FRÉTTABLAÐIÐ

frettabladid.is

124. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR LAUGARDAGUR 26. JÚNÍ 2021

Klifu hæsta tind heims smitaðir af Covid-19

Heimir Fannar Hallgrímsson og Sigurður Bjarni Sveinsson klifu Everest-fjall í síðasta mánuði. Leiðangurinn var sérlega átakanlegur enda smituðust báðir af Covid-19 og Sigurður fékk heilabjúg sökum súrefnisskorts. ➤ 20

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mýkt og mildi

Drífa Atladóttir og Hrafnhildur Sigmarsdóttir nota vestræn vísindi og austræn fræði við úrvinnslu áfalla. ➤ 24

Ristað brauð og rafsoðin ýsa

Öld er frá rafvæðingu Reykjavíkur og segir Birna Bragadóttir, forstöðukona Elliðaárstöðvar, orkuskiptin hafa haft mikil áhrif á jafnrétti. ➤ 18

Óuppgerð fortíð hafði áhrif

Ásmundur Einar Daðason bað um stól barnamálaráðherra, en erfiður uppvöxtur og óuppgerð mál höfðu áhrif á þá ákvörðun. ➤ 22

Vindhviður gætu orðið 30-40 metrar á sekúndu. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

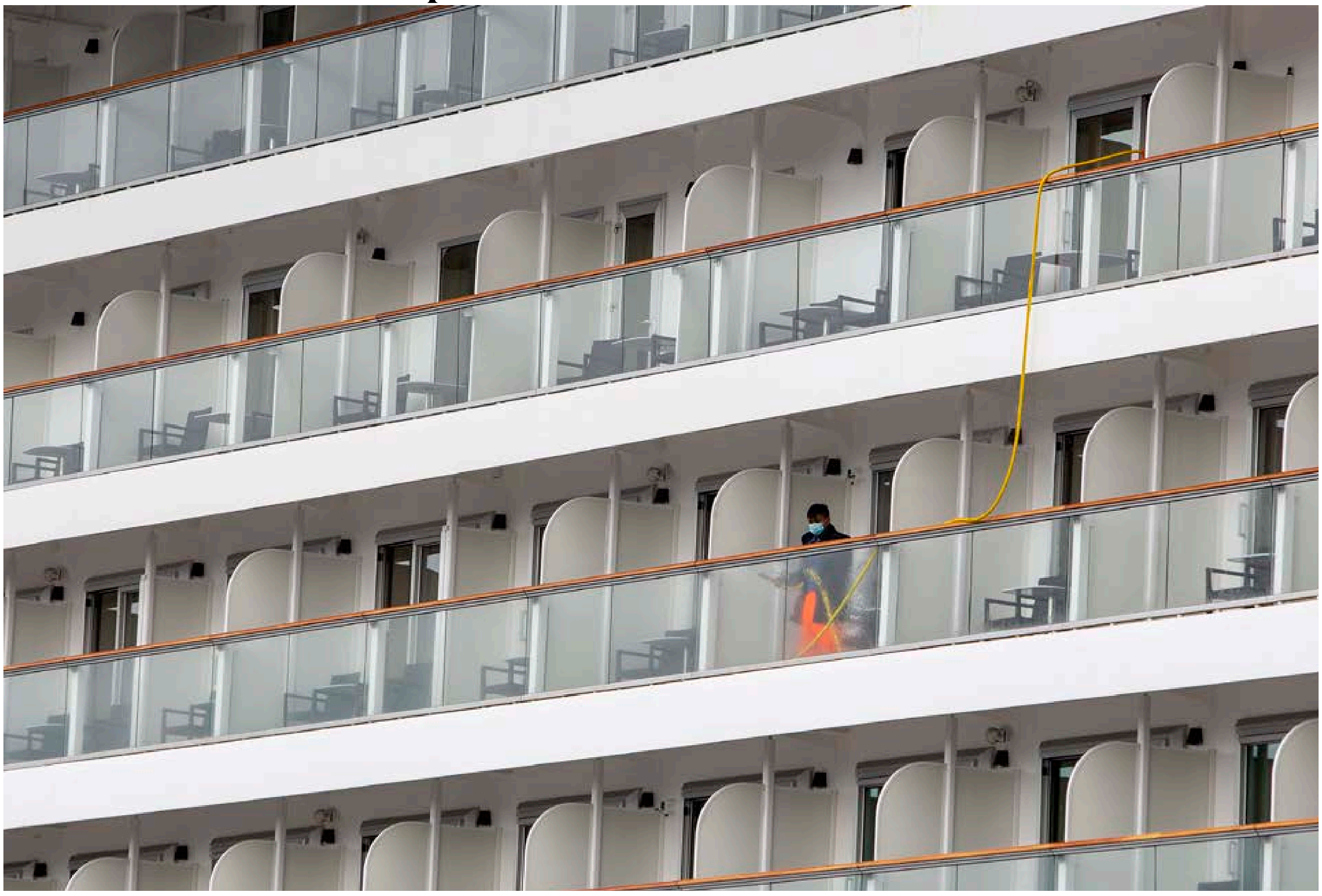
Varað við ferðum með hjólhýsi vegna veðurs

thorgrimur@frettabladid.is

VEÐUR „Þetta er veður þar sem maður ráðleggur ekki neinum að vera að ferðast með fellihýsi eða hjólhýsi,“ sagði Sigurður Þ. Ragnarsson veðurfræðingur, í samtali við Fréttablaðið. Slysahætta kunni að skapast fyrir bifreiðar með kerrur eða hjólhýsi í eftirdragi.

„Í dag verður líklega hvass vindur úr suðvestri með mjög snörpum vindhviðum við fjöll og skörðótt landsvæði. Hviðurnar gætu verið að slá í þrjátíu til fjörutíu metra á sekúndu. Íslendingar eiga til að halda að slys geti ekki hent sig og líka að ana í ferðir strax og góðar hitatölur birtast. Það gæti reynst skeinuhætt á laugardag, en óveðrið ætti að vera um garð gengið daginn eftir.“ – SJÁ SÍÐU 36.

Loksins skemmtiferðaskip í Sundahöfn



Skemmtiferðaskipið Viking Sky frá Noregi sem nú liggur við bakka í Sundahöfn minnir óneitanlega á gamla tíma þegar hingað til lands komu skemmtiferðaskip í hrönnum fyrir heimsfaraldurinn. Nú er þó allt að færast til fyrra horfs, með afléttingu samkomutakmarkana og breytingum á reglum á landamærum og búast má við fjölda skemmtiferðaskipa til Íslands í sumar, með fjölda kærkominna gesta um borð. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Grímuskylda á Landspítala

birnadrofn@frettabladid.is

COVID-19 Grímuskylda er enn við lýði á Landspítalanum þrátt fyrir að öllum samkomutakmörkunum hafi verið aflétt innanlands á miðnætti.

Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra kynnti á blaðamannafundi í gær breytingar á reglum á samkomutakmörkunum. Með breytingunum falla úr gildi allar reglur sem hafa verið á samkomum í kórónuveirufaraldrinum fyrir utan þær reglur sem enn gilda á Landspítala.

Nokkrar breytingar verða gerðar varðandi reglur um gesti og heimsóknir á spítalann og taka þær gildi 1. júlí. Fólk með einkenni verður til að mynda beðið að fresta heimsóknum, gert er ráð fyrir tveimur gestum að hámarki hjá hverjum sjúklingi og gestir skulu gera grein fyrir sér hjá öryggisverði við inngang spítalans. ■

Chauvin dæmdur

thorvardur@frettabladid.is

BANDARÍKIN Bandaríski lögreglumaðurinn Derek Chauvin hefur verið dæmdur til 22 ára og sex mánaða fangelsisvistar fyrir morðið á George Floyd 25. maí í Minneapolis í fyrra. Chauvin hefur verið í einangrun síðan hann var dæmdur sekur fyrir morðið, fyrir tveimur mánuðum.

