 1178 eða atli@miklaborg.is
- Litlu iðnaðarbili fyrir vinnustofu í Garðabæ. Til kaups eða leigu.**
Nánari upplýsingar veitir Atli í síma 899 1178 eða atli@miklaborg.is
- Ákveðin kaupandi óskar eftir einbýlishúsi með möguleika á 2-3 íbúðum.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- Fjárfestingarfélag óskar eftir eignum sem henta til skammt. útleigu.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- 108 Austurbær. Óska eftir 3-4ra herbergja í fjölbýli verð 45-60 m.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- 107 Óska eftir 2-3ja helst nálægt skóla.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- Óska eftir atvinnuhúsnæði sem hentar fyrir léttan iðnað.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- Er með fjársterkan aðila sem óskar eftir lögbýli, skoðar flest.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- 112 Grafavogur. Er með marga aðila sem óska eftir stórum eignum 180-250 fm.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- Vegna mikillar sölu vantar flestar gerðir fasteigna til sölu, fáðu frítt verðmat.**
Nánari upplýsingar veitir Anton í síma 771-8601 eða anton@miklaborg.is
- Einbýli, par- eða raðhús eða hæð í Grafarvogi með 3 eða fleiri svefnherbergjum fyrir allt að 95 millj. Ákveðin kaupendur**
Nánari upplýsingar veitir Þórunn í síma 773 6000 thorunn@miklaborg.is
- 2ja herbergja vestan Elliðaár fyrir max 45 m**
Nánari upplýsingar veitir Þórunn í síma 773 6000 thorunn@miklaborg.is
- Fallegu sérbylí með suður garði eða vandaðri íbúð fyrir allt að 100 m í góðu göngufæri við Krókamýri í Garðabæ**
Nánari upplýsingar veitir Þórunn í síma 773 6000 thorunn@miklaborg.is
- Hæð eða íbúð með vinnuaðstöðu/stórum bílskúr miðsvæðis í Reykjavík**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- Sérbylí í 101 með útleigumöguleika. Verð allt að 200 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- 108 Austurbær. Óska eftir 3-4ra herbergja í fjölbýli verð 45-60 m.**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- 107 Óska eftir 2-3ja helst nálægt skóla.**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- Óska eftir atvinnuhúsnæði sem hentar fyrir léttan iðnað.**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- Gistiheimili eða hús með nokkrum íbúðum. í Reykjavík**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- Atvinnuhúsnæði eða íbúðir með leigusamningi verð allt að 100 milljónir**
Nánari upplýsingar veitir Svan í síma 697 9300 eða svan@miklaborg.is
- Sérbylí í smáíbúðahverfi 85 - 120 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Þórhallur í síma 896 8232 thorhallur@miklaborg.is
- Einbýli á Flötunum í Garðabæ 100-150 m.**
Nánari upplýsingar veitir Þórhallur í síma 896 8232 thorhallur@miklaborg.is
- Fallegu einbýlishúsi í Kópavogi, Garðabæ eða Vesturbæ Rvk. Verð 150-170 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Óskar HB í síma 691 1931 eða ohb@miklaborg.is
- Einbýlishúsi í miðbæ Reykjavíkur, með leigugeiningu. Verð 100-110 millj.**
Nánari upplýsingar veitir Óskar HB í síma 691 1931 eða ohb@miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU

BÓKIÐ SKOÐUN Í SÍMA: 616 1313

Nesjar
115 fm sumarhús við Bæjarvík í landi Nesja á Pingvöllum. Verð: 49,9 millj.

- Eldri hluti húss er 56 fm. Nýleg sólstofa með gólfhlita og rennuhurð út á suðurvernd er 27,6 fm
- 31 fm kjallari með stórrí innkeyrsluhurð og 220 cm lofth.
- Fallegt útsýni til norðurs á Pingvallavatn og fjallahringinn í norður

Nánari upplýsingar: **Fríðrik P. Stefánsson** hdl. og aðst. fasteignasala s. 616 1313 **Ólafur Finnbogason** lögilltir fasteignasali s. 822 2307

Vegna mikillar sölu vantar allar gerðir fasteigna til sölu, hafið samband við sölumenn okkar bókið skoðun og fáid frítt verðmat.

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



VALSHLÍÐ 16
OPIÐ HÚS
INNGANGUR

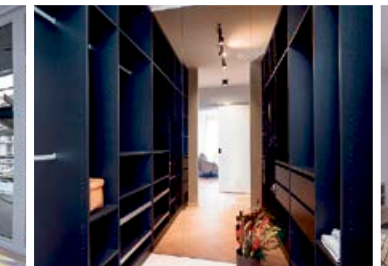
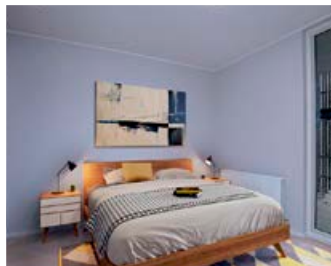
EINSTÖK HÖNNUN Í HJARTA REYKJAVÍKUR

102 HLÍÐARENDI

Glæsilegar og mjög vandaðar íbúðir í skemmtilega skipulögðu hverfi í nýju póstnúmeri, 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.

- Innanhússhönnun M/STUDIO Reykjavík
- Steinborðplötur
- Bílskúrar fylgja ákveðnum íbúðum
- Tvö baðherbergi
- Þaksvaflir/þakgarðar með einstöku útsýni
- Lofthæð 280 cm
- Gólfísiðir VELFAC-gluggar
- Miele-tæki
- Free@home
- Lokaður og skjólgóður garður
- Bílastæði í bílakjallara
- Rafmagn í gluggatjöldum
- Myndavéladyrasíma sem tengist við snjallsíma
- Áíklætt og einangrað að utan
- Aukin hljóðvist
- Rafmagnshönnun og innfelld lýsing hússins hönnuð af Lúmex
- Allar íbúðir með LED-lýsingu
- Rafbílaheimtaug í bílakjallara
- Arkitektar hússins, ALARK arkitektar



OPIÐ HÚS
sunnudaginn
28. febrúar
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

LIND
FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4
Sími: 510 7900
www.fastlind.is

LANCÔME
PARIS



NÝTT RÉNERGIE ULTRA YEUX
AUGNKREM SEM ÞÉTTIR OG LYFTIR

GEFUR SAMSTUNDIS ENDINGARGÓÐAN RAKA. EFTIR NOTKUN EINNAR KRUKKU ER SEM HÚÐINNI Á AUGNSVÆÐINU HAFI VERIÐ LYFT OG DÖKKIR BAUGAR, AUGNPOKAR OG FINAR LÍNUR VIRÐAST MINNA SJÁANLEG. KLÍNISKAR PRÓFANIR GERÐAR AF HÚÐSJÚKDÓMALÆKNUM.

RÉNERGIE HEFUR SVÖR FYRIR ALLAR KONUR

RÉNERGIE MULTI-LIFT ULTRA SPF 20
ANTI-WRINKLE - FIRMING - TONE EVENNESS CREAM



Nútímalegt létt krem með hörfræjapykni sem bráðnar inn í húðina og vinnur gegn öldrun hennar. Húðin verður þéttari, fylltari, útlínur andlitsins skýrari, minna ber á dökkum blettum, línunum og hrukkum. Einnig er til krem án SPF 20 og nýjasta viðbótin við línuna er RÉNERGIE MULTI-LIFT ULTRA mýkjandi augnkrem sem er kynnt í texta með mynd.

RÉNERGIE MULTI-LIFT SPF 15
ANTI WRINKLE - FIRMING - CONTOURING



Silkikennt kremið blandast óaðfinn- anlega við húðina, gefur henni mýkt og vinnur gegn öldrun hennar. Með einstakri formúlu og Up-Cohesion™ tækni verður húðin mýkri, þéttari, fylltari, útlínur andlitsins skýrari og minna ber á hrukkum og línunum. Í línunni eru einnig krem fyrir þurra húð, næturkrem, þéttandi, nærandi og lyftandi kremmaski og augnkrem.

RÉNERGIE MULTI-LIFT ULTRA
DOUBLE-WRAPPING CREAM MASK



Nýr nútímalegur og tæknilegur „grímu“ maski með 20 grömmum af Rénergie Multi-Lift Ultra kremi og jafn miklu hörfræjapykni og í einni kruggu af kreminu. Húðin verður þéttari og fyllri, húðliturinn jafnari, útlínur andlitsins skýrari og minna ber á línunum og hrukkum. Maskinn er tvískiptur, fyrir efri og neðri part andlitsins. Notist einu sinni í viku í 20 mínútur.

RÉNERGIE MULTI-GLOW
RADIANCE - PLUMPNESS - LIFTING



Krem sérhannað fyrir GULLNU ÁRIN. Með hækkandi aldri missir húðin þéttleika og ljóma. Kremið bráðnar inn í húðina, gefur raka og næringu. Inniheldur m.a. berjapykni og hörfræjapykni sem endurvekja fallegan húðlit og ljóma, vinna gegn hrukkum, þétta og lyfta. Multi-Glow næturkremið styrkir varnarkerfið og augnkremið mýkir, dregur úr þreytumerkjum, línunum, hrukkum og frískar upp á húðina.



Herborg Svana Hjelm og Birgir R. Reynisson matreiðslu-meistarar reka kampavinsbarinn á Hlemmi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIG-TRYGGUR ARI

Bleiki freyðivinsbarinn sló í gegn

Freyðivinsbarinn Trúnó var opnaður nýlega með pomp og prakt og sló í gegn frá fyrsta degi. Trúnó er kærkomin viðbót sem eykur flóruna í matar- og veitingahúsamenningu borgarinnar.

Sjöfn Þórðardóttir
sjofn@torg.is



Trúnó er staðsettur á Hlemmi Mathöll við hliðina á Fjárhúsinu og má með sanni segja að hann lifgi upp á matar- og drykkjaflóruna sem þar er í boði.

Herborg Svana Hjelm framkvæmdastjóri og Birgir R. Reynisson matreiðslumeistarar eru eigendur staðarins og aðspurð segjast þau hafa gengið með þessa hugmynd í maganum í nokkurn tíma um að opna þennan frumlega og skemmtilega stað. Herborg hefur átt þennan draum lengi. „Ég sat í London við ána Thames og var að drekka

freyðivín og hugsaði af hverju það væri ekki til svona hlýr og notalegur staður hérna heima, þar sem hægt væri að drekka freyðivín og njóta.“ Herborgu fannst vanta stað þar sem áherslan væri fyrst og fremst á freyðivín, þar sem væri bæði fjölbreytni í tegundum og verði og auðvelt væri að skreppa og njóta í góðra vinkvenna- eða vina-hópi. „Við erum að bjóða freyðivín á krana á 990 krónur glasið og svo erum við líka með dýrara freyðivín og kampavín.“ Fólk hefur því valið og allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi.

Eitt freyðivinsglas

Hvað dreifykkur áfram í að opna nýjan stað í miðjum heimsfaraldri?



Girnileg humarsúpa og auðvitað er kampavín á kantinum.

„Með hækandi sól og freyðivín í hjarta fannst okkur alveg tilvalið að opna barinn og gleðjast. Þessi heimsfaraldur fer nú senn vonandi að ganga yfir og þá er fátt skemmtilegra en að setjast niður í góðra vina hópi og fá sér freyðivín, en við bjóðum einnig upp á fjölbreytt úrval af freyðivins-kokteilum,“ segir Herborg og segir að viðtökurnar hafi verið alveg frábærar frá fyrsta degi.

Blinis með silung og kaviar

Það er líka hægt að panta létta rétti með freyðivíninu. „Við bjóðum upp á freyðivín á krana og létta rétti, sem henta vel ef vinir/vinkonur vilja hittast og fá sér eitt freyðivinsglas og fara á Trúnó, má þar

nefna að við bjóðum upp á sjávarréttasúpu og blinis með silung og kaviar.“

Útlitið sótt í breskar hefðir

Staðurinn Trúnó er skemmtilega hannaður og veggfóðrið vekur sérstaklega athygli gesta fyrir sína faguðu áferð og fallegar myndir af fjöðrum að breskri fyrirmynd. „Mig langaði að hafa staðinn bleikan og litrikan, hlýlegan og þínu í anda breska hefðarfólksins.“

Það má með sanni segja að vel hafi tekist til og rómantísk stemning svífi yfir Trúnó með bleika litnum í forgrunni og gaman að fá svona nýjungar í borgina. Margir munu örugglega njóta þess að fá sér kampavín á sólarðögum.

MARINE COLLAGEN FYRIR HÚÐ, HÁR OG NEGLUR

Kollagen er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans. Kollagen er í öllum liðum, liðamótum, vöðvum, sinum og beinum mannlíkamans og:



- Seinkar öldrun húðarinnar
- Dregur úr sýnilegum hrukkum og finum línum í húðinni
- Eykur rakastig og stinnleika húðarinnar
- Lagfæra hárfæðslitavæði
- Stuðlar að upptöku kalsíums og kalsíumþáttar.

Vítamín C:

- Stuðlar að eðlilegri myndun kollagens fyrir starfsemi brjósks, beina og húðar
- Stuðlar að eðlilegri starfsemi tauga- og ónæmiskerfisins
- Stuðlar að því að verja frumur fyrir oxunarlagi og draga úr þreytu
- Stuðlar að endurnýjun afoxaðs forms E-vítamíns og aukinni upptöku járns.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA,

Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fast á www.arcticstar.is
Arctic Star Marine Collagen
Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum, Hagkaupum, og Fjarðakaup.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618

Gómsætt pastasalat

Nú þegar margir þurfa að mæta í vinnuna á ný er tilvalið að leiða hugann að hentugu og næringarríku nesti sem sparar bæði tíma og pening. Pasta klikkar aldrei og þá er pastasalat sérstaklega sniðugt þar sem það inniheldur einnig ferskt grænmeti og er því ögn hollara en hefðbundið pasta. Hérna er uppskrift að gómsætu pastasalat.

500 grömm pasta – penne- eða skrófpasta er tilvalið

- ½ bolli rauðlaukur
- 1 bolli svartar ólífur
- 1 bolli ferskt kál
- ¼ bolli fersk steinselja
- 1 msk ólífuolía
- 2 msk. hvítvinsedik
- ½ tsk. oregano
- ½ tsk. hvítlauksduft
- ½ tsk. laukduft



Pastasalat er ljúffengt og fullkomið í nesti. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

¼ tsk. chilipipar
Smá kókossykur

Eldaðu pastað og leyfðu því að kólna. Gott er að kæla það með köldu vatni. Skerðu niður græn-

metið á meðan þú sýður pastað. Hræðu saman innihaldsefnunum fyrir dressinguna. Blandaðu saman pasta, dressingu og grænmeti og smakkaðu til með salti og pipar.

Smáauglýsingar

550 5055

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

Þjónusta

Garðyrkja



- » Jarðvinna
- » Drenlagir
- » Hellulagir
- » Þökulagir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780

prostone@prostone.is

Bókhald

FRAMTALSADSTOÐ - BÓKHALDSPJÓNUSTA

Þjódum einstaklingum framtalsaðstoð og fyrirtækjum alhliða bókhalds og uppgjörsþjónustu.

Góð þjónusta á sanngjörnu verði.

Uppl. í síma 8548080/5168080
retta.is
olafur@retta.is



Málara

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

REGNBOGALITIR.IS

Málningaþjónusta Við málum og spörslum hús og mannvirki innan sem utan. Við háþrýstipvöum, vatnsverjum og styrkjum steiningu og sjónsteypu. Við erum vandvirkir fagmenn með mikla reynslu. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Meindýravarnir

Vantar þig meindýraeyðir?

Sé um öll smærri og stærri verk, eyðingu sem og ráðgjöf.

Upplýsingar í síma 780 4481.

Er með öll tilskilin leyfi.

Cultus/Jóhann

Húsviðhald



Rúnar Múrari ehf
S - 780 - 28 38

Tröppuviðgerðir - Húsviðgerðir
- Þakmálun - Málningarvinna - o.m.fl.
https://runarmurari.is



» Smíðavinna

» Múrvinna

» Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780

prostone@prostone.is



LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR



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



Húsasmíður getur bætt við sig verkefnum

- Öll almenn húsasmíði.
- Vönduð vinnubrögð.
- Góð umgengni.

www.fagsol.is
fagsolbyggir@gmail.com
S. 773-3376

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Flísalagnir

Múrvinna

Málningarvinna

Smíðavinna

Tréverk

Blikkvinna

bpbygggef@gmail.com
Sími 844 5469

HELLULAGNIR

Ásgarðar tekur að sér allar almennar hellulagnir. Erum að taka niður pantanir fyrir sumarið.

Áralöng reynsla vönduð vinnubrögð Gerum tilboð að kostnaðarlausu

Email: hellulogn@gmail.com
S. 898 6085 og S. 848 6564



www.verslun.is



www.geirihf.is



www.verslun.is

FRÁ 1. FEBRÚAR - NETVERÐ

20%

AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM VÖRUM Í NETVERSLUN WWW.VERSLUN.IS



www.verslun.is



www.geirihf.is

STÓRELDHÚS
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS

Straumur
...hillukerfi

Sýningareldhús - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is Netverslun á www.verslun.is

Taktik 5696f

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bærustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl.; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is



Varahlutir í VOLVO Vinnutæki



Vertu vinnu okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjaland.is

Ferðaðþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARET ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?



HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



LOK Á HEITA POTTA



Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.

Metum ástand og gerum við.

www.fjardarbolstrun.is

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is

Húsviðhald

ALLT Á EINUM STAD

Viðgerðarþjónusta fyrir heimilin
S 888 4322 eða Facebook
Viðgerðarmaðurinn Albert

Nudd

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur.
Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Múrarar

Get bætt við mig flísalögnum og múrvinnu, 20 ára reynsla. Uppl. í s. 866 3300

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskípti.
Straumblik ehf. Löggiltur
Rafverktaki. straumblik@gmail.com

FRÉTTIR, FÓLK &
MENNING
á Hringbraut

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

Óskast keypt

Kaupi gamla mynt, isl. & erlenda
brons, silfur og gullpeninga.
Peningaseðla frímerki póstkort.
Verðmet heil söfn. S. 615 2715.

Skólar &
Námskeið

Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH,
NORWEGIAN, DANISH &
SWEDISH F. FOREIGNERS -
ENSKA, NORSKA, DANSKA,
SÆNSKA

Only 2-5 students per course
! Also Icelandic for Thais and
Vietnamese. Einnig Sérnámskeið
fyrir Heilbrigðisstarfsfólk/Also
Special Courses for Health Personnel.
Enska fyrir Leiðsögumenn/Icelandic
for Guides. Start: 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/
Vinnuálastofnun endurgreiða
50-90% gjalds. www.iceschool.
is - ff@icetrans. is. facebook.
com/icetrans. IceSchool-
Fullorðinsfræðslan 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

2ja herb 70 fm íbúð á jarðhæð, sér
inngangur og sér bílastæði í hverfi
105 Rvk. Laus nú þegar. Uppl. s:895-
6307.

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Parftu þitt pláss? Við erum með nóg
af því. Allt að 20% afsláttur. www.
geymslur.is

Tilkynningar

Einkamál



Finndu félagsskap fyrir framtíðina.
30 daga áskrift kostar aðeins 999 kr.



www.makaleit.is

Vandaður íslenskur
stefnumótavefur. Makaleit.is -
aðeins 999 kr

Óska eftir að kynast konu á aldrinu
50-70 ára sem er heiðarleg og
glæðlynd. Hafið samband í síma
824 8872.

intellecta.is

RÁÐNINGAR



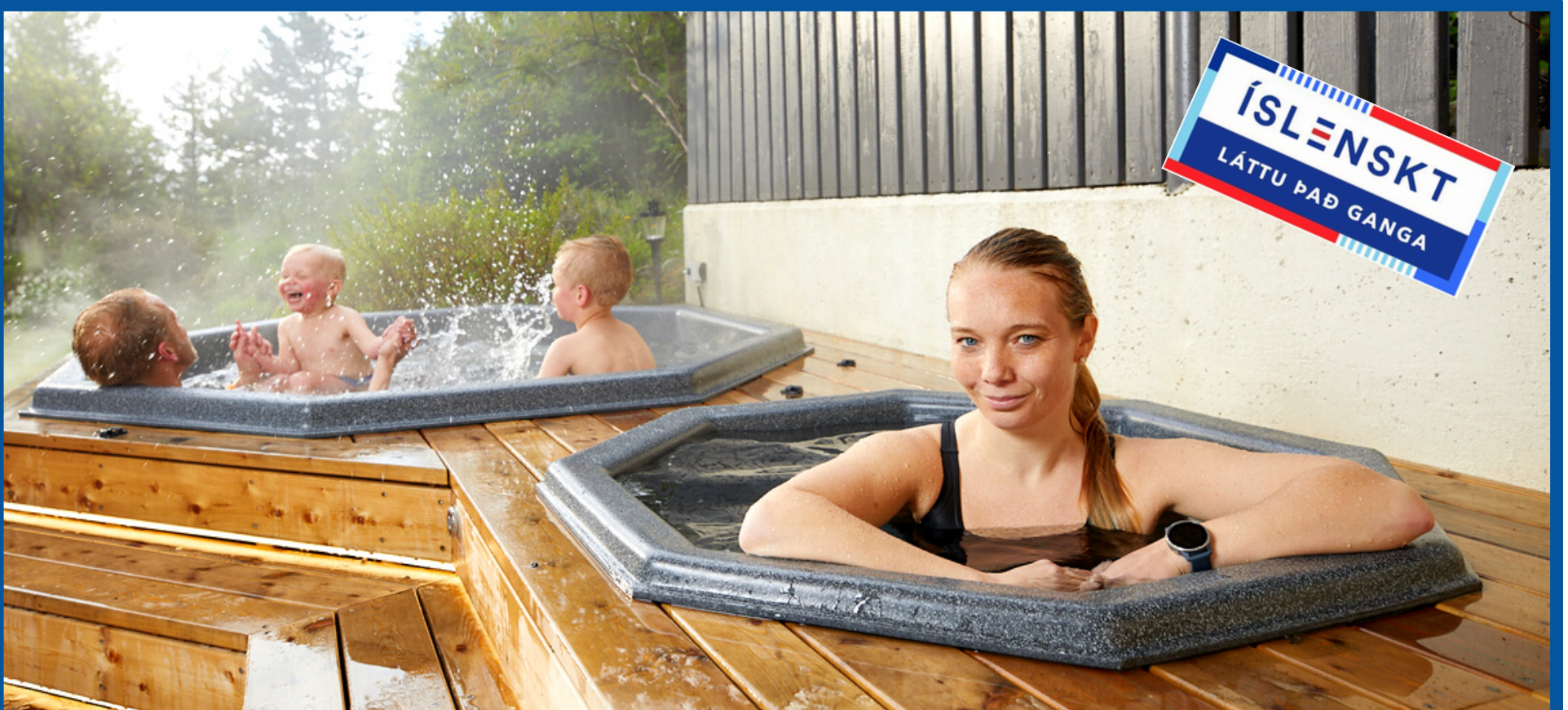
intellecta



Gamli glugginn úr,
nýi glugginn í
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,
ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is



Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í
mark hjá ÖLLUM í fjölskyldunni!



Sigurlaug
124.500 kr.

Gvendarlaug
177.000 kr.

Grettislaug
239.000 kr.

Geirslaug
257.000 kr.

Unnarlaug
285.000 kr.

Snorrulaug
278.000 kr.

NORMX

Íslensk framleiðsla í 38 ár!

Auðbrekku 6 200 Kópavogi
Sími 565-8899 normx@normx.is

Nú eigum við alla okkar potta til á lager, en það er ekki víst að það
verði þannig í sumar. Kannski er bara rétti tíminn núna til að fara að
huga að pottakaupum og tryggja sé pott fyrir sumarið, hver veit?

BIOThERM

THE POWER OF LIFE PLANKTON™

Hrukkur: - 46%

Þéttleiki: + 48%

Ljómi: + 52%



**100% Náttúruleg
Góðgerlablanda**

**Endurlífguð húð á 8 dögum
sjáanlega sterkari og unglegri húð**

LIFE PLANKTON™ ELIXIR

[LIFE PLANKTON™ PROBIOTIC FRACTION + HYALURONIC ACID + VITAMIN C]

Grunnserumið okkar sem vinnur gegn öldrun húðarinnar inniheldur 100% lífrænt gerjada mjög virka góðgerla, Life Plankton™, sem styrkja varnarkerfi húðarinnar, örva viðgerðarhæfni og endurnýjun hennar og byggir hana upp.

LIFE PLANKTON™ LÍNAN

frá Biotherm inniheldur öll Life Plankton™ sem er öflug, náttúruleg, sjálfbær góðgerlablanda úr heitum lindum í frönsku Pyreneafjöllum.

Biotherm hefur einkaleyfi á Life Plankton™ sem örvar viðgerðarhæfni húðarinnar og hefur verið rannsakað í samvinnu við margar virtustu stofnanir og háskóla og hafa verið ritaðar yfir 100 fræðigreinar um efnið frá því það var fyrst notað í Biotherm vörur 1952.

DAGKEM – AUGNKREM



Life Plankton™ Emulsion dagkrem dregur úr ertingu, viðkvæmni, rakanærir, verndar og stuðlar að betra jafnvægi húðarinnar.

Life Plankton™ augnkrem stuðlar að frumuendurnýjun, mýkir húðina, þéttir, stinnir og minna ber á línun, hrukkum og baugum.

MASKI



Life Plankton™ grímumaski með hæsta hlutfalli af virka efninu Life Plankton™. Maskinn er settur á hreina húð í 8 mínútur, fjarlægður og restinni af seruminu er nuddað inn í húðina.

CREAMY PEEL – AMPÚLUR



Life Plankton™ Mild Creamy Peel er mild en áhrifarík húðslípun sem losar dauðar húðfrumur og hreinsar húðholur eins og segull.

Life Plankton™ ampúlur með háu hlutfalli virka efnisins og hýaluronsýru styrkja varnarkerfið, örva húðendurnýjun og gefa raka og fyllingu.



BODY LOTION – BODY OIL



Life Plankton™ 400 ml body lotion með pumpu sem styrkir, gefur húðinni ljóma, raka og næringu.

Life Plankton™ 125 ml líkamsolía sem endurnýjar húðina, byggir upp, gefur raka, er andoxandi og dregur úr sjáanlegum slitmerkjum.

Út fyrir kassann

Sigmundur Ernir Rúnarsson



Strákarnir okkar



Höfundur er sjónvarpsstjóri Hringbrautar, sem rekinn er af Torgi, sem jafnframt gefur út Fréttablaðið.

Í barnaskóla æsku minnar stóðum við krakkarnir í röð framan við aðalanddyrið og jöfnuðum bilið, eins og það hét, í vel skipulögðum röðum áður en bekkjarfélagarnir héldu hver á fætur öðrum inn í musteri menntunarinnar.

Svona var það alla morgna.

Hjá langsamlega flestum okkar.

Nema tossunum. Þeir fóru inn að aftan. Kjallaramegin.

Í einhverri óskaplegri bendu.

Og voru geymdir þar í neðra.

Ekki man ég samt eftir öðru en að tossarnir í mínum árgangi fengju að njóta sín með okkur hinum í frímínútnum. Og þar var heldur ekki annað að sjá en þeir nytu sín til fullnustu. Þetta voru enda orkumiklir strákar, einn og betri en við hinir í fótbolta og fallinni spýtu.

Og létu verkin tala.

Dauðfegnir að losna úr kjallar-anum.

Á fullorðinsárum hef ég stundum hitt þessa stráka á förnum vegi, en þó heldur stopult – og raunar mun sjaldnar en marga bekkjarfélagana af efri hæðunum.

En man gleggst eftir einum.

Hann var um tíma leigubílstjóri – og þó raunar bara afleysingamaður á næturvöktum – og kvaðst vera góður sem slíkur í harkinu, eins og hann komst að orði þegar hann skutlaði mér heim af næturlífinu.

Svo hitti ég hann ekki lengi vel fyrr en hann stóð allt í einu á

tröppunum framan við heimili mitt, hafði bankað þar upp á síðla kvölds, kvaðst eiga við mig erindi, væri bugaður af skömm og eftirsjá, hvort ég væri ekki einn þeirra sem héldu úti fréttaskýringaþættinum Kompási á Stöð 2, en hann óttaðist að þar gæti sést til hans í umfjöllun um ósæmlega háttsemi.

Ég gat ekki lofað honum miklu. Skildi við hann með þeim orðum. Og hann tók líf sitt stuttu seinna.

Bæði fyrr og síðar hef ég verið hugsi um skólana á Íslandi. Til hvers eru þeir? Hverjum eru þeir ætlaðir?

Og hverjum ekki?

Gamall skólamaður, sem ég virði mikils, taldi mér einu sinni trú um það að reglur ríkisins um skyldunám barna væru óþarfar, utan einnar, sem því miður hefði aldrei ratað í margstagað regluverkið, sumse það boðorð að börnum eigi að liða vel í skóla.

Önnur skikkan skipti engu máli.

Vinnufélagi minn frá því á árum áður er sömu skoðunar. Í hvert sinn sem við hittumst inni ég hann eftir því hvernig ungum syni hans vegni. Og það er ekki að ástæðulausu. Tvisvar var hann færður á milli bekkja í barnaskóla vegna alvarlegs eineltis. Og þegar það dugði ekki, á síðasta ári grunnskólans, skipti hann um skóla.

Alltaf var hann færður til, þólandinn, aldrei gerandinn. Ekki orsökinn, heldur afleiðingin.

Og svo fór að sonurinn hætti öllu námi, réð sig á lager í stórrí verslun og starfar þar enn, en tekur ekki í

mál að fara í framhaldsskóla, telur sig vita hvað biði hans þar.

Áþekk er sagan af ungum frænda mínum, einum þeim atorkumesta í stórfjölskyldunni, en lengi fram eftir táningsárum stóð hugur hans til þess að verða múrari að atvinnu. Verkmenntaskólinn var þó á öðru máli. Strákurinn yrði að klára stærðfræði. Sem var ekki möguleiki, út af talnablindu, meðfæddri. Og gildi einu þótt meistarin, sem hann var í vinnu hjá, sendi bæna-skjal á skólann, en dugmeiri mann hefði hann ekki haft í vinnu, með meðfædda rýmigreið – og ekkert væri dýrmætara í faginu.

En skólanum var sama. Reglur eru reglur. Stærðfræði er stærðfræði. Og íslenskt múrverk missti því af mikilhæfum liðsmanni.

Fyrr og síðar falla strákarnir úr skóla. Altso, eru felldir. Þeim er komið burt með kerfislegum hætti.

Hér er ekki svo að tölur tali sínu máli, því miklu fremur hrópa þær og æpa. Og á bak við hverja þeirra er manneskja.

Þrír af hverjum fjórum sem eiga erfiðast með að læra íslensku í tíunda bekk eru drengir. Þeir eru miklir eftirbátar stúlkna við að lesa sér til gagns. Og ekki batnar staða strákanna þegar komið er í framhaldsskóla, ef þeir fara þá þangað. Helmingi fleiri strákar en stelpur hverfa þaðan úr námi. Enn sígur á ógæfuhliðina þegar komið er í háskóla. Strákar eru í minnihluta stúdenta og í minnihluta þeirra sem klára háskólapróf. Í meira en áratug hefur það verið svo að konur eru um sjötu prósent brautskráðra



BÆÐI FYRR OG SÍÐAR

HEF ÉG VERIÐ HUGSI UM

SKÓLANA Á ÍSLANDI. TIL

HVERS ERU ÞEIR? HVERJUM

UM ERU ÞEIR ÆTLADIR?

OG HVERJUM EKKI?

úr háskólum landsins. Og sama er upp á teningnum hvað varðar framhaldsnám háskólanna, því aðeins einn af hverjum fjórum háskólanemum útskrifast með meistaraáráðu eða doktorspróf.

Allar götur frá því seint á sjöunda áratug síðustu aldar hefur kvenfrelsisbaráttan verið háð hér á landi með oddi og egg. Í ríflega hálföld hafa konur jafnt sem karlar barist fyrir því að jafna hlut kynjanna í námi, störfum, völdum og kjörum.

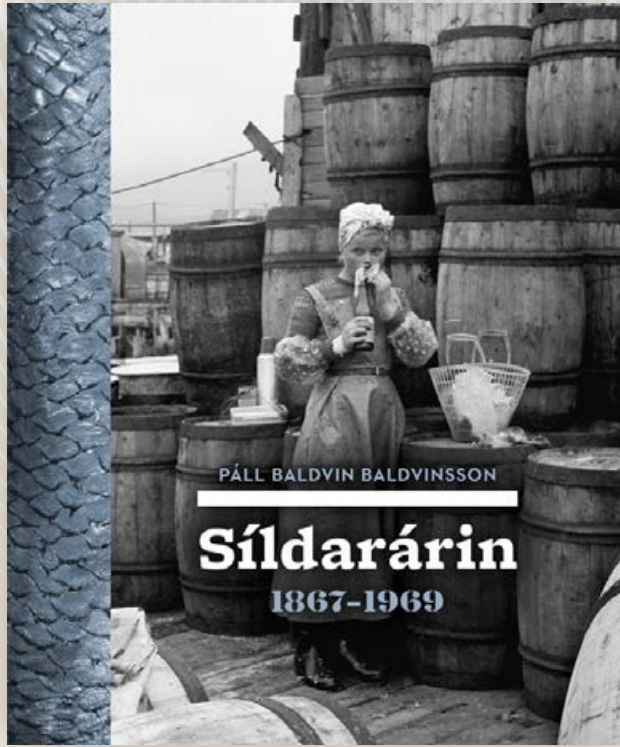
Árangurinn er umtalsverður. Raunar á heimsmælikvarða, ef út í svoleiðis samanburð er farið.

Í öllu falli er nú svo komið að konur eru í miklum meirihluta þeirra sem sækja sér menntun hér á landi. Þær munu þar af leiðandi taka forystu í atvinnulífi landsmanna á komandi árum.

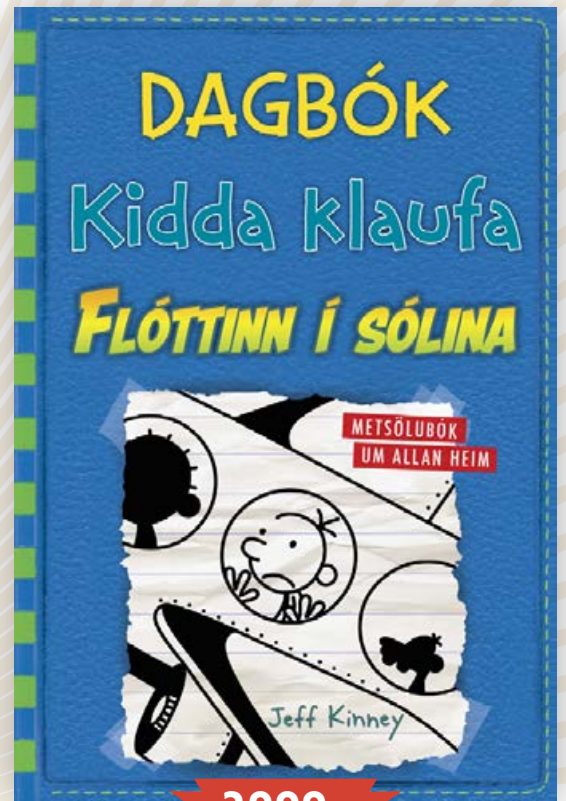
Við höfum barist fyrir jafnrétti. Blessunarlega. Og sem þjóð erum við stolt af þeim árangri sem þar hefur náðst, fyrir stelpurnar okkar.