Chauvin, sem er hvítur, var dæmdur fyrir að hafa myrt Floyd, sem var svartur, með því að krjúpa með hné sitt á hálsi hans uns hann kafnaði, níu mínútum síðar. Þetta náðist á myndband sem fór sem eldur í sinu um Internetið og varpaði ljósi á umfang lögregluofbeldis gegn svörtu fólki og öðrum minnihlutahópum í Bandaríkjunum.

Í framhaldinu voru gríðarmikil mótmæli víða um Bandaríkin og utan landsteinanna gegn lögregluofbeldi og kynþáttafordómum. ■

Vonar að sjálfræðissvipting Britney endi fyrr en síðar

Töluvert vatn hefur runnið til sjávar í sjálfræðisbaráttu Britney Spears undanfarna daga. Einn helsti aðdáandi hennar hér á landi, Gréta Þorkelsdóttir, segir sláandi að lesa orð Britney úr réttarsalnum.

benediktboas@frettabladid.is

Britney Spears á tónleikum árið 2018. Hún getur ekki stýrt auðæfum sínum, frekar en öðru í lífi sínu, enda ekki með sjálfræði. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

SAMFÉLAG Britney Spears opnaði sig loks í vikunni um sjálfræðissviptingu sína, fyrst í réttarsal og svo á Instagram. Í 24 mínútna ræðu í réttarsalnum komust aðdáendur hennar að því hvernig er í pottinn búið hjá poppstjörnunni. Milljónir manna tengjast #FreeBritney hreyfingunni og berjast fyrir að Britney fái sjálfræði aftur.

Gréta Þorkelsdóttir, grafískur hönnuður, er einn mesti aðdáandi Britney hér á landi en hún var viðfangsefni Grétu í útskriftarverkefni hennar úr grafískri hönnun í Listaháskóla Íslands.

Gréta hafði lesið skýrsluna úr réttarsalnum og fannst, líkt og fleirum, erfitt að heyra hvernig líf hennar er. Þar kom fram að Britney fær ekki að hitta lækni til að fjarlægja lykkjuna, hún er látin taka liþíum geðlyf, hún má ekki keyra bíl eða vera ein í bíl með kærastanum sínum og ýmislegt fleira.

Britney sagði sjálf að hún vildi binda enda á sviptinguna, sem hún kallaði ofbeldi í sinn garð.

„Það eru stór tíðindi búin að gerast undanfarið,“ segir Gréta. „Það hefur svo sem verið fjallað um það áður að hún sé undir þessu, enda fullfær um að vinna, sjá um sig og tugi ef ekki hundruð manna á tónleikatúr, en er ekki með sjálfræði. Þar til nú hefur hún ekkert tjáð sig.“

Gréta segir að Britney hafi mótmælt þessu ástandi síðan 2014 en hún var svipt sjálfræði árið 2008.

> Hún hefur engin réttindi sjálf – sem er þægilegt fyrir ótrúlega marga

Gréta Þorkelsdóttir, grafískur hönnuður og aðdáandi Britney Spears.

„Hún segist vera hrædd við föður sinn og hvað hann geti látið hana gera en einnig hvað hann lætur hana gera.

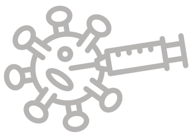
Hún hefur til dæmis verið send á hæli sem einhvers konar refsingu, ef hún stendur upp fyrir sjálfri sér. Pabbi hennar er með einhverja fasta liði í hverri viku sem eru ákveðnir af honum sem hún þarf að gera, en henni er refsað ef hún neitar.

Hún hefur engin réttindi sjálf – sem er þægilegt fyrir ótrúlega marga,“ segir Gréta.

Hún vonast eftir kraftaverki og að Britney losni undan sviptingunni sem fyrst en býst þó við að það taki einhver ár enda stórt og flókið mál. „Ég vona að hún losni undan þessu en ég óttast að það taki langan tíma. Þetta er svo ótrúlega sorglegt mál því hún er svo skær stjarna. Fólk hefur tjáð sig um hvað hún sé góð manneskja. Almennt hefur hún notað frægð sína til að gera góða hluti og vonandi dæmir dómarinn henni í hag fyrr en síðar,“ segir Gréta. ■

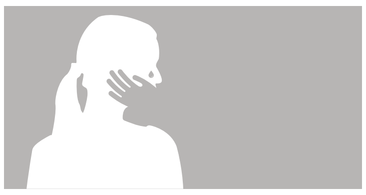
blómaval
HÚSASMIÐJAN
FYRIR ÞIG
HITABYLGJA
Sjóðandi heit tilboð um helgina
Garðplöntur og útipottar
25% afsláttur
Sumarblóm
25% afsláttur
Pallaolía og viðarvörn
20% afsláttur
JOTUN Treolje
JOTUN NY TREBITT Terrassebeis/lasyr
Sláttuvélar
20% afsláttur
20%
Sláttuvél
Razor 4610
Bensínmótor 139cc/2,3kW, sláttubreidd 46 cm, 65 ltr., safnari. 5085301
39.995kr
49.995kr
OUTBACK
Gasgrill
Graphite 3b
Grillflötur: 56x38 cm, með ryðfríum brennurum og hliðarhellu. 3000390
39.990kr
43%
Stjúpur 10 stk.
1.290kr
2.290 kr
IKRA mogatec
Rafmagnsorf
Framlengjanlegt skaft, 350W, 25 cm sláttubreidd, lína 1,6 mm. 5086616
5.995kr
20%
claber
Slönguhjól
Með 15 m slöngu, byssa og 5 tengi. 5081637
5.595kr
6.995 kr
FYRIR ÞIG Sumartilboð
Skoðaðu á husa.is
Gefum ÍS alla helgina
í Skútuvogi frá kl. 12-16
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

Tölur vikunnar

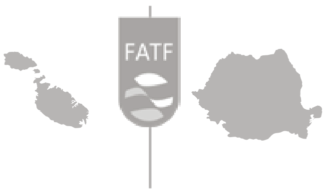


177.540
einstaklingar eru nú fullbólusettir á Íslandi.

30
prósenta hærri húsnæðiskostnaður er hér á landi að meðaltali en í ESB- og EFTA-ríkjum.



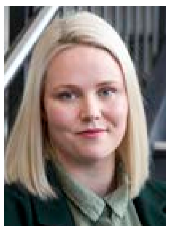
21
prósents aukning hefur orðið á heimilisofbeldismálum það sem af er ári, miðað við síðustu þrjú ár.



2
lönd bættust á gráan lista FATF í vikunni, Malta og Rúmenía.

150
tonn af bændaplasti eru föst í móttökustöð Flokku á Sauðárkróki.

Þetta sögðu þau

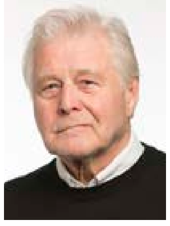


Þorbjörg Þorvaldsdóttir
formaður Samtakanna '78

Fólkið sem stendur að baki öllum þessum atlögum að tilverurétti hinsegin fólks á það sammerkt að gera það í nafni barnaverndar og jafnvel kvenréttinda. Þau nýta sér í öllum tilvikum ótta fólks við það sem er öðruvísi til þess að troða eigin afturhaldssemi upp á samfélögin sem þau stjórna, eða hafa vettvang til að hafa áhrif á.