1990.-



8990.-



2999.-



BÓKA

MARKAÐURINN

Laugardalsvelli

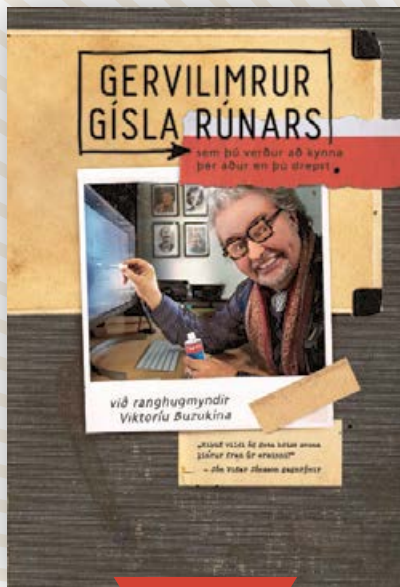


25. FEBRÚAR - 14. MARS

ÓTRÚLEGT ÚRVAL • ÞÚSUNDIR TITLA

VERUM UMHVERFISVÆN - NOTUM MARGNOTA BURÐARPOKA

OPÍÐ KL. 10 - 21 ÖLL KVÖLD



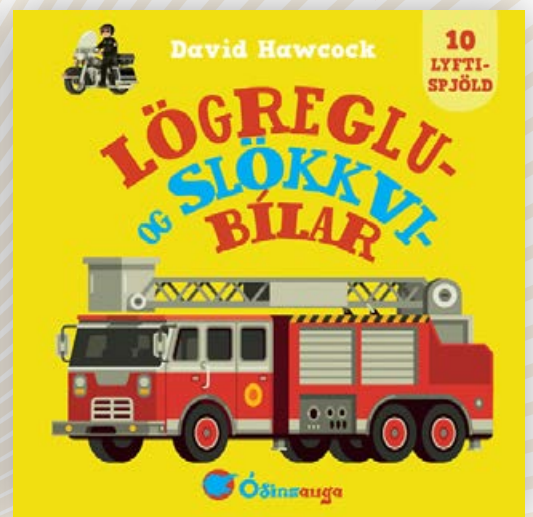
3999.-



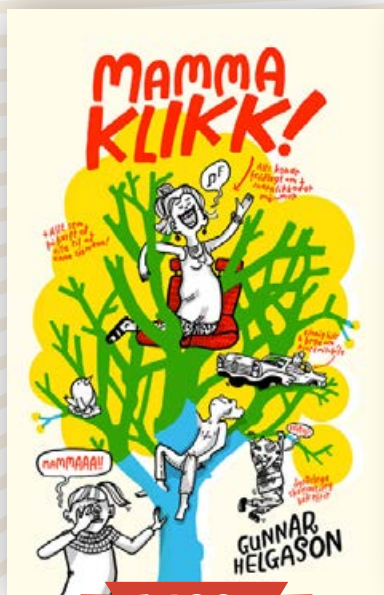
990.-



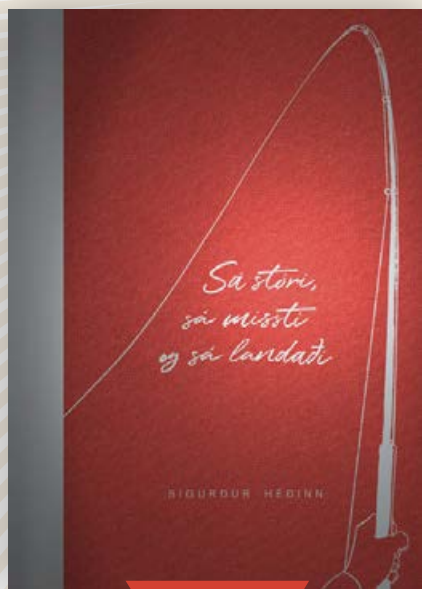
690.-



1490.-



1490.-



4990.-



2999.-



3999.-

Ræktunardagar

Ráðgjöf um helgina

Vilmundur Hansen veitir ráðgjöf um sáningu vorlauka í Blómavali í Skútuvogi, laugardag og sunnudag frá kl. 13-17.



Vilmundur Hansen.



20%

Fræ í úrvali Matjurtir Kryddjurtir Sumarblóm

20%

Vorlaukar Dalíur Liljur Anemonur Gladíólur o.fl.



Gróðurmold, 10 ltr. Úrvals gróðurmold. 10333655

499 kr ~~699 kr~~

Pottaplöntur

Ný sending í hverri viku

21%

Sjómanns gleði 13 cm pottur. 11328400

3.390 kr ~~4.279 kr~~



26%

Orkidea 12 cm pottur. 11325000

1.990 kr ~~2.690 kr~~



21%

Gullfjædur-pálmi 17 cm pottur. 11400153

4.490 kr ~~5.690 kr~~



blómaval
heillandi heimur



15%

Electrolux

Kæli/frystir tvöfaldur

Vandaður amerískur ísskápur með frönskum hurðum, ryðfrítt stál, vatns- og klakavél, sér kæliúffna sem hentar vel fyrir drykkjaföng, heildarrými kæli/frystir 413/268 ltr., er með Wi-Fi til að nota með My Electrolux Kitchen App. 1809001



Sparaðu 60.000 kr

Kæli/frystir

Kæli/frystir í orkuflakki A++ með heildarrými upp á 312 ltr., kæli 223 ltr., og frystir 89, ryðfrítt stál útlit og sér flöskuhillu. 1854011

69.990 kr ~~79.990 kr~~

43%

Electrolux

Ofn EEB4231POX

Vandaður ofn með stórra víftu sem tryggir jafnari eldun, með níu stillingum, grill, undir hiti, yfir hiti + undir hiti, pizza, hraðgrill, heitt loft, heitt loft + gufa og turbó grill, 59,4 x 59,4 x 56,7 cm. 1860178

49.990 kr ~~87.490 kr~~



20%

Electrolux

Ofn EOD5C50Z

Ofn með SteamBake tækni, veitir betri skorpu á brauð, múffur og annan mat, katalískur sjálfhreinisbúnaður, fletir sem eyða fitu og óhreinindum, með mjúkklokun, tekur 72 ltr., orkuflakki A. 1860076

74.990 kr ~~94.495 kr~~



25%

Örbylgjuofn, 700W

Gallet, með 6 hitastillingum og afþýðingu, tímastillir upp í 30 mín., rúmmál 20 ltr., glerplata 24,5 cm, hljóðstyrkur 63 dB, stærð: 24x44,5x34 cm, þyngd 9,5 kg. 1853001

9.743 kr ~~12.990 kr~~

25%

eta
since 1943

Brauðrist, 930W

Storio, öflug Retro brauðrist, með 7 hitastillingum og brauðkörfu, takkar fyrir að afþýða, endurhita og stoppa. 1851506

5.243 kr ~~6.990 kr~~

20%

AEG

Ryksuga AEG VX41EB 750/650W, lengd á snúru er 5 m og vinnuradíus 8 m, hljóð við notkun 80 dB, ryksuguhaus fyrir parkett og mottur, tveir aukastútar, mjúk gúmmihjól, gaumljós til að láta víta þegar skipta þarf um poka. 1870001

13.590 kr ~~16.990 kr~~



20%

Amica

Eldavél

Eldavél 60 cm með blæstri. 1850509

69.990 kr ~~92.985 kr~~



25%

Airfryer, 1500W

Formio ETA, 3,5 ltr., tilvalinn fyrir að elda franskar, kjöt, fisk og fleira, hentugur líka til að hita upp tilbúnar máltíðir, svo má líka nota í bakstur, eins og muffins, með hitastillingu fyrir 80-200°C. 1851560

11.243 kr ~~14.990 kr~~



20%

Electrolux

Ryksuga PURE D8.2

Hljóðlát (57 dB), en öflug ryksuga, 500W og með 12 metra vinnuradíu, inniheldur 55% endurrunnið plast, margverðlaunuð hönnun. 1870002

31.990 kr ~~39.995 kr~~





HÚSASMÍÐJAN

FYRIR ÞIG

Raftækjadagar

Gerðu verðsamanburð



Sparaðu **10.000.**kr



Þvottavél 1200 sn., 7kg

Tekur 7 kg og með A+++ orkunýtingu, Time Manager, Fuzzy Logic LCD upplýsingaskjár, hljóðstyrkur 58 dB en 77 dB við þeytingu. 1805436

69.990kr

~~79.990~~kr



AEG

AEG þvottavél 8 kg, 1400 sn.

Kolalaus mótur, vigtar sjálfkrafa þyngd, velur ákjósanlegan þvottatíma, stýttir þannig bæði tíma, vatn og orku. 1860502

89.990kr

~~94.990~~kr



15%

Sparaðu **10.000.**kr



Þurrkari, barkalaus

Tekur 7 kg, orkuflokkur B, stærð: 85X59,6X57 cm, 67dB, tromla 104 ltr. 1835643

69.990kr

~~79.990~~kr



Sparaðu **15.000.**kr



Uppþvottavél

13 manna borðbúnaður, orkunýting A++, 30 mín., hraðkerfi, kolalaus mótur, Time Manager, hljóð dB 47. 1809120

79.990kr

~~94.990~~kr



Sparaðu **10.000.**kr



Þvottavél 1400 sn., 8kg

8 kg 1400 sn., orkunýting A+++, kolalaus mótur, LED skjár sem sýnir tíma sem er eftir. 1860470

79.990kr

~~89.990~~kr



Nýtt raftækjablað

Skoðu blaðið á husa.is

TÍMAMÓT

Merksatburðir

1927 Kolakrani er reistur í Reykjavíkurhöfn en sá þótti með fullkornustu krönum Norðurlandanna á sínum tíma. Hann stóð í tæplega 41 ár.

1928 Togarinn Jón forseti strandar við Stafnes. Fimmtán skipverjar týna lífi en tíu bjargast.

1933 Ríkisþinghúsið í Berlín brennur til kaldra kola.

1941 Togarinn Gullfoss ferst við Snæfellsnes með nítján manna áhöfn.

1953 Barnaskólahúsið í Hnífsdal fýkur af grunni sínum í fávíðri og splundrast.

1964 Ríkisstjórn Ítalíu óskar eftir aðstoð til að varna því að **Skakki turninn í Pisa** falli.

1975 Hornstrandir hljóta friðlýsingu.

1991 George Bush eldri lýsir yfir sigri í Persaflóastríðinu eftir að Írakar lýsa yfir vopnahléi og samþykka að afvopnast.

1996 Pokémon-tölvuleikurinn kemur í fyrsta sinn út í Japan.

2010 Jarðskjálfti, tæpir niu að stærð, skekur Chile og kemur af stað flóðbylgju.



Skakki turninn í Pisa.

Á milli reiðu og óreiðu

Sýning Ingunnar Fjolu Ingbórsdóttur í Norr11 nefnist Óreiðukenningin. Hún segir að að baki hlutum sem virðast tilviljanakenndir geti legið flókin undirliggjandi kerfi.

Ég hef lengi verið að þæla í alls kyns kerfum, strúktúrum og mörkum óreiðu og reglu," segir Ingunn Fjola Ingbórsdóttir myndlistarkona um sýningu sína, Óreiðukenninguna. „Þetta bil milli reiðu og óreiðu hefur verið þema sem ég hef velt fyrir mér í þó nokkurn tíma.“ Helstu þemu sýningarinnar eru reglur, frávik, stöðugleiki og óreiða sem Ingunn segir að megi finna í öllum verkunum. „Ég hef verið að þæla hvort heimurinn sé í eðli sínu kaótískur eða hvort hann stýrist af reglum og lögmálum. Hvort það séu tilviljanir í lífinu eða ekki," segir hún. „Sumt sem við upplifum sem óreiðukennt er hluti af heildarmynd sem er kannski svo stór að við komum ekki auga á hvað sé orsök og hvað sé afleiðing. Ég fór aðeins að kanna þetta og kynntist þannig óreiðukenningunni.“



Ingunn veltir fyrir sér hvort heimurinn sé kaótískur eða hvort hann stýrist af reglum og lögmálum. Að baki má sjá eitt verkið sem ber heitið Stöðugleiki. MYNDIR/ADSENDAR

Algóripmar og fiðrildi

Í grunninn byggir óreiðukenningin á að ýmis kerfi heimsins sem virðast hegða sér tilviljanakennt stjórnað í raun af undirliggjandi mynstrum og ákveðnum lögmálum. Þessi kerfi geta verið viðkvæm fyrir breytingum á upphafsskilyrðum, þar sem litlar breytingar geta haft stórar afleiðingar, samanber hina svokölluðu fiðrildakenningu.

„Ég er ekki stærðfræðingur og nálgast efnið sem myndlistarmaður," segir Ingunn. „Ég er ekki að reyna að útskýra þetta á vísindalegan hátt heldur frekar að nálgast þetta út frá því hvernig ég skynja það. Sem dæmi áttum við okkur heldur ekki alltaf á þeim undirliggjandi kóðum og algóripnum sem stýra svo mörgu í okkar daglega lífi heldur sjáum við aðeins birtingarmyndina sem kann að virðast tilviljanakennd.“

Lifandi vettvangur

Það getur reynst listamönnum þrautin þyngrri að túlka sanna óreiðu en Ingunn segist hafa beitt nokkrum aðferðum til þess. „Ég bjó til ákveðnar reglur sem ég ýmist fylgdi eða braut. Þetta á sérstaklega við í pappírsverkunum þar sem ég byrjaði með ákveðna reglu og lagði svo aðra reglu ofan á," segir hún. „Í ferlinu urðu stundum mistök. Þau gátu verið óvart en stundum gerði ég þau viljandi og ég lék mér aðeins að þessum mörkum.“

Verk Ingunnar eru fjölbreytt, hún vinnur meðal annars með ofin verk, teikningar og vatnsliti. „Í fyrsta skipti í langan tíma er ég að vinna verk á pappír," segir hún. „Ég hef aðallega verið að vinna málverk og innsetningar og hef sérstaklega verið að þreifa mig áfram með tenginguna á milli málverks og textíls.“



Ofna málverkið Stöðugleiki.

Sýningin er í verslun Norr11 við Hverfisgötu sem er öðruvísi vettvangur en Ingunn hefur áður vanist. Ég hef aðallega verið að sýna í gallerium og á listasöfnum en hef aldrei prófað að sýna áður í húsgagnavöruslun," segir hún. „Mér fannst spennandi að taka þátt í þessari sýningaröð sem Elísabet Alma hjá Listval sýningarstýrir. Verslunin er ekki stór, en rýmið er fallegt og þar eru vandadar vörur og góð hönnun. Hún er óhefðbundin að því leyti að þar eru frekar fáir hlutir til sýnis hverju sinni, en þau eru dugleg að breyta til og skipta út svo það myndast lifandi og skemmtileg stemming. Svo er þetta tækifæri fyrir mig til að kynna verkin mín fyrir öðrum hóp en kemur venjulega á sýningarnar mínar.“

arnartomas@frettabladid.is

Nærgætni, hlýja og virðing Við andlát ástvinar

ÚTFARARSTOFA
REYKJAVÍKUR

Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is

Ísleifur Jónsson Steinunn Magnúsdóttir
Útfararstjóri Útfararþjónusta
Farsími 821 5353 Farsími 861 3441 Þjónusta allan sólarhringinn

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUT • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242

Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er

Sverrir Einarsson

www.utforin.is

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
SÍÐAN 1996

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



ÚTFARARSTOFA
KIRKJUGARÐANNA

Útfararþjónusta í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkyningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á timamot@frettabladid.is eða hringja í síma 550 5055.

+

Ástkær systir, mágkona og frænka,
Viktoria Bryndís Viktorsdóttir
fótaaðgerðarafræðingur,
Sóltúni 16,

lést á Landspítalanum þann 16. febrúar.
Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík fimmtudaginn 4. mars kl. 13.
Allir velkomnir meðan húsrúm leyfir. Einnig verður athöfninni streymt á youtu.be/DLBbZIFM1Rs og hægt verður að nálgast virkan hlekk á mbl.is/andlat

Haukur A. Viktorsson
Jóhann Árni Helgason
Jón Ari Helgason

Gyða Jóhannsdóttir
Þóra Einarsdóttir
Ingibjörg Sæmundsdóttir
og fjölskyldur.

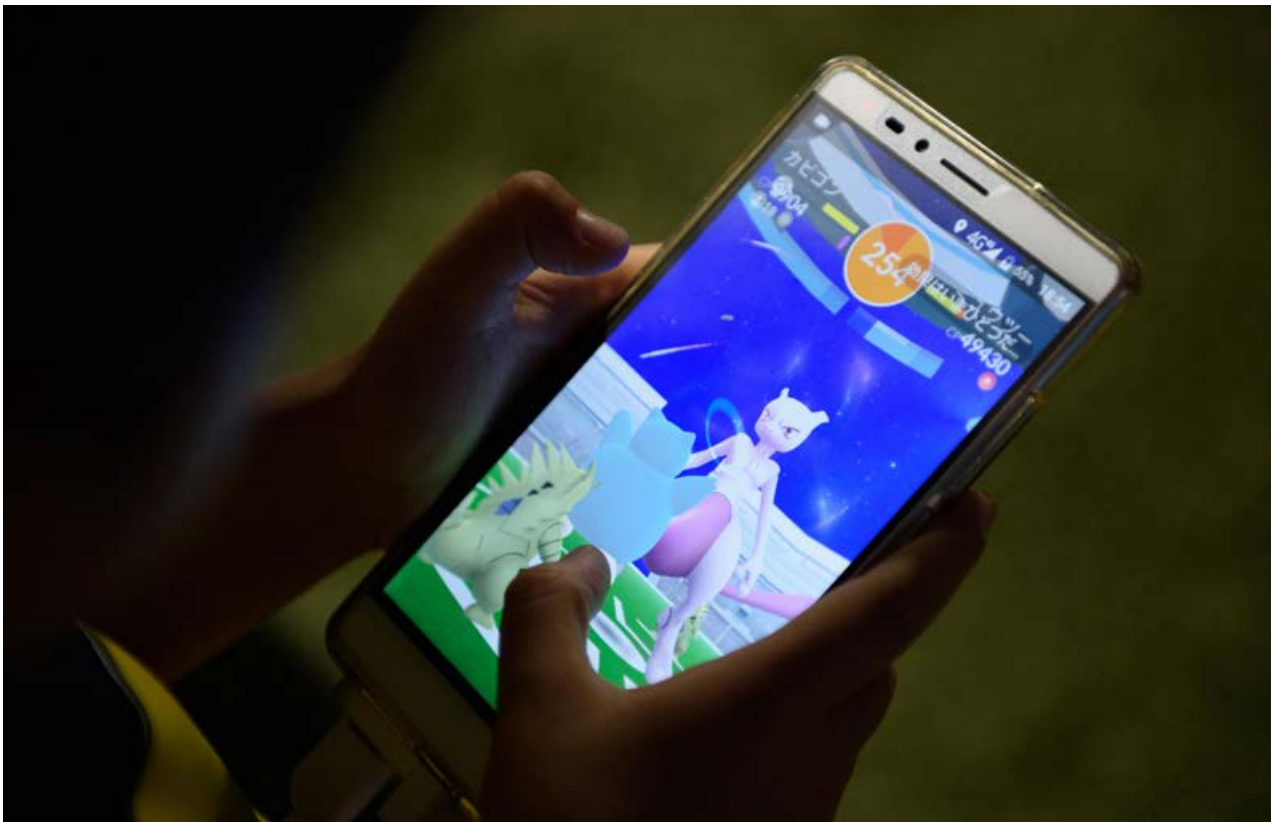
+

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,
Guðrún Helga Sigurðardóttir
blaðamaður,
Skipalóni 25, Hafnarfirði,

lést á líknaardeild Landspítalans, 20. febrúar.
Útför fer fram í Hafnarfjarðarkirkju mánudaginn 8. mars kl. 13. Aðstandendur og vinir eru velkomnir meðan húsrúm leyfir en einnig verður streymt frá athöfninni á promynd.is/gudrunhelga þeim sem vilja minnast hennar er bent á að styrkja Ljósið.

Fríðrik Fríðriksson
Aldís Eva Fríðriksdóttir
Dagur Páll Fríðriksson
Emelía Rut Viðarsdóttir

Nebo Kospenda
Timeea Durubala



Pokémon GO endurvakti áhuga heimsbyggðarinnar á skrímslunum.

ÞETTA GERÐIST 27. FEBRÚAR 1996

Vasaskrímslin líta dagsins ljós

Hinar undraverðu Pokémon-verur dúkkuðu fyrst upp árið 1996 í Game-boy-tölvuleikjunum Pocket Monster Red of Pocket Monster Green, sem fengu heitið Pokémon vestra. Satoshi Tajiri, maðurinn að baki æðinu, sótti innblásturinn að fyrirbærinu meðal annars í skordýrasöfnun sem hafði verið áhugamál hans sem strákur.

Í Pokémon-leikjunum bregða leikmenn sér í hlutverk svokallaðra Pokémon-þjálfa sem sanka að sér hinum undraverðustu kynjaskepnunum og láta þær berjast hver við aðra. Slagorð leikjanna var „Verð að ná þeim öllum!“ sem gat reynst þrautin þyngri en vasaskrímslin voru í upphafi 151 talsins. Í dag er verkið enn flóknara þar sem þau eru orðin 898 talsins.

Leikirnir slógu rækilega í gegn og á eftir fylgdu teiknimyndapættir, kvikmyndir, myndasögur, leikföng og fleira til. Úr varð mikið Pokémon-fár sem



Árið 1996 þurftu leikmenn að velja á milli Laukeðlu (e. Bulbasaur), Glódmöndru (e. Charmander) og Sprautils (e. Squirtle).

sumir vilja meina að geisi enn. Áhugi á Pokémon jókst til muna fyrir nokkrum árum þegar símaleikurinn Pokémon Go! tröllreið heimsbyggðinni. Þar þurftu leikmenn að drattast út úr húsi til að fanga verurnar í sýndarveruleika í símanum sínum. Þá kom fyrsta leikna Pokémon-kvikmyndin út árið 2019 þar sem Ryan Reynolds brá sér í

gervi einkaspæjarans Pikachu. Í dag er Pokémon stærsta vörumerki heims í poppmenningu og skýtur þar risum á borð við Mikka mús og Stjörnustríði ref fyrir rass. Í tilefni afmælisins má vænta þess að nýr leikur eða endurgerð verði tilkynnt í seríunni og verða leikirnir því orðnir meira en 120 talsins.



Ástkær eiginmaður minn, elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi, bróðir og mágur,
Stefán Árnason
framhaldsskólakennari,
Markarflöt 41,
Garðabæ,

lést af slysförum miðvikudaginn 17. febrúar. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju mánudaginn 1. mars klukkan 13. Einnig verður athöfninni streymt og hægt er að nálgast virkan hlekk á www.facebook.com/groups/stefanarnason

Marsibil Ólafsdóttir
Hrafnkell Tjörvi Stefánsson
Vésteinn Stefánsson **Kolbrún Hanna Jónasdóttir**
Bryndis Stefánasdóttir **Jens Jónsson**
barnabörn
Einfriður Árnadóttir **Christer Magnusson**



Innilegar þakkir sendum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð, vináttu og umhyggju við andlát og útför ástkærrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Sigfríðar Hallgrímsdóttur

Inga Þórarinsdóttir
Bjarnís Harðardóttir
Puríður Höskuldsdóttir
Hjörtur Harðarson **Mimie Friða Libongcogon**
Hallgrímur Harðarson **Anna Guðbjörg Sigmarsdóttir**
Helena Harðardóttir
barnabörn og langömmubörn.



Hjartans þakkir til ykkar allra sem sýndu okkur samúð og vinsemd vegna andláts föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,
Sigurðar Helga Valgarðssonar
vélstjóra.

Valgarður Sigurðsson
Fanney Sigurðardóttir
Kjartan Pétur Sigurðsson
Dröfn Sigurðardóttir
Kolbrún Sigurðardóttir
Birgir Einarsson
Heng Shi
Guðmundur Þorsteinnsson
Jón Þór Guðmundsson
börn, barnabörn og fjölskyldur.



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
Sigvaldi Guðbjörn Loftsson
frá Vik, Selströnd í Strandasýslu,
Stekkjahlóti 22, Akranesi,

lést á Sjúkrahúsinu á Akranesi mánudaginn 22. febrúar. Útförin fer fram frá Akranesirkirkju föstudaginn 5. mars klukkan 13. Athöfninni verður streymt frá vef Akranesirkirkju, www.akranesirkirkja.is. Innilegar þakkir til starfsfólks Sjúkrahúss Akraness fyrir alúð og hlýju.

Ágústína Hjörleifsdóttir
Loftur Smári Sigvaldason **Ingebjörg Sólmundardóttir**
Guðrún Sigvaldadóttir **Aðalsteinn Hafsteinsson**
Helga Sigvaldadóttir **Guðmundur Friðriksson**
Hilmar Sigvaldason
Hildur Sigvaldadóttir **Guðmundur Magnússon**
afabörn og langafabarn.



Ástkær dóttir okkar og systir,
Halldóra Theódórsdóttir
heilsulandfræðingur,

lést á heimili sínu í Odense í Danmörku föstudaginn 15. janúar síðastliðinn. Minningarathöfn fer fram í Fossvogskirkju föstudaginn 5. mars kl. 15. Allir eru hjartanlega velkomnir svo lengi sem húsrúm leyfir. Vegna aðstæðna verður ekki erfiðrykja að lokinni athöfn. Blóm og slikt er vinsamlegast afþakkað, en þeim sem vilja minnast hennar er bent á Pieta samtökin.

Theódór Gunnarsson
Puríður Ósk Kristinsdóttir
Kristinn Theódórsson
Ásta Milthers Theódórsdóttir
Gunnar Sölvi Theódórsson
Andri Pétur Dalmar Dagnýjarson



Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð og vinsemd við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,
Kristjónu Heiðberg Guðmundsdóttur
skrifstofustjóra,
Fannborg 8, Kópavogi.

Bestu þakkir til allra þeirra sem önnuðust hana í veikindum hennar.

Björgvin Gylfi Snorrason
Ásgeir Valur Snorrason
Karen Lilja Björgvinsdóttir
Eva Björk Björgvinsdóttir
Þorbjörg Ásgeirsdóttir
Anna Lilja Ásgeirsdóttir
Guðfínna Alda Skagfjörð
Hildur Gunnarsdóttir
Christian Guterres
Anders Ødum
Dagný Ásgeirsdóttir
Tao, Soul, Matti og Solveig



Hjartans þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð og hlýju við andlát og útför elskaðs sonar, bróður, mágs, frænda og vinar,
Guðni Péturs Guðnasonar
Sólheimum 7, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsmanna Gjörgæsludeildar LSH í Fossvogi og sjúkrahúspresta fyrir einstaklega hlýlegt viðmót og natni sem og vina okkar og vandamanna sem sýndu okkur einstaka hlýju, umhyggjusemi og stuðning.

Guðni Heiðar Guðnason **Sigrún Drífa Annieardóttir**
Edgar Smári **Gerður Steinarsdóttir**
Bjarki Eno
bróðurbörn, frændfólk og vinir.



Elskuleg systir mín og móðursystir okkar,
Þorbjörg Guðmundsdóttir
(Obba)
kennari,
Karlagötu 9, Reykjavík,

lést 22. febrúar á hjúkrunarheimilinu Skjóli. Útförin verður frá Hallgrímskirkju 3. mars kl. 15.00. Starfsfólk á 4. hæð á Skjóli fær innilegar þakkir fyrir góða aðhlýningu.

Elinborg Guðmundsdóttir
Kolbrún Ingólfsdóttir **Sigríður Pálsdóttir**
Guðmundur Ingólfsson **Aldís Pálsdóttir**
Lýður Pálsson **Guðmundur Pálsson**



Elskuleg kona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,
Valgerður Gísladóttir
Sólmundarhöfða 7, Akranesi,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Akranesi föstudaginn 19. febrúar. Útförin fer fram frá Akranesirkirkju fimmtudaginn 4. mars kl. 13.00. Athöfninni verður streymt frá vef Akranesirkirkju, www.akranesirkirkja.is

Þorvaldur Valgarðsson
Anna Ósk Lúðvíksdóttir **Reynir Kristjánsson**
Hjörtur Lúðvíksson **Kristín Sigurey Sigurðardóttir**
Bjarki Lúðvíksson **Rannveig Björk Guðjónsdóttir**
Rósa Björk Lúðvíksdóttir **Hrafn Einarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

DÖMU OG HERRA



LAGERSALA

NTC

📍 HALLARMÚLI 2

EINFÖLD VERÐ

1.000 KR - 2.000 KR - 3.000 KR

4.000 KR - 5.000 KR - 7.000 KR

9.000 KR - 12.000 KR - 15.000 KR

**NÝJAR FLOTTAR VÖRUR STREYMA INN
FRÁ EFTIRFARANDI VERSLUNUM**

galleri sautján

gs skór

GK
REYKJAVÍK

SMASH
URBAN

COMPANYS

eva

KARAKTER
KONUR

Kultur
menn

Kultur

SAMSØE SAMSØE

five
UNITS

VINSÆL VÖRUMERKI

carhartt

DAY
BIRGER FT MIKKELSEN

MOSS
REYKJAVÍK

PART TWO

ETON

J.LINDBERG



BY MALENE BIRGER

VANS

Herschel
TRADE MARK

billi bi
COPENHAGEN

Calvin Klein

InWear

ENVII

Paul Smith

FILA

TIGER OF SWEDEN



Matinique

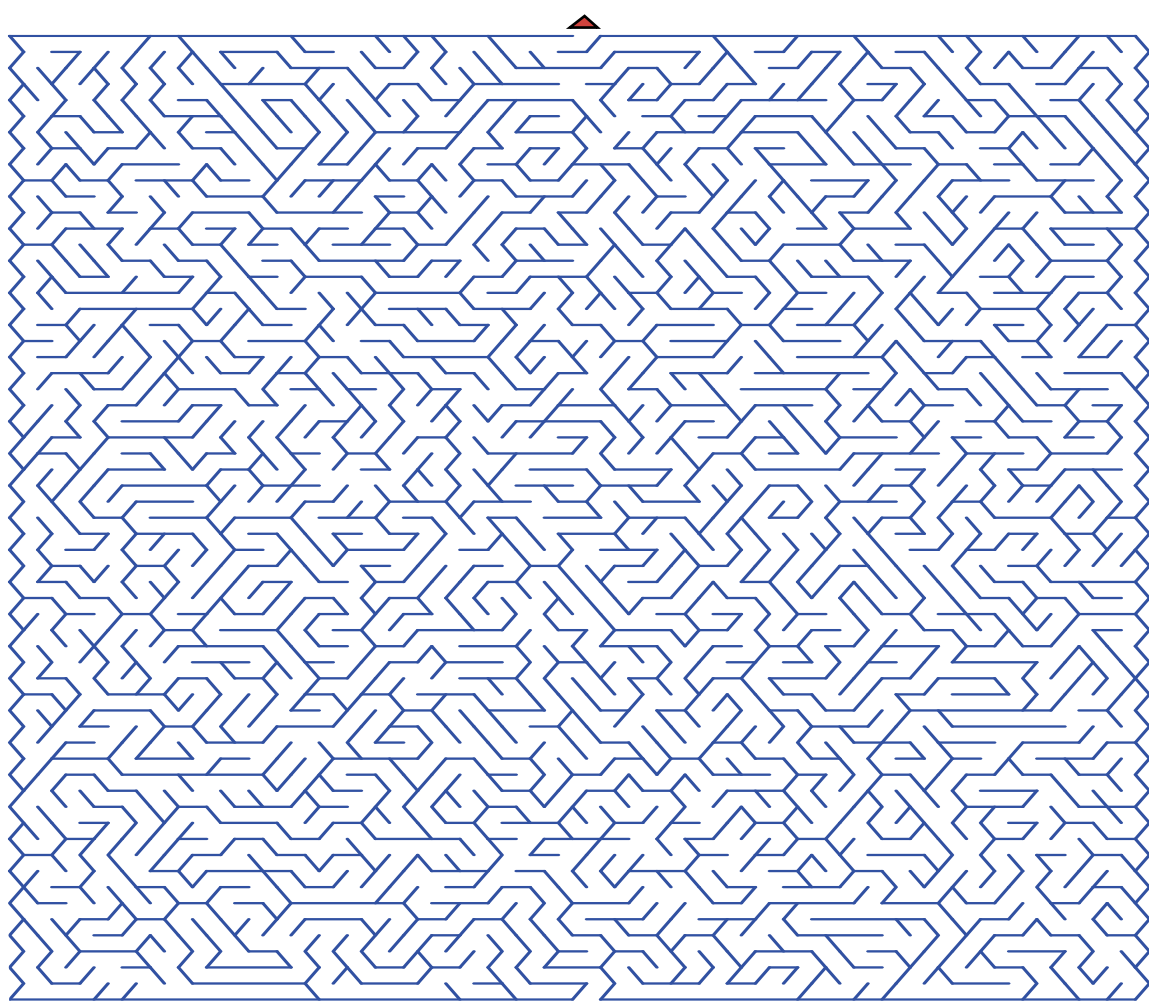
Lagersala NTC

Mán-Föst: 11 - 17 Laugardaga: 11 - 17

lagersalantc

📍 Hallarmúli 2

KRAKKAR



Konráð og félagar á ferð og flugi

443

„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 búin 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.

Brandarar

Dómarinn: Hverju hentir þú í þann sem ákærir þig?
Sakborningurinn: Bara sveppum.
Dómarinn: Hvernig stendur þá á því að hann rotaðist og er með stóra kúlu á höfðinu?
Sakborningurinn: Þeir voru í dós.

Regína: Þú gafst mér vitlaust til baka í gær.
Afgreiðslumaðurinn: Þú hefðir átt að segja það strax í gær. Nú er það of seint.
Regína: Flott, ég held þá bara þúsundkallinum.



Óli: Vissir þú að tveir ræningjar og nískupúkar hentu múrsteini í gluggann hjá gullsmiðnum og stálu helling?
Sigga: Og komust þeir undan?
Óli: Nei, það gerðu þeir reyndar ekki. Þeir voru jú nískupúkar og náðust þegar þeir komu aftur að sækja múrsteininn.