Benóný Ægisson
íbúi í miðborginni

Ég skil þá vel sem hafa gaman af því að djamma öðru hvoru um helgar og ganga öskrandi um götur miðbæjarins til að fá nauðsynlega útrás, eða bara af því að maður öskrar þegar maður er fullur, en hins vegar á ég erfitt með þá nágranna mína sem búa fjarri tundurduflabeltinu „og verða aldrei varir við neitt“ og finnst að ég ætti að flytja eitthvað annað ef ég þoli ekki ástandið.



Ole Anton Bieltvedt
formaður Jarðarvina

Í raun og veru var og er það með algjörum ólíkindum, að Katrín Jakobsdóttir skyldi láta sér detta í hug að hún fengi einhverjum stefnumálum Vinstri grænna framgengt í samstarfi við Bjarna Benediktsson og Sigurð Inga, eins og ofannefnd dæmi sýna, og það, að hún sé nú tilbúin til að endurtaka þetta samstarf, með væntingar um betri árangur, er, samkvæmt Einstein, hrein klikkun eða brjálæði. ■

Refsingar fyrir nauðgun að þyngjast

Ríkissaksóknari telur nýjan dóm til marks um að Hæstiréttur hallist að þyngri refsingum í nauðgunarmálum. Dómurinn setji fram skýr sjónarmið um áhrif tafa á málsmeðferð, á ákvörðun refsingar.

adalheidur@frettabladid.is

Hæstiréttur hefur kveðið upp fjóra dóma í kynferðisbrotamálum frá því dómstólaskipan breyttist. Í tveimur þeirra er fjallað um ákvörðun refsingar. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

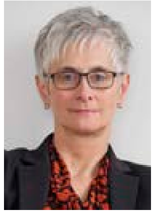
DÓMSMÁL Hæstiréttur er að færa sig í átt að þyngri refsingum í alvarlegum nauðgunarmálum, að mati Sigríðar Friðjónsdóttur ríkissaksóknara. Þetta kemur fram í svari hennar við fyrirspurn Fréttablaðsins. Tilefnið er dómur sem féll í Hæstarétti í síðustu viku í máli tveggja manna sem dæmdir voru í þriggja og hálfs árs fangelsi fyrir að nauðga sextán ára stúlku í kjallaraíbúð í Reykjavík í febrúar árið 2019.

Í dóminum er fjallað ítarlega um ákvörðun refsingar fyrir nauðgun. Hún skuli ekki vera skemmri en eitt ár og allt að sextán árum. Dómstólar hafi svigrúm til ákvörðunar refsingar innan refsirammans og beri að taka mið af sérstökum refsiþyngingarástæðum vegna nauðgana, sem fest voru í 195. gr. hegningarlaganna árið 2007. Vísað er til greinargerðar með lögunum þar sem fram kemur að ungir þolendur hafi lítinn sálfræðilegan og líkamlegan styrk til þess að verjast nauðgunum og því beri að virða til þyngingar ef þolandi er barn yngra en 18 ára. Einnig horfi til þyngingar refsingar ef ofbeldi geranda er stórfellt og ef brotið er framið á sérstaklega sársaukafullan eða meiðandi hátt.

Í umræddu máli áttu öll þessi sjónarmið við, að mati Hæstaréttar. Brotin hafi verið alvarleg og beinst að ungri stúlku, sem var nítján árum yngri en eldri gerandinn. Brot mannanna fólust jafnframt í samræði við stúlkuna gegn vilja hennar og fellur það undir fyrrgreint ákvæði sem sérlega meiðandi aðferð og sársaukafull þegar um barn er að ræða.

»

Ríkissaksóknari telur dómaframkvæmd Hæstaréttar í átt að þyngri refsingum.



Sigríður Friðjónsdóttir, ríkissaksóknari.

Hæstiréttur hefur einu sinni áður fjallað um ákvörðun refsingar í kynferðisbrotamáli frá því hann tók við nýju hlutverki fordæmisgefandi dómstóls með tilkomu Landsréttar sem áfrýjunardómstóls.

Í dómi sem kveðinn var upp í september í fyrra var fjallað um ákvörðun refsingar fyrir nauðgun, blygðunarsemisbrot gegn barni og brot gegn nálgunarbanni. Ákærði hafði fengið þriggja ára dóm í Landsrétti en var dæmdur í sex ára fangelsi í Hæstarétti. Mat Hæstiréttur það til refsiþyngingar að brotaþolarnir voru nákomin gerandanum, eiginkona hans og sonur. Þá hafi nauðgunarbrot gegn konunni verið framið með sérstaklega meiðandi hætti.

Í fréttaskýringu sem birtist í Fréttablaðinu í janúar kom fram að Landsréttur hafi ítrekað mildað refsingar í nauðgunarmálum vegna tafa á málsmeðferð. Í dómi Hæstaréttar í síðustu viku er vikið að þessu. Nokkrar tafir hafi verið á rannsókn málsins hjá lögreglu sem líta beri til að nokkru leyti, en þó verði að líta til þess að ákærðu hafi hvorki sætt gæsluvarðhaldi né farbanni á tímabilinu, eða öðrum þungbærum takmörkunum á réttindum sínum. Sá tími sem leið frá því að málið barst héraðssaksóknara þar til ákæra var gefin út, hafi ekki verið úr hófi og eðlilegur gangur hafi verið í meðferð málsins á þremur dómstigum.

Þrátt fyrir að taka mið af töfum á lögreglurannsókninni ákærðu til hagsbóta, þyngir Hæstiréttur dóm Landsréttar um eitt og hálft ár, en Landsréttur hafði mildað þriggja ára refsingu héraðsdóms um heilt ár vegna tafanna.

Aðspurð segir Sigríður Friðjónsdóttir dóminn setja fram skýr sjónarmið um hvenær og hvernig megi taka mið af töfum á málsmeðferð við ákvörðun refsingar. Nánar er fjallað um málið á vef Fréttablaðsins, frettabladid.is ■

ISBAND
UMBOÐSAÐILI 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

24.000 þakkir!
Hlutabréf Íslandsbanka voru tekin til viðskipta á Aðalmarkaði Nasdaq Iceland þriðjudaginn 22. júní.
Skráning hlutabréfanna kemur í kjölfar vel heppnaðs hlutafjárútboðs bankans. Um er að ræða stærsta frumútboð hlutabréfa sem hefur farið fram á Íslandi sem og stærsta frumútboð á evrópskum banka frá árinu 2018.
Við bjóðum 24.000 nýja hluthafa í Íslandsbanka velkomna.
Þökkum traustið og hlökkum til samstarfsins.

Kanna tengsl milli matar og árstíðabundinna skapsveiflna

thorgrimur@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Háskólinn á Akureyri er nú í þann mund að hefja verkefni þar sem fylgni er rannsökuð milli matarhegðunar og árstíðabundinna skapsveiflna. Ætlunin er að skoða ýmis tengsl milli mataræðis og hegðunar og líðanar fólks með könnunum sem teknar verði yfir árið.

„Við vitum að það er fylgni milli tiltekinnar matarhegðunar og þunglyndis, til dæmis sykurneyslu," segir Yvonne Höller, sálfræðiprófessor við HA. „Það er þó ekki alveg ljóst hvort matarvenjurnar leiða til þunglyndis eða hvort þunglynt fólk er líklegra til að neyta sælgætis. Ef við komumst að því að tiltekin átmynstur að hausti valdi síðan verri líðan en önnur á veturna gætum við leiðbeint fólki fram í tímann þannig að það borði rétt."

Í kynningu á verkefninu kemur fram að skammdegisþunglyndi sé tiltölulega óalgengt á Íslandi miðað við hin Norðurlöndin, þrátt fyrir langa og dimma vetur sem landið er þekkt fyrir. „Þetta kemur úr gögnum frá tíunda áratugnum," segir Yvonne. „Þar kom fram að 3,8 prósent Íslendinga væru haldin skammdegisþunglyndi, en á hinum Norðurlöndunum var tíðnin allt að tíu prósent. Hlutfallið var svipað meðal Íslendinga sem bjuggu í Manitoba, sem bendir til þess að þetta sé einkenni Íslendinga fremur en þess að búa á Íslandi. Í upphafi voru kenningar um að þetta væri erfðatengt, að Íslendingar hefðu þróað með sér viðnám við skammdegisþunglyndi. En það getur líka verið að þetta sé menningartengt, að ákveðin jákvæðni sé fólgin í íslenska hugsunarhættinum „þetta reddast"."

Yvonne Höller, sálfræðiprófessor við HA.

» Skammdegisþunglyndi mældist óalgengt meðal Íslendinga.

Þar sem gögnin eru rúmlega tuttugu ára gömul segir Yvonne að ef til vill hafi aðstæðurnar þó breyst. Nokkur merki séu um að skammdegisþunglyndi meðal Íslendinga sé algengara nú en þegar eldri kannanirnar voru gerðar. ■

Slökkt verður á 156 hleðslustöðvum í borginni á mánudag.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Slæm staða fyrir rafbílaeigendur

benediktboas@frettabladid.is

DÓMSMÁL „Þetta er fyrst og fremst að koma niður á þeim fjölmörgu rafbílaeigendum sem geta ekki haft eigin bílastæði við heimili sín til að setja upp heimahleðslur eða hafa einfaldlega ekki efni á því," segir Berglind Rán Ólafsdóttir, framkvæmdastýra Orku náttúrunnar (ON), um þá stöðu sem er komin upp, að ON þurfi að taka strauminn af þeim 156 götuhleðslum á mánudaginn sem fyrirtækið hefur sett upp víðs vegar í Reykjavík. Er það gert í kjölfar þess að Ísorka kvartaði yfir að hleðslurnar væru opnar hverjum sem er gjaldfrjálst. Óvíst er hvenær hægt verður að hleypa straumi á þær að nýju.

Ísorka beindi því til kærunefndar útboðsmála að Reykjavíkurborg yrði beitt dagsektum meðan beiðnin væri til meðferðar og bað borgin því ON að slökkva á hleðslustöðvunum á meðan beðið er eftir niðurstöðu. Borgin hefur óskað eftir frestun réttaráhrifa vegna úrskurðarins.

Borgin bauð út uppsetningu og rekstur götuhleðslna og tók tilboði frá ON sem bauð lægst. Úrskurðarnefndin komst síðan að þeirri niðurstöðu eftir kæru Ísorku að Reykjavíkurborg hefði átt að bjóða verkið út á Evrópska efnahagssvæðinu. ■

Rafmyntafyrirtæki á flótta frá Kína koma að tómum kofunum á Íslandi

Eftir að Kínverjar hófu að úthýsa fyrirtækjum sem grafa upp rafmyntir hefur áhugi stóraukist á að reisa gagnaver fyrir rafmyntir á Íslandi. Hér er hins vegar engin umframorka til þess að setja í þannig starfsemi og enginn áhugi á að reisa virkjanir fyrir hana.

kristinnhaukur@frettabladid.is

ORKUMÁL Erlend rafmyntafyrirtæki hafa falast eftir meiri orku til námagraftar hér á landi eftir að kínverska ríkisstjórnin ákvað að úthýsa þeim. Hér er þó ekki til næg umframorka að bjóða þeim.

Kínverska ríkisstjórnin hefur snúist mjög harkalega gegn rafmyntum, bæði gegn viðskiptum með þær og námagreftinum sem er afskaplega orkufrekur. Alls 65 prósent af grefti heimsins fara fram í Kína og nú eru fyrirtækin að leita sér að nýjum heimkynnum.

„Við finnum fyrir stórauknum áhuga á uppbyggingu gagnavera sem eru eingöngu fyrir rafmyntir," segir Jóhann Snorri Sigurbergsson, upplýsingafulltrúi HS Orku. „Við heyrum að það sé vegna þess sem er að gerast í Kína og gerum ráð fyrir því að verið sé að leita annars staðar líka."

Flestar námurnar eru í fjórum héruðum, Sichuan og Yunnan, þar sem vatnsafl er nægt, og í kolahéruðunum Xianjiang og Innri-Mongólíu. Rafmyntagröftur er hvort tveggja farinn að taka toll af loftslagsmarkmiðum Kínverja og ríkisstjórnin er ekki hrifin af myntum sem hún hefur litla stjórn yfir.

Sum ríki eða svæði hafa boðist til að taka við námafyrirtækjum. Til dæmis Flórída- og Texasríki í Bandaríkjunum og Kasakstan. Þetta eru þó síður umhverfisvænir kostir því í Flórída er aðallega keyrt á kjarnorku, gasi í Texas og kolum í Kasakstan. Kanada þykir umhverfisvænn kostur en þar er orkan of dýr fyrir námagröft og Evrópa hefur ekki mikla orku til skiptanna.

Mikill áhugi er á að reisa gagnaver sem eingöngu hýsa rafmyntagröft. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

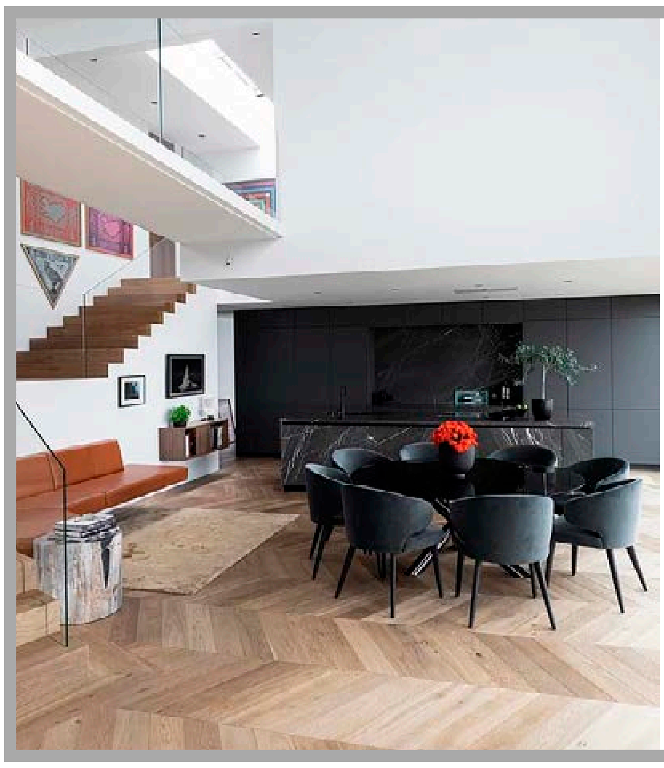
” Við lofum þeim ekki neinu.

Jóhann Snorri Sigurbergsson, upplýsingafulltrúi HS Orku.

„Fólk er að athuga hvort það sé til rafmagn og sjá hvert verðið er. Þessi gröftur eltir ódýrasta raforkuverðið," segir Jóhann. Þessi áhugi, að byggja upp ný gagnaver fyrir námagröft, komi að utan. Íslensku gagnaverin leggi áherslu á aðra hluti og til lengri tíma þó að þau hafi einnig boðið upp á námagröft.

„Við lofum þeim ekki neinu. Við höfum litið svo á að þessi hluti gagnaveranna, það er námagröfturinn, sé leið til að losa út umframorku," segir Jóhann. Enginn vilji sé til að reisa virkjanir fyrir þetta. „Eins og staðan er núna eigum við enga umframorku. Þeir eru einnig að leita eftir ódýrari orku en er í boði hjá okkur."