Leikurinn



Fagur fiskur í sjó

Í þessum leik eru tveir þátttakendur. Annar þeirra heldur hendi hins í lófa sér og strýkur lófa hans um leið og hann fer með þessa litlu þulu. Um leið og hann segir síðasta orðið – detta – slær hann á hönd hans – en sá reynir að vera snöggur og kippa henni að sér áður.



Fagur, fagur fiskur í sjó, röndóttur á halanum, með rauða kúlu á maganum. Vanda, banda, gættu þinna handa. Vingur, slingur, vara þína fingur. Fetta, bretta, og svo skal högg á hendi þína detta.

(Höfundur ókunnur)



Hrafnhildur Sunna og Kolfinna Katla á hestbaki í reiðhöllinni í Torfunesi.

Barnalæknir eða leikari

Kolfinna Katla Benediktsdóttir er tíu ára Árbæingur sem stefnir á að verða barnalæknir eða leikari. Hún hefur leikið í Skoppu og Skríttlu og finnst gaman að standa á sviðinu en vill líka hjálpa börnum. Þegar hún er heima við gerir hún DIY-verkefni.

Hvaða skóla ert þú í? Norðlinga-skóla, í fimmta bekk.

Æfir þú einhverjar íþróttir utan skólans? Ég æfi fimleika. Mér finnst líka gaman á skíðum þó ég æfi ekki. Ég er búin að prófa margar íþróttir.

Er eitthvað fleira sem þú fæst við? Ég er að æfa á pianó. Það er svona það helsta.

Hvað ertu helst að bralla heima við? Leika við vini og fönndra eitthvað. Gera eitthvað sjálf, sem kallast DIY. Ég skoða Youtube og Pinterest til að finna hugmyndir fyrir þannig.

Hvaða tölvuleikur er í mestu uppáhaldi hjá þér? Ætli það sé ekki Roblox. Þegar ég er heima hjá þabba þá fer ég stundum með honum og systur minni að spila leik sem heitir Tomb Raider.

Ertu byrjuð að spá í hvað þú ætlar að gera skemmtilegt í sumar? Ég ætla að leika mér, fara í Mývatns-sveit, Skorradal og halda gíspartí með vinkonum mínum og frænkum. Er þetta ekki bara ágætis plan?

Hvaða kvikmynd hefur þér þótt best? Örugglega Breakthrough. Það er hálfgerð kraftaverkamynd. Hún er rosalega skemmtileg.

Hvaða bækur eru í uppáhaldi núna? Bókin hennar Möggu Messi.

Verstu kennarar í heimi er líka skemmtileg. Ég les rosalega mikið og stefni á að klára ævintýri H.C. Andersen með mömmu í sumar.

Hver er besti maturinn, að þínum dómi? Mér finnst, ég held í alvörnunni að ég eigi engan uppáhalds. Ég elska allan mat. En samt er sítrónukjúklungurinn hans þabba geggjáður.

Þekkir þú einhverja fugla? Já, alveg fullt. Ég þekki marga fugla. Eins og haförn sem flaug yfir mig, systur mína og frænkur í Skorradal. Og ég þekki rosalega marga fugla því ég á ættir að rekja í Mývatns-sveit.

Hvað er það fyndnasta sem þú hefur lent í? Ég veit ekki alveg. Það er úr svolítið miklu að velja.

Áttu uppáhaldsstað á Íslandi annan en heimahagana? Mývatns-sveit. Geysir finnst mér líka alltaf flottur.



Hvað langar þig mest að gera þegar þú verður stór? Mig langar að verða barnalæknir eða leikari. Mig langar að hjálpa börnum. Mér finnst gaman að leika og standa á sviði. Ég var í Skoppu og Skríttlu-sýningunni og fannst það skemmtilegt.

Hvað varst þú á öskudag? Ég var fjólublár M&M.



Í KVÖLD 18:55 - Í BEINNI ÚTSENDINGU

Stórskemmtilegur þáttur fyrir alla fjölskylduna á Stöð 2 þar sem spilað er bingo. Veglegir vinningar verða í boði fyrir þátttakendur frá **Vita, Lindex, Kids Coolshop, Heimilistækjum, veitingastaðnum Sjáland, Vodafone, Nespresso og Laugarásbío.** Bingóspjöld og nánari upplýsingar er hægt að nálgast á **visir.is/bingo**

 +  = **7.990 kr./mán.**
Lægra verð á Stöð 2 & Stöð 2+ saman

Tryggðu þér áskrift í dag á **stod2.is**

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík



9 | 10
°C | ↑

Ísafjörður



8 | 16
°C | ↑

Akureyri



9 | 14
°C | ↑

Egilsstaðir



8 | 4
°C | ↑

Kirkjubæjarkl



8 | 10
°C | ↑

Hveravellir



4 | 15
°C | ↑

Sunnan og suðvestan 13-18 og áfram vætusamt í dag, en bjartviðri á Austurlandi. Hiti 4 til 10 stig. Kólnar í kvöld með skúrum eða eljum um landið sunnan- og vestanvert.

Reykjavík



Sunnudagur



3 | 15
°C | ↗

Mánudagur



6 | 5
°C | ↗

Þriðjudagur



4 | 4
°C | ↙

Miðvikudagur



5 | 10
°C | ↖

Fimmtudagur



7 | 8
°C | ↖

Ísafjörður



3 | 19
°C | ↗



4 | 8
°C | ↗



1 | 3
°C | ↗



-1 | 6
°C | ↖



5 | 5
°C | ↑

Akureyri



3 | 13
°C | ↗



4 | 4
°C | ↑



4 | 2
°C | ↑



-3 | 1
°C | ↖



6 | 3
°C | ↑

Egilsstaðir



3 | 9
°C | ↑



3 | 3
°C | ↑



2 | 3
°C | ↑



-5 | 2
°C | ↙



0 | 4
°C | ↑

Kirkjubæjarklaustur



4 | 13
°C | ↗



6 | 3
°C | ↘



6 | 2
°C | ↙



1 | 7
°C | ↖



4 | 4
°C | ↙

Hveravellir



-3 | 17
°C | ↑



-2 | 8
°C | ↑



-2 | 3
°C | ↗



-3 | 9
°C | ↑



-1 | 8
°C | ↑

ERT ÞÚ Í BYGGINGARHUGLEIÐINGUM?

Húseining býður upp á einstök og falleg einingarhús sem hönnuð og framleidd eru á Íslandi fyrir íslenskar aðstæður.



Sumarhús

Verð frá 116.900 kr. pr/m²



Einbýlishús

Verð frá 139.900 kr. pr/m²

VIÐ FRAMLEIÐUM EINNIG

Smáhýsi
Gestahús
Parhús
Raðhús

Sérbýlishús
Módula
Þaksperrur
Sökkla



HÚSEINING

www.huseining.is
sala@huseining.is
s: 686-8680

Á frettablaðið.is finnur þú..

- nýjar fréttir
- léttar fréttir
- íþrótt fréttir
- viðskiptafréttir
- skoðanapistla
- Halldór

og auðvitað blað dagsins ásamt eldri blöðum



FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Pondus



Eftir Frode Øverli

Gelgjan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

RAFMAGNAÐ ÆVINTÝRI MEÐ ALVÖRU 4X4

Kynnum JEEP Renegade og JEEP Compass 4xe Plug-In Hybrid

GERIÐ VERÐSAMANBURÐ



4xe

JEEP RENEGADE PLUG-IN HYBRID VERÐ 5.499.000 KR.*



4xe

JEEP COMPASS PLUG-IN HYBRID VERÐ 5.999.000 KR.*

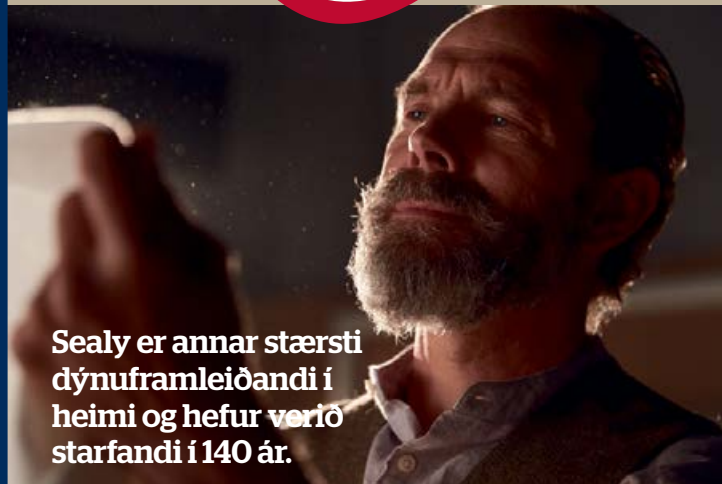
Einu rafknúnu Plug-In Hybrid jepparnir í sínum stærðarflokki með lágt drif.
Ótrúlegt verð á bílum hlöðnum lúxusbúnaði.

**Hægt er að panta reynsluakstur utan opnunartíma á reynsluakstur@isband.is

ISBAND

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

Jeep

DORMA
Láttu drauminn rælast

Sealy er annar stærsti dýnuframleiðandi í heimi og hefur verið starfandi í 140 ár.

Styður við bakið á þér!



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 mjóðmum. 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	AD-tilboð m/botni og löppum
90x200	109.900 kr.	87.920 kr.
120x200	145.900 kr.	116.720 kr.
140x200	159.900 kr.	127.920 kr.
160x200	174.900 kr.	139.920 kr.
180x200	189.900 kr.	151.920 kr.
200x200	229.900 kr.	183.920 kr.

Sealy **PORTLAND** heilsurúm með classic botni

Gæði á góðu verði.

Portland er með góðum og sterkum pokagormum og kantstyrkingum. Dýnan er millistíf og með pillow top úr mismunandi stífum svamplögum og trefja lagi. Mýkt á móti stífum og góðum gormum. Áklæðið er mjúkt og gott bómullaráklæði sem andar einstaklega vel. Dýna sem hentar öllum sem vilja gæða vörumerki og vandaða vöru.



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



Stærð í cm	Fulltverð m/Classic botni og löppum	AD-tilboð m/botni og löppum
120x200	155.900 kr.	124.720 kr.
140x200	169.900 kr.	135.920 kr.
160x200	184.900 kr.	147.920 kr.
180x200	199.900 kr.	159.920 kr.
180x210	214.900 kr.	171.920 kr.
192x203	224.900 kr.	179.920 kr.

Holtgördum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA
Láttu drauminn rælast

BLÖÐIN

Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is



Maður er alltaf á einhvers konar byrjunarreit, segir ljóðskáldið Margrét Lóa Jónsdóttir. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Ljóðið er form sem á að hljóma

Draumasafnarar er ellefta ljóðabók Margrétar Lóu. Upptekin af lífinu og dauðanum. Ber mikla virðingu fyrir ljóðforminu.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Ellefta ljóðabók Margrétar Lóu Jónsdóttur heitir Draumasafnarar. „Ég fór í þrjú mánaða reisu rétt fyrir COVID og bjó í Galísíu á Norður-Spáni. Síðan lá leiðin til Gotlands þar sem ég dvaldi í mánuð í miðaldabænum Visby í baltnesku höfunda- og þýðingamiðstöðinni. Bærinn stendur innan myndarlegra virkisveggja og þar hafði ég gott næði til að vinna í ljóðahandritinu,“ segir Margrét Lóa.

Um ljóðin í bókinni segir hún: „Í fyrsta hluta eru styttri ljóð og síðan taka við tveir ljóðabálkar. Miðhlutinn er hugsaður sem dagbók frá pilgrimsgöngu og síðan tekur lokahlutinn við sem ber nafnið Draumasafnarar, en sá bálkur er elegía um æskuvinnu minn sem dó

mjög ungur. Ég fjalla um einveru, sársauka og ofbeldi en líka um lífsgleði og hlátur. Ég reyni að koma frásögninni til skila með því að draga upp myndir en vil um leið skilja ákveðna hluti eftir í einhvers konar tómarúmi og þögn. Fyrsta ljóð bókarrinnar heitir Skýjasafnarar og fjallar um draum sem mig dreymdi þegar ég var nýbyrjuð að setja handritið saman. Ljóðið spratt fullskapað fram og um leið vissi ég að ég væri komin með upphafsstef fyrir bókina.

Fyrsti kafli bókarrinnar heitir Allt sem lifir beyr. Ég er upptekin af lífinu og dauðanum. Þegar við verðum fyrir áföllum og þegar dauðinn skeytur tilveru okkar þá virkar margt í lífinu fremur litilfjörlegt og hégómlegt en það er mikilvægt að halda áfram, gefast ekki upp. Þess vegna ákvað ég að skrifa um pilgrimsgöngu en hún gengur út á það eitt að halda áfram, láta einfaldlega annan fótinn fram fyrir hinn. Gangan er líkamleg áreynsla en þessi hreyfing er okkur um leið svo eðlislæg.“

LJÓÐIÐ SPRATT FULLSKAÐAÐ FRAM OG UM LEIÐ VISSI ÉG AÐ ÉG VÆRI KOMIN MEÐ UPPHAFSSTEF FYRIR BÓKINA.

Fyrsta ljóðabók Margrétar Lóu kom út árið 1985, þegar hún var einungis átján ára gömul. Hún er spurð hvort henni finnst hún hafa lært mikið á þeim tíma sem liðinn er. „Ég les miklu meira, nýt þess alltaf betur og betur að lesa ljóð og hlusta á þau. Ljóðið er form sem á að hljóma, þannig lifnar það við. Ég ber alltaf jafn mikla virðingu fyrir ljóðforminu en í seinni tíð finnst mér mest spennandi að semja ljóð sem mynda bálk. Ferlið við hverja bók felur í sér nýjar uppgötvanir og þótt áratugir liði þá er formið alltaf jafn ferskt. Maður er alltaf á einhvers konar byrjunarreit. Ljóðið hættir aldrei að vera ákveðin glíma og þess vegna er eðlilegt að vera högvær gagnvart því.“

Libia og Ólafur fengu Myndlistarverðlaunin

Libia Castro og Ólafur Ólafsson hlutu Myndlistarverðlaun ársins 2021 fyrir verknið í leit að tófrum – Tillaga að nýrri stjórnskrá fyrir lýðveldið Ísland, í Listasafni Reykjavíkur, Hafnarhúsi og á götum úti við Stjórnarráð og Alþingi Íslands í samstarfi við Listahátiðina Cycle og Listahátið í Reykjavík.

Kristín Jónsdóttir frá Munkaþverá hlaut Heiðursviðurkenningu fyrir framlag sitt til íslenskrar myndlistar. Una Björg Magnúsdóttir hlaut Hvatingarverðlaun ársins fyrir sýninguna Mannfjöldi hverfur sporlaust um stund, D40, í Listasafni Reykjavíkur, Hafnarhúsi.

Þá fékk Listasafn Reykjavíkur viðurkenningu fyrir útgáfu sem fylgir yfirlitssýningum á Kjarvalsstöðum á verkum myndlistarmanna á miðjum ferli.



Lilja afhendir Ólafi og Libiu Myndlistarverðlaun ársins. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Verið hjartanlega velkomin í Íslensku Óperuna

Njótið töfranna með okkur



SÖNGSKEMMTUN

Sungið úr dagbókinni 19. mars · kl. 20

Ólafur Kjartan og Bjarni Frímann
flytja vel þekktar aríur

SÖNGSKEMMTUN

Ástríður norðursins 16. apríl · kl. 20

Herdís Anna og Bjarni Frímann
flytja fjölbreytta dagskrá



Miðasala á harpa.is og opera.is
Tryggið ykkur miða!



ÍSLENSKA ÓPERAN

DAGSKRÁ

Laugardagur



DAÐI OG GAGNAMAGNIÐ



DAÐI OG GAGNAMAGNIÐ

Heimildarþættir um Daða og vini hans í Gagnamagninu sem undirbúa nú þátttöku í Eurovision-söngvakeppninni af fullum krafti.

Í kvöld kl. 19.45



RÚV
okkar allra

HRINGBRAUT

- 20.00 Matur og heimili (e)** Lifandi þáttur um matargerð og bakstur í bland við innanhússarkitektúr, hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
- 20.30 Heima er bezt (e)** Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
- 21.00 Sir Arnar Gauti (e)** Arnar Gauti snýr aftur á skjáinn með umfangsmikinn lífsstílsþátt þar sem tekið er saman allt sem snýr að heimilum, hönnun, innlitum, matar- og veitingahúsameningu, arkitektúr og margt, margt fleira.
- 21.30 Saga og samfélag (e)** Í Sögu og samfélagi verða mál-efni líðandi stundar rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknum fræðimanna á margvíslegum sviðum.

RÚV SJÓNVARP

- 07.15 KrakkaRÚV**
07.16 Tölukubbar
07.21 Poppý kisukló
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
09.45 Húllumhæ
10.00 Kiljan
10.40 HM í skiðagöngu Bein útsending frá keppni í skiptigöngu kvenna á HM í skiðagöngu.
11.40 Lesblinda
12.10 Músikmolar
12.25 HM í skiðagöngu Bein útsending frá keppni í skiptigöngu karla á HM í skiðagöngu.
13.50 Vikan með Gísla Marteini
14.35 Gettu betur MH - Verzló
15.35 James Cameron. Visindaskáldskapur í kvikmyndum
16.20 Madeline
17.50 Táknálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Óargadýr
18.29 Herra Bean Mr Bean
18.40 Hjá dýralækninum
18.45 Landakort Druslur
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.24 Íþróttir
19.30 Veður
19.45 Daði og gagnamagnið Daði Freyr og félagar í Gagnamagninu flytja framlag Íslands í Eurovisionsöngvakeppninni í ár. Til stóð að hópurinn keppti í fyrra með laginu Think about things þegar hætt var við keppnina. Lagið sló engu að síður í gegn.
20.30 My Best Friends Wedding
Brúðkaup besta vinar míns
22.15 Gandhi
01.20 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

- 08.55 World Golf Championship 2021** Útsending á Workday Championship at the Concession.
13.55 LPGA Tour 2021 Útsending frá Gainbridge LPGA at Boca Rio.
17.00 World Golf Championship 2021 Bein útsending á Workday Championship at the Concession.
23.00 LPGA Tour 2021 Útsending frá Gainbridge LPGA at Boca Rio.

SJÓNVARP SÍMANS

- 06.00 Síminn + Spotify**
11.00 The Block
12.10 The Block
13.10 Dr. Phil
14.30 West Brom - Brighton Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 Four Weddings and a Funeral
19.05 Life in Pieces
19.30 Vinátta
20.00 Það er komin Helgi
21.10 Begin Again
22.50 The Duke of Burgundy
00.35 The Nice Guys Myndin segir frá þeim Holland March og Jackson Healy sem búa í Los Angeles árið 1977. Sá fyrrnefndi starfar sem einkaspjari en sá síðarnefndi tekur að sér að lumbra á mönnum fyrir nokkurn veginn hvaða sakir sem er, gegn greiðslu auðvitað.
02.30 The Voices
04.10 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 Fréttir
07.03 Vinill vikunnar
08.00 Morgunfréttir
08.05 Ástir gömlu meistaranna Carlo Gesualdo
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfreginir
10.15 Vínmenning (1 af 5)
11.00 Fréttir
11.03 Vikulokin
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
12.45 Heimskviður
13.15 Gestaboð
14.05 Útvarpsleikhúsið. We-sele!
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 Veðurfreginir
18.53 Dánarfreginir
19.00 Sveifludansar Benny Golson, Woody Herman, Dave Brubeck og Oscar Peterson
20.45 Fólk og fræði Stjórnmal, heimspeki og samfélags-hugmyndir
21.15 Bók vikunnar Náðarstund
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfreginir
22.09 Lestur Passiusálma (22 af 50)
22.15 Litla flugan KK sextettinn 4. þáttur
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

- 11.50 2 Years of Love**
13.20 Nancy Drew and the Hidden Staircase
14.45 Monster in Law
16.25 2 Years of Love
17.50 Nancy Drew and the Hidden Staircase
19.20 Monster in Law
21.00 Happytime Murders
22.25 Hurricane
00.10 Little Miss Sunshine Einstaklega skemmtileg og áhrifarík mynd sem sló í gegn árið 2006 og sópaði þá að sér verðlaunum.
01.50 Happytime Murders

STÖÐ 2

- 08.00 Strumpanir**
08.20 Monsurnar
08.30 Vanda og geymveran
08.40 Tappi mús
08.50 Latibær
09.00 Heiða
09.20 Blíða og Blær
09.45 Vikingurinn Viggó
09.55 Leikfélag Esóps
10.05 Mæja býfluga
10.15 Mia og ég
10.40 Lina langsokkur
11.05 Angelo ræður
11.10 Angry Birds Stella
11.20 Hunter Street
12.00 Bold and the Beautiful
13.25 Bold and the Beautiful
13.45 Modern Family
14.05 Draumaheimilið
14.35 Leitinn að upprunum
15.20 The Great British Bake Off
16.20 The Masked Singer
17.25 Í kvöld er gíg
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.40 Sportpakkinn
18.53 Lottó
18.55 Fjölskyldubingó
20.00 About Time
22.05 Endless
23.35 The Green Mile
02.35 Eastern Promises

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

- 08.00 Barnaefni**
20.00 Friends
20.20 Friends
20.50 The Office
21.10 Simpson-fjölskyldan
21.35 Bob's Burgers
22.00 Catastrophe
22.30 Absentia
23.15 True Blood
00.10 True Blood
01.00 Friends
01.20 Friends
01.45 The Office

STÖÐ 2 SPORT

- 06.55 Vikingur R. - Kórdrengir**
08.35 Álfanes - Breiðablik
10.20 Breiðablik - Fylkir Bein útsending frá leik í Lengjubíkar kvenna.
12.25 Vikingur R. - Kórdrengir
14.50 Valur - ÍBV Bein útsending frá leik í Olís deild kvenna.
16.50 Haukar - Fram Bein útsending frá leik í Olís deild kvenna.
18.30 Álfanes - Breiðablik
20.10 ÍBV - FH Útsending frá leik í Olís deild karla.
21.35 Þór Ak. - KA
23.00 Seinni bylgjan - karla
00.15 Valur - Haukar Útsending frá leik í Dominos deild kvenna.
01.55 Dominos Körfuboltakvöld - kvenna

STÖÐ 2 SPORT 2

- 07.45 Levante - Athletic Bilbao**
09.25 Derby - Nottingham Forest
11.05 Evrópudeildarmörkin
12.25 Bournemouth - Watford Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
14.30 La Liga Show
15.05 Sevilla - Barcelona Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
17.20 Alavés - Osasuna Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
19.25 Inside Serie A
19.50 Getafe - Valencia Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
21.55 Bournemouth - Watford
23.35 Sevilla - Barcelona
01.30 Brooklyn Nets - Dallas Mavericks Bein útsending frá leik í NBA.



AÐEINS 3.990 KR./MÁN.



Tryggðu þér áskrift í dag á **stod2.is**

DAGSKRÁ

Sunnudagur



NBA DEILDIN ER KOMIN HEIM!


LAUGARDAG 01:30
BROOKLYN NETS vs DALLAS MAVERICKS

SUNNUDAG 20:30
MILWAUKEE BUCKS vs LA CLIPPERS


ÁSKRIFT ADEINS
3.990
kr./mán.
STÖÐ 2 SPORT ERLENT

 Tryggðu þér áskrift í dag á **stod2.is**

HRINGBRAUT

- 20.00 Mannamál (e)** Einn sigildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
- 20.30 Suðurnesja-magasín**
Vikurfrétta (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón: Páll Ketilsson. Framleiðandi: Vikurfréttir ehf.
- 21.00 Á Loðnuveiðum - með Lindu Blöndal (e)** Linda Blöndal og Friðþjófur Helgason tókumaður fóru um borð í veiðiskipið Víking og sigldu frá Akranesi á loðnuveiðar. Frumsýnt 2017.
- 21.30 Heyrnin (e)** Heyrnin er tveggja þátta fræðsluröð um þau úrræði sem bjóðast fólki sem glímir við heyrnartap.

RÚV SJÓNVARP

- 07.15 KrakkaRÚV**
07.16 Refurinn Pablo
07.21 Úmísúmi
07.44 Kalli og Lóa
07.56 Poppý kisukló
08.07 Kúlugúbbarnir
08.30 Lautarferð með köku
08.36 Hæ Sámur
08.43 Flugskólinn
09.05 Húturinn Hreinn
09.12 Múminálfarnir
09.34 Kátur
09.36 Konráð og Baldur
09.48 Sjóræningjarnir í næsta húsi
10.00 Daði og gagnamagnið
10.35 Attenborough. Furðudýr í náttúrunni
11.00 Silfrið
12.10 Grínari hringsviðsins Minningarþáttur um Gísla Rúnar Jónsson
13.45 Bækur og staðir Davíðshús
13.50 Músikmólar
14.05 Með sálina að veði - New York
15.05 Við getum þetta ekki
15.35 Menningin - samantekt
16.00 HM í skiðagöngu Bein útsending frá keppni í liðaspretti á HM í skiðagöngu.
18.00 Táknálsfréttir
18.10 KrakkaRÚV
18.11 Stundin okkar
18.35 Leitín að heimsmeti
18.50 Biðskúrsbras
18.55 Hljómskálinn
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir á sunnudegi
19.40 Veður
19.50 Landinn
20.20 Flugslýsið í Færeyjum Færeysk heimildarmynd í tveimur hlutum um flugslys sem varð 26. september 1970. Fokker Friendship flugvél Flugfélags Íslands fórst í hliðum fjallsins Knúkur á eyjunni Mykines í Færeyjum.
21.25 Litil þúfa - Alex Wheathle Small Axe
22.35 Land Guðs God's Own Country
00.15 Silfrið
01.15 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

- 08.00 World Golf Championship 2021** Útsending á Workday Championship.
13.55 PGA Tour 2021 Útsending frá Gainbridge LPGA at Boca Rio.
17.00 World Golf Championship 2021 Bein útsending á Workday Championship.
23.05 PGA Tour 2021 Útsending frá Gainbridge LPGA at Boca Rio.

SJÓNVARP SÍMANS

- 10.25 The Block**
11.25 The Block
12.25 Dr. Phil
13.10 Dr. Phil
13.55 The Bachelor
15.15 Það er kominn Helgi
16.35 The King of Queens
16.55 Everybody Loves Raymond
17.20 Dr. Phil
18.05 For the People
18.50 Hver drap Friðrik Dór? Skemmtilegir heimildarháðspættir þar sem fylgst er með Villa Netó rannsaka meint andlát söngvarans Friðriks Dórs. Í upphafi verður Villi að athlægi en í leit sinni að sannleikanum kemst hann að því að samsærið er stærra en nokkurn hefði grunað.
19.30 Með Loga Logi Bergmann Eiðsson stýrir skemmtilegum viðtalsþætti.
20.00 The Block
21.20 Law and Order. Special Victims Unit
22.10 Your Honor
23.10 Cold Courage
00.00 Station 19
00.45 The Resident
01.30 The Rookie
02.15 Blue Bloods
03.00 Mayans M.C.

RÚV RÁS EITT

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 Fréttir
07.03 Hringsól í Vínarborg
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 Aprílsólar-kuldi
11.00 Guðsþjónusta í Digranes-kirkju
12.00 Hádegisútlit
12.20 Hádegisfréttir
13.00 Sögur af landi
14.00 Viðsjá
15.00 Lestin
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífni Söngskemmtun
17.00 Sunnudagskonsert Rut Ingólfssdóttir leikur Vieuxtemps
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Þræðir. Mannsröddin
18.50 Veðurfregnir
18.55 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Ástir gömlu meistaranna Carlo Gesualdo
20.35 Gestaboð
21.30 Fólkið og fræði Afrika kallar
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

- 11.35 Road Less Travelled**
13.00 Sweet Home Carolina
14.20 Spider-Man. Into the Spider Verse
16.15 Road Less Travelled
17.40 Sweet Home Carolina
19.05 Spider-Man. Into the Spider Verse
21.00 Jumanji. The Next Level Ævintýraleig gamanmynd frá 2019 með Dwayne Johnson, Kevin Hart og Jack Black í aðalhlutverkum.
23.00 Robin Hood
00.50 Motherless Brooklyn
03.10 Jumanji. The Next Level

STÖÐ 2

- 08.00 Strumpanir**
08.20 Blíða og Blær
08.45 Vikingurinn Viggó
08.55 Adda klóka
09.20 Mia og ég
09.40 Lina langsokkur
10.05 Lukku láki
10.30 Ævintýri Tinna
10.55 It's Pony
11.15 Angry Birds Stella
11.20 Are You Afraid of the Dark?
12.05 Nágrannar
13.30 Nágrannar
13.55 Top 20 Funniest
14.35 Um land allt
15.15 Landnemarnir Ráðgátur Kristján Már Unnarsson rýnir í ráðgátur landnámsins. Nýjar vísindarannsóknir leiða fram nýja vitneskju um upphaf Íslandssögunnar.
15.50 Adela
16.10 BBQ kóngurinn
16.35 Um land allt
17.20 Viglínan
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.40 Sportpakinn
18.50 Ísland í dag
19.05 Leitín að upprunum
19.40 The Great British Bake Off
20.40 Finding Alice
21.30 Tell Me Your Secrets
22.20 Prodigal Son 2
23.05 Tin Star. Liverpool
00.00 Shameless
00.55 Supernanny US
01.40 Impractical Jokers
02.00 Are You Afraid of the Dark?
02.45 BBQ kóngurinn
03.10 Um land allt

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

- 08.00 Barnaefni**
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 The Office
21.10 True Blood
22.10 True Blood
23.00 Ríkið
23.25 Last Man Standing
23.50 Friends
00.10 Friends
00.35 The Office

STÖÐ 2 SPORT

- 08.35 Valur - Haukar**
10.15 Fjölnir - Keflavík
11.55 Valur - ÍBV
13.25 Haukar - Fram
14.50 Fram - KA Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
16.30 Breiðablik - Fylkir Útsending frá leik í Lengjubikar kvenna.
18.10 Guðsagnir - Sigursteinn Gíslason
19.05 ÍR - KR Bein útsending frá leik í Dominos deild karla.
21.15 Dominos Tilþrífín 11. umferð
22.00 Valur - ÍBV
23.25 Haukar - Fram

STÖÐ 2 SPORT 2

- 06.10 Spezia - Parma**
07.55 Bologna - Lazio
09.35 Hellas Verona - Juventus
11.20 Morabanc Andorra - Valencia Basket Club Bein útsending.
12.50 Celta Vigo - Real Valladolid Bein útsending.
15.15 La Liga Show
15.50 Coosur Real Betis - Casademont Zaragoza Bein útsending.
17.40 Crotone - Cagliari
19.20 Inside Serie A
19.45 Evrópudeildarmörkin
20.30 Milwaukee Bucks - Los Angeles Clippers Bein útsending frá NBA.
00.10 Granada - Elche

Mánudagur

HRINGBRAUT

- 20.00 Atvinnulífið** Sigurður K. Kolbeinsson heimsækir íslensk fyrirtæki og kynnir sér starfsemi þeirra. Fjöl-breyttir og fróðlegir þættir sem endurspeglja þá grósku sem er í íslensku atvinnulífi og fyrirtækjarekstri.
- 20.30 Karlmennskan** Feminískt sjónarhorn á karlmennsku, karla og jafnrétti í feðra-velðissamfélagi.
- 21.00 Heima er bezt** Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
- 21.30 Bílalíf** Fjörlegur og fjöl-breyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.

RÚV SJÓNVARP

- 09.00 Heimaleikfimi**
09.10 Spaugstofan 2008-2009
09.35 Hvað höfum við gert?
10.05 Bækur og staðir
10.15 Mósaiik 2000-2001
11.00 Eldað úr afskurði
11.30 Grænir fingur 1989-1990
11.45 Bækur og staðir Borgarnes - Borg
- 11.55 Íslenskur matur**
12.20 Heimaleikfimi
12.35 Eldað með Ebbu
13.05 Veröld Ginu
13.35 Ljósmyndari ársins
14.05 Innlit til arkitekta
14.35 My Best Friends Wedding Brúðkaup besta vinar míns
16.15 Pricebræður elda mat úr héraði
16.45 Grænmeti í sviðsljósinu
17.00 Martin læknir
17.50 Táknafréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Loðmundur
18.08 Skotti og Fló
18.15 Hæ Sámur
18.22 Stuðboltarnir
18.33 Nelly 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? Jane Goodall hefur skoðanir og skýringar á stöðunni í loftslagsmálum. Hún er líka með hugmyndir um hvernig má snúa þróuninni við.
- 20.10 Sitthvað skritið í náttúrunni** Nature's Weirdest Events Náttúrufræðingurinn og sjónvarpsmaðurinn Chris Packham rýnir á sinn einstaka hátt í skemmtilegar staðreyndir og frávik í náttúrunni og leitar skýringa.
- 21.00 Kynþroskinn - Líkaminn** Stuttir norskir þættir um kynþroska. Hárvöxtur, raddbreytingar, bólur og blæðingar. Margt furðulegt gerist í líkamanum við kynþroska.
- 21.10 Ævina á enda** Livstíð
22.00 Tiufréttir
22.15 Veður
22.20 Tímaritið Rolling Stone. Á ystu nöf - Fyrri hluti. Heimildarmynd um bandaríska tónlist, pólitik og dægurmenningu síðastliðna hálföld í gegnum sögu tímaritsins Rolling Stone Magazine.
- 00.10 Dagskrárlök**

GOLFSTÖÐIN

- 08.00 World Golf Championship 2021** Útsending á Workday Championship.
13.00 World Golf Championship 2021
19.00 PGA Highlights 2021
19.55 World Golf Championship 2021 Útsending á Workday Championship.