Orkunotkun gagnaveranna margfaldaðist árin 2014 til 2019 en samkvæmt orkuspá þess árs er gert ráð fyrir að notkunin haldist nokkuð stöðug næsta áratug. Um það leyti var varað við orkuskorti í landinu en orkunotkun stórnotenda hríðféll í faraldrinum vegna minnkandi eftirspurnar eftir áli og kísil. Nú er eftirspurnin á uppleið og orkunotkun stórnotenda sömuleiðis. ■



Parket

Parki INTERIORS

Gríðarlegt úrval af viðarparketi ásamt vatnsþolnu harðparketi og vínylparketi má finna í sýningarsal okkar á **Dalvegi 10-14.**

Komdu við og ræddu við sérfræðinga Parka og fáðu faglega ráðgjöf

Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi • 595 0570

Finndu okkur á **Facebook!** facebook.com/Parki.interiors

Troðfull verslun af merkjavöru frá eftirtöldum verslunum
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
40-50%
afsláttur af öllum vörum
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

Emmessís verður í boði hjá ÍTR.

Tilboð Kjöríss til ÍTR var ógilt

benediktboas@frettabladid.is

ÚTBOÐ Starfsstaðir Íþrótta- og tómstundaráðs Reykjavíkur munu bjóða upp á Emmessís næstu fjögur ár en opið útboð fór fram þar sem ísrisarnir, Emmessís og Kjörís, börðust um hnossið. Tilboð Kjöríss var ógilt og því ákveðið að ganga til samninga við Emmessís til fjögurra ára. Kostnaðaráætlun var 47 milljónir en Emmessís bauð 44 milljónir. ■

Snæfellsbær og Eyja- og Miklaholtshreppur stinga saman nefjum.

Ræða að sameina á Snæfellsnesinu

kristinnhaukur@frettabladid.is

VESTURLAND Sameiningar sveitarfélaga eru nú ræddar á Snæfellsnesi. Í gær funduðu fulltrúar Stykkishólmsbæjar, Helgafellssveitar og Dalabyggðar eftir beiðni frá síðastnefnda sveitarfélaginu.

Í tilefni af því hvatti bæjarráð Stykkishólms til stærri sameiningar á Snæfellsnesi með framtíðarhagsmuni svæðisins í huga. Þá hefur Snæfellsbær óskað eftir viðræðum við Eyja- og Miklaholtshrepp um hvort grundvöllur sé fyrir sameiningu þessara tveggja sveitarfélaga.

Fulltrúar hreppsins samþykktu þær viðræður. Þessar viðræður voru síðan ræddar á bæjarstjórnarfundi Grundarfjarðarbæjar.

Hugmyndin um sameinað Snæfellsnes er ekki ný af nálinni en árið 2005 var hún kolfelld í miklu sameiningarátaki á landsvísu. Árið 2017 var rætt um sameiningu Stykkishólms, Helgafellssveitar og Grundarfjarðar en hætt við vegna lítilla framlaga frá Jöfnunarsjóði. ■

Mikill léttir fyrir ferðaþjónustuna

Aflétting takmarkana vegna faraldursins léttir mjög á ýmsum greinum ferðaþjónustunnar. Bókanir erlendra ferðamanna færast í aukana og rekstraraðilar eru bjartsýnir fyrir sumarið.

arnartomas@frettabladid.is

FERÐAÞJÓNUSTA Margar þeirra takmarkana sem féllu úr gildi á miðnætti hafa afgerandi áhrif á íslenska ferðaþjónustu. Þar á meðal fullt afnám grímuskyldu, nándarreglu og fjöldatakmarkana.

„Það er auðvitað mjög ánægjulegt að við séum komin á þann stað að hægt sé að fella niður þessar takmarkanir og það hjálpar augljóslega mikið til í ýmsum greinum ferðaþjónustunnar,“ segir Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar. „Þetta hefur mjög jákvæð áhrif til dæmis á allan veitingarekstur, hótelrekstur, veisluþjónustu og fleira.“

Þann 1. júlí verður svo hætt að skima bólusetta ferðamenn og þá sem eru með mótefnavottorð. Jóhannes segir þetta ánægjulegar fréttir.

„Þetta hefur valdið ákveðnum vandræðum, sér í lagi fyrir ferðamenn og ferðaskrifstofur sem skipuleggja styttri ferðir,“ segir hann. „Síðan sjáum við að landamærareglugerðin á að falla úr gildi 15. ágúst, sem er gott, þótt við hefðum viljað sjá styttri gildistíma á henni. Þegar hægt verður að hætta við tvöfalda skimun og sóttkví þá munar það mjög miklu fyrir okkur, sérstaklega varðandi hópferðir frá Evrópu.“

Nýlega gáfu Samtök ferðaþjónustunnar út svokallaðan Vegvísi um viðspyrnu ferðaþjónustunnar þar sem lagðar eru fram tillögur að aðgerðum stjórnvalda sem eru nauðsynlegar til að flýta viðspyrnunni. Aðspurður hver næstu skref Íslands ættu að vera með tilliti til vegvísisins segir Jóhannes mikilvægt að huga að tvennu.

„Í fyrsta lagi er mikilvægt að rýna í rekstrarumhverfi fyrirtækja á Íslandi sem er almennt mjög þungt,“ segir hann. „Það þarf að horfa á úrlausn skuldavanda fyrirtækjanna sem er enn til staðar og leita bóta. Svo má ekki láta markaðssetningu á erlendum mörkuðum detta niður í vetur. Það þarf að huga að því fyrr en síðar hvernig við ætlum að halda slagkraftinum áfram í vetur.“

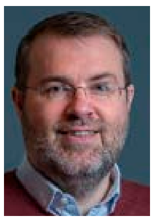
Hrefna Sætran, eigandi Fiskmarkaðarins, Grillmarkaðarins og Skúla Craft Bar, tekur í sama streng og Jóhannes um hve mikilvægar afléttingarnar séu í veitingageiranum.

Ágúst segir að gestir við Jökulsárlón séu nú um fjórðungur af því sem þeir væru á venjulegu ári. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

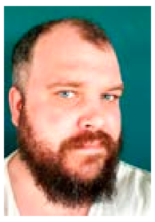
> Nú getur fólk farið út að borða í rólegheitum og þarf ekki að vera að stressa sig eins og þegar stöðunum var lokað snemma.

Hrefna Sætran, eigandi Fiskmarkaðarins, Grillmarkaðarins og Skúla Craft Bar.

> Það þarf að horfa á úrlausn skuldavanda fyrirtækjanna sem er enn til staðar og leita bóta.


Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar.

> Það er búinn að vera nokkuð jafn stígandi í þessu hjá okkur og ég býst við að hlutirnir verði orðnir nokkuð góðir eftir miðjan júlí.


Ágúst Elvarsson, rekstrarstjóri Jökulsárlóns.

„Það er rosalega gott að sjá opnunartímann lengdan,“ segir Hrefna. „Nú getur fólk farið út að borða í rólegheitum og þarf ekki að vera að stressa sig eins og þegar stöðunum var lokað snemma. Það gat verið óþægilegt bæði fyrir kúnnana og starfsfólkið.“

Þá segist Hrefna hafa fundið fyrir því að erlendum ferðamönnum hafi fjölgað.