SJÓNVARP SÍMANS

- 13.00 Dr. Phil**
13.45 The Late Late Show
14.30 mixed-ish
14.55 The Block
16.40 Family Guy
17.00 The King of Queens
17.20 Everybody Loves Raymond
17.45 Dr. Phil
18.30 The Late Late Show
19.15 Man with a Plan
19.40 Superstore
20.10 Gordon Ramsay's 24 Hours to Hell and Back
21.00 The Rookie
21.50 Blue Bloods
22.35 Mayans M.C. Spannandi þáttaröð um ungan mann sem gengur til liðs við mótorhjólagenti eftir að hann losnar úr fangelsi.
- 23.30 The Late Late Show**
00.15 Station 19
01.00 The Resident
01.45 FBI
02.30 Dark Money
03.30 Fosse/Verdon
04.30 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
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.03 Hádegisd
12.20 Hádegisfréttir
12.42 Hádegisd seinni hluti
13.00 Dánarfregnir
13.02 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Hringið
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 Krakkakíllan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.35 Mannlegi þátturinn
21.30 Kvöldsgagan. Grettis saga (9 af 21)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.09 Lestur Passíusálma (23 af 50)
22.15 Samfélagið
23.10 Segðu mér
00.00 Fréttir
00.05 Næturútlit Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

- 11.20 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles**
12.45 3 Generations
14.15 Ocean's Eleven
16.10 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
17.35 3 Generations
19.05 Ocean's Eleven
21.00 Death Wish Spennutryllir frá 2017 með Bruce Willis í aðalhlutverki. Grímu-klæddir innbrotsgjafir myrða eiginkonu læknisins Pauls Kersey og stórsíslas dóttur hans ... og lögreglan segist ekkert geta gert.
- 22.45 Unlocked**
00.20 Bad Boys for Life
02.20 Death Wish

STÖÐ 2

- 08.00 Heimsókn**
08.15 Veronica Mars
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 The O.C.
10.05 The Goldbergs
10.30 Women on the Verge
11.00 Major Crimes
11.40 Um land allt
12.20 Last Man Standing
12.35 Nágrannar
12.55 The Office
13.15 Modern Family
13.40 Suits
14.20 Planet Child
15.05 The Grand Party Hotel
16.05 MasterChef Junior
16.45 First Dates
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Um land allt
19.50 Supernanny US
20.35 All Rise
21.20 Tin Star. Liverpool
22.15 60 Minutes Vandaður þáttur í virtustu og vinsælustu fréttaskýringa-þáttaröð í heimi þar sem reyndustu fréttaskýrendur Bandaríkjanna fjalla um mikilvægustu málefni liðandi stundar.
- 23.00 Magnum P.I.**
23.40 Death Row Stories
00.25 Warrior
01.20 Warrior
02.05 Veronica Mars
02.45 The O.C.

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

- 08.00 Barnaefni**
20.00 Friends
20.20 Friends
20.50 The Office
21.10 Last Man Standing
21.35 Divorce
22.05 You're the Worst
22.35 Wyatt Cenac's Problem Areas
23.00 The Bold Type
23.45 Friends
00.05 Friends
00.30 The Office

STÖÐ 2 SPORT

- 08.55 Svava Johansen**
09.25 Stefán Hilmarsson
09.55 Æft með Gurrý
10.35 Æft með Gurrý
10.40 Skallagrímur - Keflavík Í Dominos deild kvenna.
12.20 ÍR - KR Í Dominos deild karla.
14.00 Fram - KA Í Olís deild karla.
15.20 Selfoss - Stjarnan
16.50 Seinni bylgjan - kvenna
17.50 Haukar - Grótta Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
19.30 Valur - FH Í Olís deild karla.
21.15 Seinni bylgjan - karla
22.45 Þór Þ. - Njarðvík

STÖÐ 2 SPORT 2

- 06.25 Sampdoria - Atalanta**
08.05 Inter Milan - Genoa
09.45 Napoli - Benevento
11.25 Roma - AC Milan
13.05 Morabanc Andorra - Valencia Basket Club
14.40 Celta Vigo - Real Valladolid
16.20 Villarreal - Atlético Madrid
18.00 Fréttapáttur Meistaradeildarinnar
18.25 Ítölsku mörkin
19.15 Football League Show
19.50 Real Madrid - Real Sociedad Bein útsending.
21.55 Coosur Real Betis - Zaragoza
23.30 Milwaukee Bucks - Los Angeles Clippers

DAGSKRÁIN Á HRINGBRAUT



ATVINNULÍFIÐ
MÁNUDAGA KL. 20.00

FISKVINNSLA Á HEIMSMÆLIKVARÐA Á DALVÍK

Í næsta þætti af Atvinnulífinu heimsækir Sigurður Kolbeinsson nýtt fiskvinnsluhús Samherja á Dalvík þar sem nýveiddur þorskur er tilbúinn til útflyttings á aðeins 15. mín.

Þátturinn verður sýndur á Hringbrautar mánudaginn 1. mars kl. 20.00



HRINGBRAUT

Maður lærir mest af mistökunum

Eldræða **Gabrielu** í útskrift hennar frá Háskólanum í Reykjavík hefur vakið mikla athygli. Í henni lýsti hún af einlægni þrautunum sem fylgja því að vera í háskólanámi. Hún er þakklát sínum nánustu og segir dýrmætan lærdóm fólgin í því að gera mistök.

Gabriela Jóna Ólafsdóttir vakti athygli á dögnum fyrir ótrúlega einlægni í sannkallaðri eldræðu sem hún hélt í útskrift

Háskólans í Reykjavík. Í ræðunni hélt hún tölu um það hvernig það er að feta menntavegin, hvað góður stuðningur er mikilvægur og að það sé gott að gera mistök, því þannig lærir maður. Gabriela geislar af hlýju og staðfestu og hefur myndbandinu verið dreift víða, enda ræðan einstaklega falleg og einlæg. Gabriela er útskrifuð sem tölvunarfræðingur, en hóf upphaflega nám í verkfræði.

„Ég fór í verkfræði af því ég held að ég hafi ekki þorað beint í tölvunarfræði. Í mínum huga var verkfræðin aðgengilegri og mér fannst ég hafa það sem þurfti í það nám. Ég hafði getuna en skorti áhugann. Mér fannst aftur á móti tölvunarfræðin spennandi en svo óþekkt stærð að ég efaðist um að ég hefði það sem þyrfti. Ég sat í eðlisfræðitíma þegar ég áttaði mig á því að ég væri ekki á réttri leið, því þó að efnið væri gagnlegt í vissum skilningi þá gat ég ekki hugsað mér að starfa við neitt tengt því í framtíðinni,“ segir Gabriela.

Hún segir mikilvægt að fólk átti sig á því að það er ekkert til að skammast sín fyrir að skipta um skoðun eða breyta um stefnu.

„En það má heldur ekki skammast sín fyrir að standa með fyrri ákvörðunum, ef það er það sem maður vill, þó maður hafi klúðrað öllu í fyrstu atrennu. Stundum er maður bara ekki tilbúinn. Það er mikilvægt að hafa trú á sjálfum sér, sýna umburðarlyndi gagnvart eigin klúðri og láta ekki umhverfið eða aðra um að meta hvers virði maður er. Maður þarf að taka ábyrgð á sjálfum sér, elska sig samt og gera betur næst,“ segir hún.

Tölvunarfræðin heillaði

Gabriela hefur alltaf verið mikill unnanndi vísindaskáldskapar og segir það eflaust hafa ýtt undir þá rómantík sem hún kenndi við tölvunarfræði.

„Ég tók eftir því að allt sem mér fannst spennandi snerti tölvunarfræði á einhvern hátt, hvort sem það var eitthvað sem ég rakst á í náminu, í fréttum eða á samfélagsmiðlum. Einnig voru þeir einstaklingar sem ég leit mest upp til og fannst vera að gera mest spennandi hlutina gæjar eins og Steve Jobs, Bill Gates eða Elon Musk.“

Í ræðu sinni í útskriftinni lagði Gabriela mikla áherslu á að vera þakklát þeim sem standi manni

Í DAG ER ÉG ÞAKKLÁT FYRIR AÐ VERA EKKI HRÆDD VIÐ AÐ MISTAKAST, ÞAÐ TEKUR BARA SVO ÓTRÚLEGA MIKINN ÓTTA ÚR LÍFINU.

næst þegar tekist er á við krefjandi nám.

„Það er óendanlega mikilvægt að vera þakklátur, hvort sem það er í garð foreldra, vina eða samnemenda, þá eru forréttindi að fá að taka þátt í þessu lífi. Ég upplifi mig rosalega lánsama. Enginn maður er eyland og ég kláraði þetta nám ekki ein, ástvinir mínir og starfsmenn HR, þetta frábæra umhverfi sem ég finn mig í, eru alveg jafn mikilvæg og skólábækurnar. Maður er bara svo heppinn með fjölskyldu og vini að ég gat ekki annað en þakkað þeim fyrir,“ segir Gabriela og bætir við að það sé ekki sjálfgefið að einhver standi við bakið á manni og hvetji mann til dáða.

„Þess vegna þykir mér mikilvægt að beina athygli að því að ég gerði þetta ekki ein og hefði ekki getað þetta ein. Enginn fetar menntavegin einn hins liðs og við þurfum öll á okkar klappstýrum að halda,“ segir hún og hlær.

Ómetanleg tækifæri

Í ræðunni lagði Gabriela einnig áherslu á mikilvægi þess að leyfa sér að mistakast, því að af því megi alltaf draga lærdóm.

„Maður lærir rosalega lítið af því að gera allt rétt. Þá þarf maður ekki að breyta neinu eða endurskoða ákvarðanir sínar og það er ekkert sem maður þarf að bæta. Án þess að gera mistök verður engin framþróun. Ef maður tekur sjálfan sig ekki of hátiðlega og er tilbúinn til að horfast í augu við það sem betur hefði mátt fara, liggja ómetanleg tækifæri í að læra af þeim mistökum sem maður hefur gert. Í dag er ég þakklát fyrir að vera ekki hrædd við að mistakast, það tekur bara svo ótrúlega mikinn ótta úr lífinu.“

Gabriela segist sjálf ekki hafa mikið þælt í því hvort hún hafi fengið hæstu einkunn, né var hún stressuð yfir því að gera ekki allt rétt.

„Ég er einfaldlega búin að gera svo mörg mistök í lífinu að ég er alveg sátt við það að það er alltaf mögu-



Reglulegar sundferðir og Dungeons and Dragons áttu þátt í að koma Gabrielu í gegnum námið. FRÉTTABLAÐID/STEFÁN



Gabriela tilheyrir tveimur hópum sem spila hlutverkaspilið reglulega. Annar hópurinn hittist tvisvar í viku. FRÉTTABLAÐID/ERNIR EYJÓLFSSON

leiki á því að mér mistakist. Nám er ekki eingöngu til þess að sýna fram á að maður geti fengið góða einkunn, nám þjónar þeim tilgangi að nemendur öðlist skilning. Svo lengi sem maður lærir og nær inntakinu þá er bara fullkomið að gera helling af mistökum og ekki fá alltaf bestu einkunnirnar. Ekki láta námið koma í staðinn fyrir lærdóminn,“ segir hún.

Oft eru foreldrar með ákveðnar hugmyndir um menntun barna sinna. Gabriela segir mikilvægt að kenna börnum að sama hversu hart þau leggi að sér þá muni alltaf gerast mistök.

„Það að mistakast er óhjákvæmilegt og jákvætt, það er tækifæri til þess að vaxa. Að gera mistök er

ekki vísbending um það að maður sé ekki að reyna sitt besta, heldur sönnun þess að maður reyndi og að næst sé maður vitrari og betur í stakk búinn til að takast á við næstu þraut.“

Áreiðanlegur veruleikafloppi

Í ræðunni tók Gabriela sérstaklega fram hve þakklát hún væri fyrir hlutverkaspilið Dungeons and Dragons. Hún segir það hafa átt stóran þátt í því að koma henni í gegnum krefjandi nám og tíma.

„Allir þurfa að kúpla sig út inni á milli og spunaspil eins og Dungeons and Dragons gerir einstaklingum kleift að gera það á mjög markvissan hátt. Spilið hefur sýnt fram á að bætt samskipti og sjálfsálit hjá

einstaklingum ýtir undir skapandi og lausnamiðaða hugsun. Fyrir mér var D&D áreiðanlegur veruleikafloppi. Raunheimar geta oft reynst yfirþyrmandi og námsefni oft og tíðum þurrt og þá er, eins og ég nefndi í ræðunni, Dungeons and Dragons skilvirkt mótefni lærdómsþrots. Ég tel að allir hefðu gott af því að fara í stutt frí frá raunveruleikanum og skemmta sér aðeins. Ég mæli að minnsta kosti eindregið með því,“ segir hún og brosir.

Gabriela var um átta ára aldurrinn þegar hún heyrði móðurbróður sinn, Hannes, tala um Dungeons and Dragons.

„Ég fékk samt ekki að spila með honum fyrr en ég var orðin tvítug,“ segir hún og hlær. „En næstum því átta árum seinna erum við enn þá að spila með sama hópi einu sinni í mánuði.“

Framtíðin er björt hjá Gabrielu sem ætlar að halda áfram að gera mistök og læra af þeim ásamt því að sinna því sem vekur hjá henni áhuga og furðu.


„Ég ætla bara að halda áfram að vera óhrædd við að afla mér reynslu og gera það sem vekur hjá mér áhuga og furðu. Ég er ekki með nein niðurnjörfuð langtíma áform en ég er bjartsýn. Ég er að vinna með ný sprotafyrirtæki núna og býst því sterklega við því að ég muni bara að halda áfram að gera mistök og læra af þeim. Vonandi nýtast gömlu mistökkin þó sem mest og sprotarnir sem ég er að vinna með núna njóti þess og hljóti afburða velgengni,“ segir hún og hlær.

steingerdur@frettabladid.is

SAFNAÐU!

EINN FYRIR ALLA, ALLIR FYRIR EINN

Taktu þátt og safnaðu áheitum á mottumars.is

 Krabbameinsfélagið

MOTTUMARS


Lífið í vikunni
21.02.21-
27.02.21

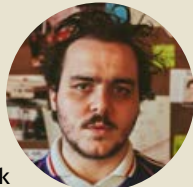


KRAFTUR LESBLINDUNNAR

Sylvia Erla Melsted er í forgrunni heimildarmyndarinnar Lesblindu sem Álfheiður Marta Kjartansdóttir leikstýrir og var frumsýnd á RÚV á fimmtudagskvöld. Myndin hefur þegar vakið athygli og umræður en leikstjórnin segir Sylvíu Erlu lífandi dæmi um þann sköpunarkraft sem lesblindir geta búið yfir.

SAMSÆRID UM FRIKKA DÓR

Grínheimilda-þáttaröðin Hver drap Friðrik Dór? var frumsýnd í Sjónvarpi Símans en þar reynir leikarinn Vilhelm Neto að upplýsa ráðgátuna um afdrif söngvarans Friðriks Dórs, sem hann hefur þrýggjukennar hugmyndir um að sé látinn þannig að Frikki Dór sé alls ekki Frikki Dór heldur einhver allt annar.



STAFRÆNN DAGUR

Háskóladagurinn er í dag en hann var fyrst haldinn árið 2004 í þeim tilgangi að kynna fjölbreytt úrval námsbrauta og auðvelda nýnemum að velja sér nám við þeirra hæfi. Heiða Skúladóttir er verkefnisstjóri dagsins sem verður stafrænn að þessu sinni.

EILÍF STUDKLASSÍK

Elin Hall gaf út ábreiðu af Páls Óskars-smellinum Stanslaust stuð og lagið virðist enn jafn vinsælt og það var þegar Palli sendi það frá sér fyrir 25 árum. Útgáfa Elinar af laginu er lágstemmdari og sveipuð ákveðinni dulúð.



Annarleg tilvera klónsins Samsonar

Ljóðabókin Klón: Eftirmyndasaga fjallar um klónahundinn Samson Ólafsson Moussaieff og ábyrgð mannsins í sköpunarverkinu. Höfundurinn **Ingólfur Eiríksson** segir henni ekki beint sérstaklega gegn eigendum klónsins.

Ingólfur Eiríksson og Elin Edda Þorsteinsdóttir eru höfundar bókarinnar Klón: eftirmyndasaga sem fjallar um tilveru klónahundsins Samsonar Ólafssonar Moussaieff og setur hana í víðara samhengi í máli og myndum í ljóðsögu sem útgefandi lýsir sem bæði nístandi og bráðfyndinni auk þess sem hún láti engan ósnortinn.

Eftirmyndasagan hverfist öðrum þræði um ábyrgð mannsins gagnvart lífi á jörðinni, dauða og endurfæðingu. Þar segir að Samson hafi verið eins og Sámur en upplifði sig annarlegan. „Eitthvað gerði að verkum að hann var ekki Sámur.“

Ingólfur segir verkinu þó alls ekki beint sérstaklega gegn eigendum klónsins, en eins og löngu frægt er orðið var Bessastaðavari hundurinn Sámur fyrrverandi forsetahjónunum Dorrit Moussaieff og Ólafi Ragnari Grímsyni svo mikill harmdauði að Dorrit lét klóna hann.

Sárt ert þú leikinn, Samson klóni

„Ég fór einhvern veginn að hugsa hvað það væri furðulegt að eiga eigin tilvist undir því að vera eftirmynd af einhverjum öðrum. Að vera klón af einhverjum öðrum,“ segir Ingólfur um grunnhugmyndina að ljóðabókinni.

„Það er þessi annarleiki við það að eiga ekki tilveru á eigin forsendum og það er ofsalega annar-

legt að klóna gæludýrið sitt, en frá einhverjum rosalega furðulegum sjónarhóli er það ofsalega skiljanlegt líka. Það er náttúrlega sorg þarna á bak við.“

Skáldið sýnir tilfinningum Dorritar fullan skilning og segir aðspurður að honum þætti miður ef verk hans verði túlkað sem einhvers konar aðför að Ólafi og Dorrit. „Í raun þætti mér það svolítið leiðinlegt af því ég var alls ekki að reyna það með þessu.“

Ég hef heilmikla samúð með því að þau hafi gert þetta vegna þess að þú ferð ekkert að klóna hundinn þinn bara upp á grínið. Þú gerir það af því að þarna á bak við eru einhverjar ofsalega djúpstaðar tilfinningar sem eru raunverulegar,“ segir Ingólfur. „Hvort það sem þú gerir sé síðan réttlætunlegt er annað mál.“

Stóru spurningarnar

Ingólfur bætir við að ef til vill hljómi fátíðilega að tala um það að klóna hund í þessu sambandi. „En þetta er eitthvað sem sprettur upp af sorg og síðan má náttúrlega kannski gagnrýna störfyrirtækin, sem eru að nýta sér tilfinningalegt uppnám fólks, enn frekar en Dorrit og Ólaf og ég hef ekkert á móti þeim.“

Það er alveg skóli sem segir að þau eigi þetta og megi þetta en svo er líka skóli sem myndi kannski spyrja hvort það sé nægilega góð siðferðisleg ástæða. Að þú getir gert svona



Vinirnir Ingólfur og Elin Edda segja ljóðsögu klónsins Samsonar í knöppu máli og myndum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

hluti af því að þú hefur peninga til þess? Þetta er svona kannski þessi vinkill varðandi ábyrgð mannsins gagnvart lífi á jörðinni.“

Rökfræði

Ingólfur heldur áfram að velta vöngum og vikur að kaflanum Rökfræði í ljóðsögunni. „Þar er sett fram sú staðhæfing að Samson sé ekki Sámur, heldur sé hann eins og Sámur. Þú ert afrit af einhverjum en þú ert ekki nákvæmlega eins. Það er eitthvað ofsalega dapurlegt við að vera ekki elskadur fyrir það að vera

sá sem þú ert, heldur það að þú líkist einhverju ástarviðfangi sem er látið. Það er rosalega skrítið að tala um þetta á alvarlegum nótum af því að þetta er svo kostulegt dæmi en ég held líka að þeim mun dýpra sem er kafað ofan í allt sem er svona fyndið í kapitalismanum þá kemst maður að einhverju sem er svolítið harmrænt.“

Þótt Sámur, eigendur hans og Samson síðar hafi verið mikið í fréttum er bókin þó ekki viðbragð við neinni sérstakri eftirspurn. „Þetta var nokkuð sjálfsprottið og

það bað mig enginn um að skrifa þessa bók,“ segir Ingólfur, sem fékk hugmyndina á ritlistarnámskeiði í háskólanum.

„Ég kláraði þetta og sendi textann til gamans á Elinu Eddu, sem var mjög hrifin af þessu og stakk upp á að hún myndi hanna bókverk úr þessu með myndum eftir sig og textanum mínum. Hún var mjög spennt fyrir því að gera myndirnar og hanna útlit bókarinnar, sem er alveg stórkostlegt,“ segir Ingólfur, sem ræðir bókina frekar á frettabladid.is. toti@frettabladid.is

KLÓN



Ingólfur Eiríksson Elin Edda

TUBORG
LETTÓL

FM1957

BYLGJAN
989

X
577

hustenda
verðlaunin
2021

BEIN ÚTSENDING



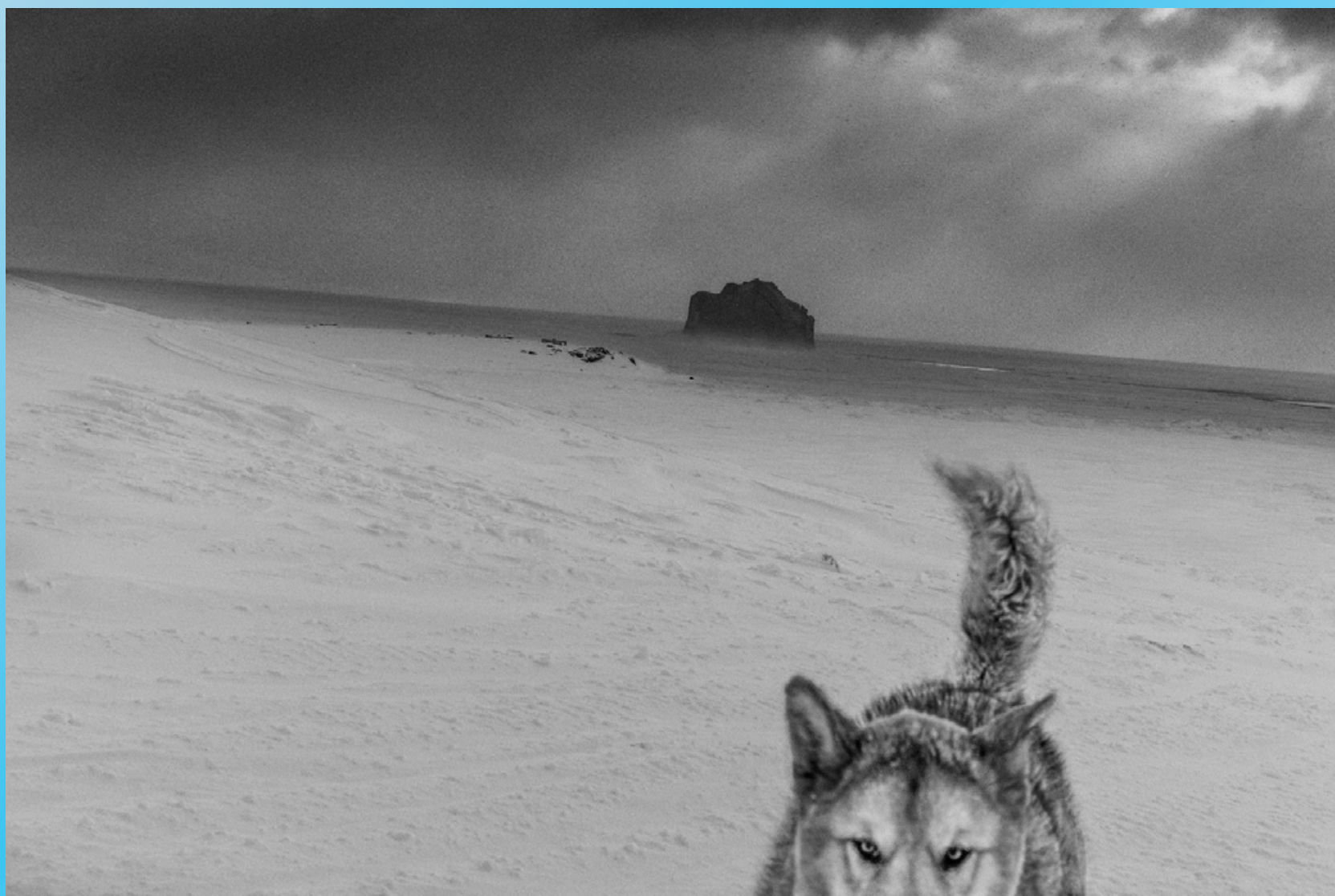
TAKTU ÞÁTT Í VALINU **vísir**

09
04
21

30.01.–09.05.2021

Ragnar Axelsson

Þar sem heimurinn bráðnar



Vantar þig góða gjöf?
Handhafar árskorta og menningarkorta
fá 10% afslátt í safnversluninni

Hafnarhús
Tryggvagata 17
101 Reykjavík

Opið daglega
10.00–17.00
Fimmtudaga
10.00–22.00

listasafnreykjavikur.is
#listasafnreykjavikur
411 6400



LISTASAFN REYKJAVÍKUR

ART MUSEUM

BYKO

Liðsmenn Team Rynkeby munu hjóla á æfingahjólum í verzlunum BYKO laugardag frá kl. 13-15.

BYKO styður við Team Rynkeby Ísland sem hjólar til styrktar krabbameinssjúkum börnum í sumar



Allt fé sem safnast fer óskert til Styrktarfélags krabbameinssjúkra barna og er lið Team Rynkeby Ísland orðið stærsti einstaki stuðningsaðili félagsins. Það hefði ekki orðið nema með dyggum stuðningi fólks og fyrirtækja við verkefnið.

Team Rynkeby er samevrópskt góðgerðarstarf sem hjólar á hverju ári um 1300 km á 8 dögum frá Danmörku til Parísar og safnar þannig peningum til styrktar krabbameinssjúkum börnum.

Hægt er að fylgjast með liðinu á Facebook [TeamRynkebyIsland](#) og Instagram [#TeamRynkebyIsland](#)

Þú getur líka stutt við átakið

907-1601 kr 1.500

907-1602 kr 3.000

907-1603 kr 5.000

Team Rynkeby páskaegg

Til stuðnings Styrktarfélags krabbameinssjúkra barna. Allur ágóði rennur beint til félagsins.



2.800

Aðeins í sölu frá 26. febrúar til 7. mars.





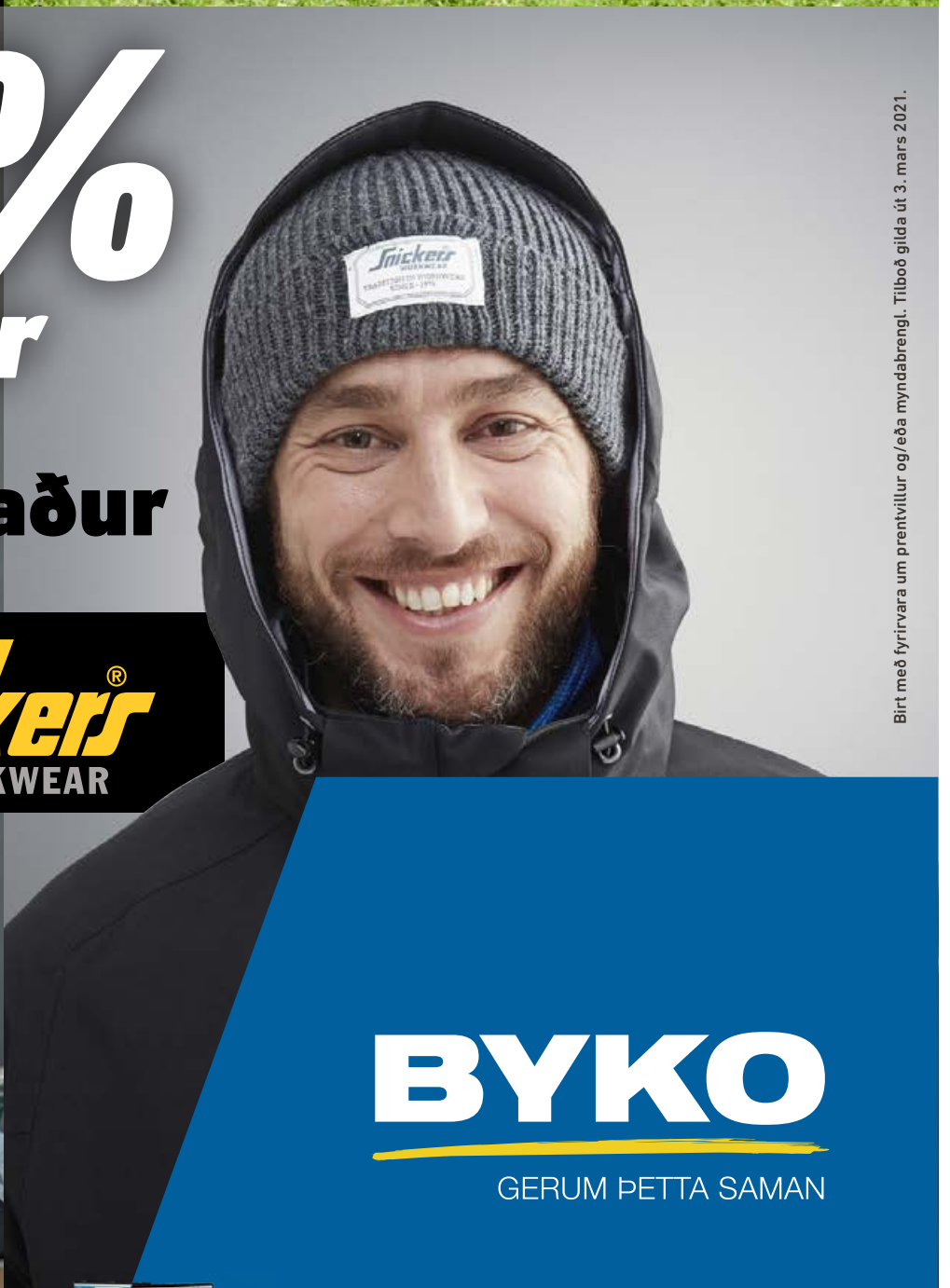
RYOBI



25%
afsláttur
Ryobi rafmagns-
verkfæri



25%
afsláttur
Snickers
vinnufatnaður



BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Verslaðu á netinu *á byko.is*



Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl. Tilboð gilda út 3. mars 2021.

BAKÞANKAR

Óttars
Guðmundssonar



Það mælti mín móðir

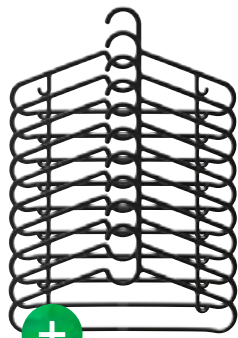
Hjónin Skallagrímur og Bera að Borg í Borgarfirði fylgdu svokallaðri afreksstefnu við uppeldið á Agli afa mínum Skallagrímssyni. Egill fór snemma að láta að sér kveða í manndrápum og öðrum íþróttum. Einhverju sinni þegar hann hafði drepið ungan og efnilegan jafnaldra sinn hrósaði Bera honum og sagði hann vikingsefni. Þetta varð Agli mikil hvatning enda varð hann ein öflugasta íþróttahetja í Íslandssögunni. Í Spórtu hinni fornu sögðu mæður við syni sína: Ef sverð þitt er stutt gakktu þá feti fram. Þetta er „valdeflandi uppeldisaðferð“ eins og beitt var að Borg.

Mér datt þetta í hug á dögnum á handboltaleik hjá dótturdóttur minni úti í Svíþjóð. Eg spurði hver staðan væri í leiknum. Mér var svarað að mörkin væru ekki talin þar sem öll keppni væri skaðleg. Börnin hlupu um völinn í félagsbúningum í fullkomnu tilgangsleysi og skoruðu mörk sem skiptu engu máli. Áhorfendum og börnum leiddist mikið þótt uppeldisfræðingar segðu þetta mun uppbyggilegra en venjulegur kappleikur. Markmið alls þessa var að forða börnunum frá kvíðaröskun í framtíðinni.

Nú er hart deilt á aðferðir ákveðins körfuboltaþjálfara. Hann vill árangurstengja þjálfunina og hefur hlotið mikið ámæli frá fræðasamfélaginu. Bæði foreldrar og liðsmenn hans segja reyndar að það sé skemmtilegt að keppa að einhverju. Börnin séu mun betur búin undir samkeppnissamfélag fullorðinsáranna og þurfi því síður á geðlyfjum að halda.

Snorri Sturluson vitjaði mín í draumi á dögnum og sagði: Hefðu lækna og uppeldisfræðingar breytt uppeldi Egils að Borg og gefið honum ritalin og kvætaþin við mótþróaprjósúröskun og ofvirkni hefði ég aldrei þurft að skrifa Egilssögu. Hún hefði ekki orðið til.

© Ikea System By 2021



275,-/10 í pk.

SPRUTTIG herðatré



VARÐÖ rúmfatahirslur
4.950,-/stk.



295,-

PÄRKLA hirsla



PLURING
fatapokar
395,-/3 í setti

Skipulag í skápana

Vel skipulagður fataskápur auðveldar þér lífið. Með því að hugsa vel um fót og fylgihluti endast þau lengur, sem er bæði gott fyrir þig og umhverfið. Þegar allt á sinn stað er þar að auki fljótlega bæði að ganga frá og finna það sem leitað er að. Hjá okkur finnur þú fjölbreytt úrval af skipulagsvörum í fataskápinum. Líttu við og skoðaðu úrvalið, við tökum vel á móti þér!



DIMPA
geymslupoki
595,-



Nýtt
2.490,-

VÄGTÄG sængurverasett
B150xL200/L50xB60cm

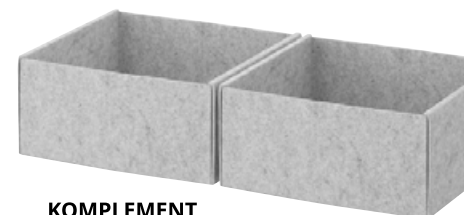


MURVEL
skóhirslur
195,-/stk.

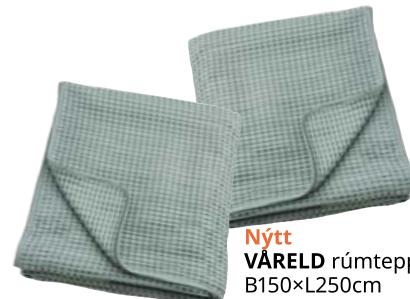


595,-

KOMPLEMENT hengi



KOMPLEMENT
kassar B25xD27, H12cm
1.950,-/2 í pk.



Nýtt
VÄRELD rúmteppi
B150xL250cm
4.690,-/stk.



Nýtt KLIBBGLIM
sængurverasett
B150xL200/L50xB60cm
2.690,-

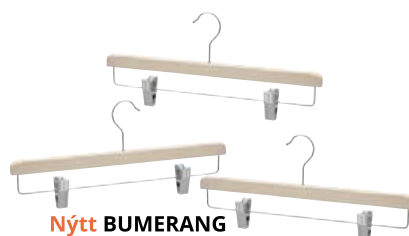


TURBO
fatarekki
6.950,-

Nýtt LUKTJASMIN
sængurverasett
B150xL200/L50xB60cm
5.490,-



RÄVAROR
geymslupoki
2.950,-



Nýtt BUMERANG
herðatré með
klemmu 195,-/stk.

Veitingastaðurinn er opinn!

Afgreiðslutímar á veitingasviði:

Veitingastaður 11-19:30
Kaffihús 10:30-18
IKEA Bakari 11-18
IKEA Bistro 11-20
Sænska matarhornið 11-20

Ýsa í orly
með frönskum
og tartarsósu

995,-



Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Verslun opin 11-20 - IKEA.is