„Þeir eru duglegir að bóka fram í tímann, á meðan Íslendingar eru meira að tékka stutt fram í tímann,“ segir hún. „Þegar faraldurinn skall á voru engar bókanir, en núna erum við komin með bókanir alveg hálft ár fram í tímann sem er alveg frábært.“

Ágúst Elvarsson, rekstrarstjóri Jökulsárlóns, segir að þó að ferðamannaflaumurinn sé ekkert í líkingu við hvernig þetta væri í venjulegu ári sé allt á réttri leið. Farþegafjöldi sé nú um fjórðungur af því sem hann var fyrir faraldurinn, sem sé þó mun meira en í fyrra. „Í fyrra var það ekki nema um 10 prósent í hæsta falli,“ segir hann. „Helsta breytingin í ár er kannski að við erum aftur farin að fá hópa. Í fyrra voru þeir engir.“

Íslenskir ferðamenn eru aftur komnir í minnihluta þótt Ágúst telji það geta breyst þegar líða tekur á sumarið. „Við erum að fá langmest af Bandaríkjamönnum,“ segir hann. „Það er búinn að vera nokkuð jafn stígandi í þessu hjá okkur og ég býst við að hlutirnir verði orðnir nokkuð góðir eftir miðjan júlí.“ ■

Guli miðinn

VÍTAMÍN

Bætir, viðheldur og ver heilsu fjölskyldunnar.

Fæst í apótekum og stórmörkuðum um allt land.

SÉRÍSLENSKAR AÐSTÆÐUR
Sérhönnuð vítamín fyrir okkur sem búum á norðlægum slóðum

STRANGAR GÆÐAKRÖFUR
Alþjóðleg GMP gæðavottun, framleitt í samvinnu við alþjóðlega framleiðendur sem starfa samkvæmt ströngustu gæðakröfum

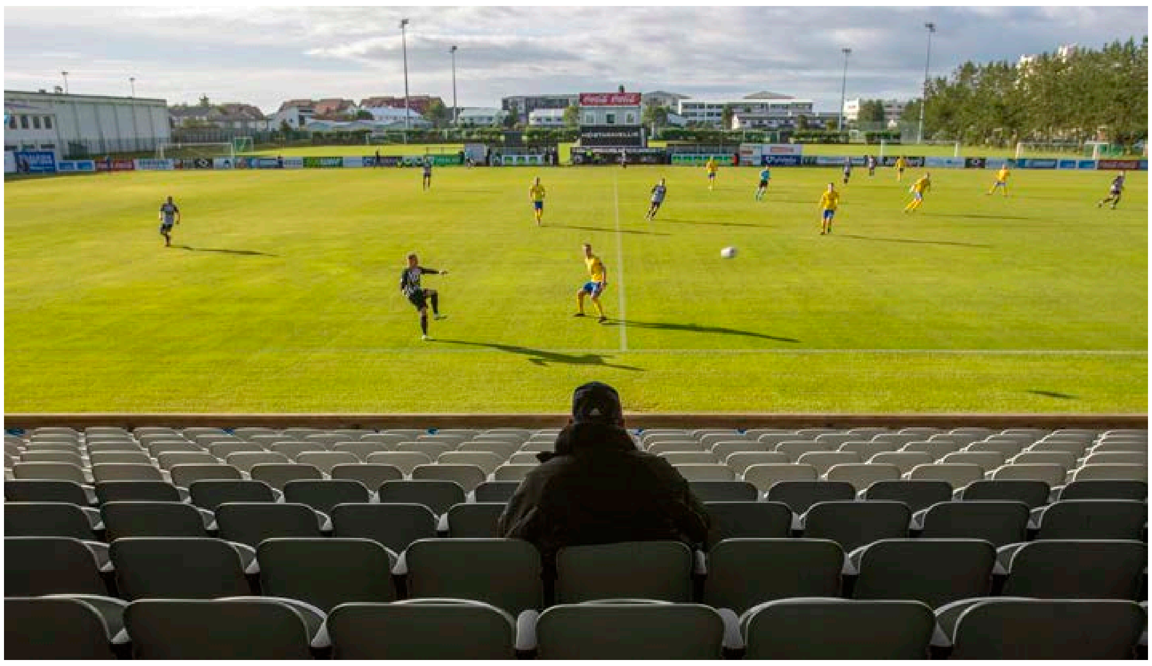
gulimidinn.is

ÁN ÓÆSKILEGRA AUKAEFNA
Eins og litarefna og sætuefnanna aspartam og súkralósa

ENDURVINNANLEGAR UMBÚÐIR
Allar umbúðirnar mega fara í endurvinnslu

VARÐVEITUM GÆÐIN
Brúna glerglasið varðveitir gæði vítamínsins og ver það fyrir fyrir sólarljósi sem og mengun frá plastumbúðum

gæði á góðu verði Guli miðinn



Það var fámennt á leik KR-Fjölnis í júlí á síðasta ári, þá voru áhorfendur ekki leyfðir á íþróttaleikjum.

Samkomubann og grímur loks liðin tíð hér á landi

Engar takmarkanir á samkomum eru í gildi á Íslandi í fyrsta sinn síðan 16. mars á síðasta ári. Breytingarnar voru kynntar í gær.

Allar takmarkanir innanlands vegna Covid-19 féllu úr gildi á miðnætti.

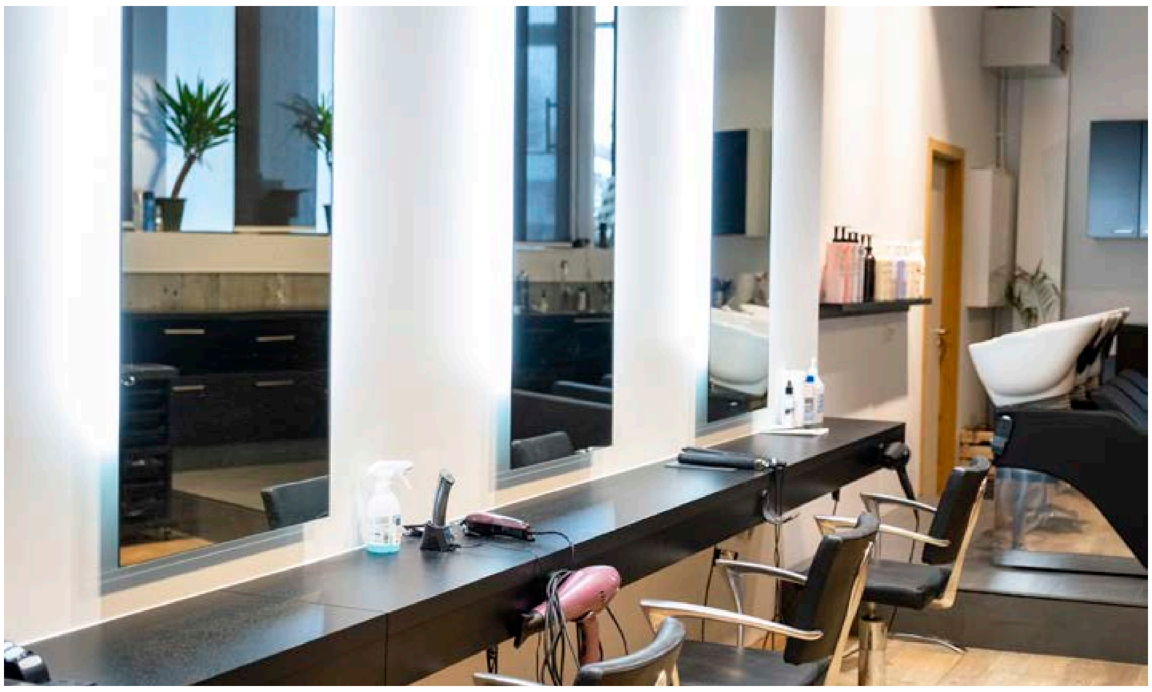
Frá því 16. mars árið 2020 hafa verið í gildi einhvers konar takmarkanir á samkomum hér á landi vegna faraldursins.

Þann dag var lagt á bann við skipulögðum viðburðum fleiri en 100 manna og tveggja metra reglan var kynnt landsmönnum í fyrsta sinn.

Takmarkanir vegna faraldursins hafa verið á ýmsan máta og þegar mest var máttu einungis 10 manns koma saman. Grímuskylda var víða, heimsóknabann var á spítölum og hjúkrunarheimilum og sundlaugum var lokað um tíma.

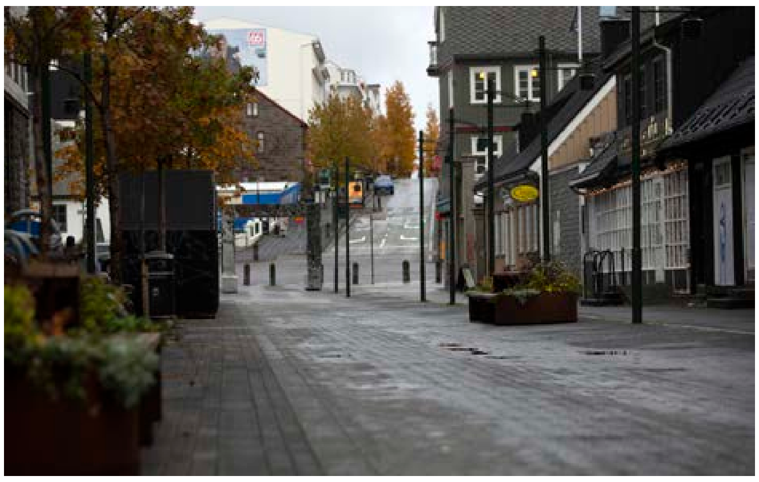
Með breytingunum sem tóku gildi á miðnætti fellur meðal annars grímuskylda niður, engar fjöldatakmarkanir eru við lýði og veitinga- og skemmtistaðir lúta ekki lengur takmörkunum er varða afgreiðslutíma.

Hér má sjá myndir ljósmyndara Fréttablaðsins, Ernis, Sigtryggs Ara og Valla, frá tíma samkomubannsins. ■



Hárgreiðslustofur voru lokaðar vikum saman á síðasta ári á meðan faraldurinn geisaði hér á landi.

Starfsmaður Krónunnar telur inn og út úr verslun á Granda. Ekki máttu vera fleiri inni í versluninni en 100 manns.



Götur borgarinnar voru að mestu auðar þegar takmarkanir voru sem mestar.

Hópur skemmtikrafta gladdi heimilisfólk Hrafnistu í mars á síðasta ári.

Ríkisstjórnin kynnti nýjar reglur um samkomutakmarkanir í Hörpu í mars.

Það var afar fámennt í Kringlunni meðan á samkomubanni stóð.

Gleðilega samkeppni

ÞÚ GETUR BÓKAÐ · ÞÚ GETUR BREYTT ·

VIÐ ERUM LÖGÐ AF STAÐ

Það er sannarlega ástæða til að fagna. Við erum komin í loftið og höfum flautað til leiks. Nú getur þú bókað flug til níu áfangastaða á ***flyPLAY.com***. Hjá okkur er aukinn sveigjanleiki ef breyta þarf flugi og þú getur bókað draumaferðina áhyggjulaus.

PLAY er íslenskt lággjaldaflugfélag sem flýgur á nýlegum Airbus flugvélum. Við gerum ferðalagið ódýrara, einfaldara og skemmtilegra. Borga minna. Leika meira!

Ógagnsæi

Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Snar þáttur í tekjuöflun sveitarfélaga er skatttekjur af húsnæði, hvort sem er atvinnuhúsnæði eða íbúðareignum.

Undanfarin ár hafa einkennst af hækkandi fasteignaverði, einkum íbúðarhúsnæðis. Á forsíðu Fréttablaðsins á fimmtudag var greint frá athugun á þróun fasteignaskatta sem Samtök iðnaðarins stóðu að. Þar er leitt í ljós að á áratug hafi skattar á atvinnuhúsnæði tvöfaldast, langt umfram þróun verðmætasköpunar í hagkerfinu. Jafnframt kemur fram að þessi þróun leggist þungt á fyrirtæki í öllum greinum sem þurfa húsnæði og hafni á endanum á heimilunum sem greiða fyrir með hærra verðlagi á vöru og þjónustu.

Þá segir í fréttinni að sveitarfélög landsins innheimti á yfirstandandi ári rúmlega 28 milljarða króna með þessari skattlagningu á atvinnuhúsnæði. Til samanburðar hafi þessi tekjupóstur sveitarfélaganna numið 14 milljörðum króna árið 2012.
Það vekur sérstaka athygli að þessi þróun hér á landi er úr takti við þróun þessara mála í öðrum löndum. Löndum sem teljast vera samkeppnislönd okkar.

En þetta er aðeins sá hluti fasteignaskatta sem lýtur að atvinnueignum. Innan við fimmtungur húsnæðis er þess konar. Íbúðareignir eru á hinn bóginn áttatíu prósent allra fasteigna í landinu.

Nýlega var gefið út nýtt fasteignamat sem gilda á fyrir næsta ár. Það er kunnara en frá þurfi að segja að undanfarin misseri hefur íbúðaverð, í hvaða formi íbúða sem er, hækkað umtalsvert. Og það er ekki hægðarleikur að leita út á fasteignamarkaðinn eftir hentugri eign, ekki síst ef um minni eign er að ræða sem hentar þeim sem eru að kaupa í fyrsta sinn. Slík er eftirspurnin um þessar mundir.

Fasteignamat byggir á fasteignaverði eins og það kemur fram í þinglýstum kaupsamningum og vísar því til rauntalna. Og það er mikilvægt að á einum stað liggi fyrir verðmat fasteigna sem uppfært er reglulega og nýtist við hagtölugerð. En að gera það að grundvelli skattlagningar er verulega brogað.

En það er hins vegar hin hliðin á peningnum sem er gagnrýniverð. Að skattleggja fasteignir eftir fasteignamati sem fundið er út með því að taka söluverð þeirra eigna sem taldar eru sambærilegar.

Þannig er ekki tekið tillit til ástands eignarinnar sem skattlögð er, hvort sem það er yfir meðallagi eða undir því.

Ein meginregla skattaréttar er að skattlagning sé fyrirsjáanleg og gagnsæ. Hækkun fasteignaverðs sem kallar á auknar skattaálögur á fasteignaeigendur fellur ekki að þeirri reglu, hvað þá að fasteignamatið endurspegli ekki verðmæti eignarinnar sem skattlögð er. Fasteignareigandi sem átt hefur eign sína um árabil og ætlar sér ekki að selja hana í bráð, á ekki að þurfa að búa við – þótt aðrir selji eign sína, sem að einhverju leyti kann að teljast sambærileg – að þá séu álögur auknar á hann.

Þrýstingur á sveitarfélög að breyta skatthlutfallinu til að mæta hækkandi fasteignaverði skilar sér ekki nema að hluta. Einhver sveitarfélaganna hafa lækkað hlutfallið – önnur ekki.

Skattlagning fasteigna hér á landi er ógagnsæ, ófyrirsjáanleg og óréttlát. Því þarf að breyta. ■

> ” Þannig er ekki tekið tillit til ástands eignarinnar sem skattlögð er, hvort sem það er yfir meðallagi eða undir því.

Gunnar

Mín skoðun

Heimakærir heimspekingar

Sif Sigmarsdóttir

Nýverið stóð Reykjavíkurborg fyrir nýyrðasamkeppni. Óskað var eftir þýðingu á enska hugtakinu „staycation“ sem merkir sumarfrí á heimaslóðum. Vinningstillagan var „sporlof“. Orðið er samsett úr „spor“ og „orlof“; það þarf aðeins örfá spor til að komast í orlof í nærumhverfi sínu.

Vegna kórónaveirunnar hefur „sporlof“ verið örlög margra framan af sumri. Gríski heimspekingurinn Sókrates hefði verið sáttur við sporlof. „Hvers vegna furðar þú þig á því að heimshornaflakk hjálpi þér ekki, þegar ljóst er að þú ert alltaf sjálfur með í för?“ á hann að hafa sagt. „Ástæðan fyrir því að þú fórst á flæking er alltaf á hælunum á þér.“

Sagt er að ferðalög víkki hugann. Sókrates, einn mesti hugsuður sögunnar, varði hins vegar ævinni í Aþenu og trúði því að hann gæti lært allt í bókum sem hann þyrfti að læra. Sókrates var ekki eini heimakæri heimspekingurinn.

Þýski upplýsingarmaðurinn Immanuel Kant ferðaðist aldrei lengra en 100 mílur frá fæðingarstað sínum, Königsberg. Hann fór í sama göngutúrinn á hverjum degi á sama tíma og segir sagan að íbúar borgarinnar hafi stillt klukkur sínar eftir ferðum hans.

Stóuspekingar vöruðu við ferðalögum sem tilraun til að öðlast sálarró. Rómverski heimspekingurinn Seneca sagði lítið gagn í að „hrekjast frá einum stað til annars“ því „það sem við leitum að – að lifa vel – er að finna alls staðar.“

En er þá öllum fyrir bestu að fara að ráðum Birtíngs í bók Voltaire og „rækta garðinn sinn“ í sumar?

Garður breskra bænda hefur beðið skaða af sporlofi heimamanna. Í vikunni bárust fréttir af því að andlegri heilsu bænda hefði hrakað vegna ónæðis og eignatjóns sem þeir verða nú fyrir vegna vinsælda sporlofsferða. Ferðalangar arka um einkaland, slá upp tjöldum og kveikja eld; ekið er á búfé; vinnufólk verður fyrir aðkasti; rusl þekur beitiland og bifreiðum er lagt úti á miðjum vegum.

Tilfinningar okkar Íslendinga í garð sporlofsins virðast ekki síður blendnar, ef marka má pistil sem birtist í Vikublaðinu nýverið. Egill Páll Egilsson, Húsvíkingur og blaðamaður, segir starfsfólk í ferðamennsku margt hvert óttast annað íslenskt ferðasumar í anda sumarsins 2020. Ástæðuna segir hann þá að stór hluti Íslendinga gleymi öllum mannasiðum um leið og þeir pakki niður í ferðatösku. „Yfirmenn hótela og veitingastaða þurftu ítrekað að veita grátandi starfsfólki sínu áfallahjálp eftir vaktir,“ segir Egill Páll. „Verst var framkoman í garð erlends starfsfólks. Dæmi voru um að Íslendingar hreiðruðu um sig á hótellobbíum með sínar eigin áfengisbirgðir, djömmuðu fram í rauða og virtu að vettugi öll tilmæli starfsfólks.“

Fegurðin í því hversdagslega

Fyrrnefndur Seneca sagði okkur heldur þarfnast „tilbreytingar í sálinni en tilbreytingar í umhverfi“. Við sem höfum gert okkur nærumhverfið að góðu frá því að heimsfaraldurinn hófst og leitast við að finna fegurðina í því hversdagslega – fuglasöng, súrdeigsbrauði, Klambratúni – kunnum að andmæla slíkri visku. Við gerum það með réttu.

Tilbreytingarleysi síðustu missera ógnar heilbrigði heilans. „Þegar heilinn kemst í kynni við umhverfi sem er nýtt og flókið bregst hann við,“ segir Paul Nussbaum, taugasálfræðingur við Háskólann í Pittsburgh. Nýjar aðstæður valda því að taugagriplur við enda taugafrumnanna fara að vaxa. „Heilinn í okkur verður eins og frumskógur.“ Nussbaum segir ferðalög vinna gegn Alzheimer og þunglyndi, minnka streitu og kvíða og ýta undir sköpunargáfu.

Tíminn mun leiða í ljós hvort nýyrðið sporlof festi sig í sessi. Flest getum við þó sameinast um þá ósk að sporlofið sjálft geri það ekki. ■

> ” Dæmi voru um að Íslendingar hreiðruðu um sig á hótellobbíum með sínar eigin áfengisbirgðir, djömmuðu fram í roða og virtu að vettugi öll tilmæli starfsfólks.

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

KRÓNAN
Mmm ...
Ódýrt og gott á grillið!
Kveikjum á sumrinu
Ódýrt
Krónu lambagrillsneiðar
1999 kr. kg
Tómatar í lausu, íslenskir
399 kr. kg
Buffalo Spare Ribs barbeque
Buffalo Ribs BBQ
1099 kr. pk.
Lambhaga salat
320 kr. stk.
Ódýrt
First Price Ristede Løg 200 g
First Price steiktur laukur
139 kr. pk.
First Price Tomat Ketchup 1000 g
First Price tómatsósa
329 kr. stk.
Ódýrt
Hamborgarar 4 stk með brauði
998 kr. pk.
Afgreiðslutímar á www.kronan.is
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

SICILIA
2ja og 3ja sæta sófar og hægindastóll.

ÚTSALA 30% AFSLÁTTUR

2ja sæta sófi
118.993 kr. ~~169.990 kr.~~

3ja sæta sófi
132.993 kr. ~~189.990 kr.~~

Hægindastóll
83.993 kr. ~~119.990 kr.~~

CONNECT
tungusófi

ÚTSALA 25% AFSLÁTTUR

164.992 kr. ~~219.990 kr.~~

ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR

BRISTOL
Hægindastóll **63.992 kr.** ~~79.990 kr.~~

ÚTSALA 40% AFSLÁTTUR

RICHMOND
Borðstofuborð
ø 120 cm H: 75 cm
59.994 kr. ~~99.990 kr.~~

MODENA Hægindastóll.
Mustard brúnt áklæði.
63.992 kr.
~~79.990 kr.~~

ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR

Skammel
23.992 kr. ~~29.990 kr.~~

ÚTSALA 40% AFSLÁTTUR

NAPOLI
Counterstóll
14.394 kr.
~~23.990 kr.~~

ÚTSALA 40% AFSLÁTTUR

FOGGIA
Barstóll
19.794 kr.
~~32.990 kr.~~

ÚTSALA 30% AFSLÁTTUR

RICHMOND
Skenkur **83.993 kr.** ~~119.990 kr.~~

ÚTSALA 32% AFSLÁTTUR

FRIDAY
Hornsófi **197.492 kr.** ~~289.990 kr.~~

ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR

COUVIN
Glerskápur/svart birki **151.992 kr.** ~~189.990 kr.~~

VALDAR LUKTIR

ÚTSALA 50% AFSLÁTTUR

BERMUDA
Garðhúsgagnasett.
Heildarverð:
127.992 kr. ~~159.990 kr.~~

RIBBON BERMUDA & BALI 20% KYNNINGAR AFSLÁTTUR

RIBBON
Höfuðpúði
3.920 kr. ~~4.900 kr.~~

RIBBON
Stóll úr lituðu birki eða máluðri furu
36.792 kr.
~~45.990 kr.~~

BALI
Garðhúsgagnasett. Hornsófi og borð.
Heildarverð:
111.992 kr. ~~139.990 kr.~~

RIBBON
Skemill
20.792 kr.
~~25.990 kr.~~

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

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

Ísafjörður
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is
558 1100

Verð og vöruupplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru. Verð gildir til 11. júlí 2021, eða á meðan birgðir endast.

EDE

3ja og 2,5 sæta sófar og hægindastóll í koníaksbrúnu áklæði. Set- og bakpullur eru þéttar, mjög þykkar og þægilegar. Fætur eru úr bogadregnu, svörtu járni. Glæsileg, tímalaus hönnun.

2,5 sæta sófi
135.992 kr. ~~169.990 kr.~~

3ja sæta sófi
143.992 kr. ~~179.990 kr.~~

Hægindastóll
95.992 kr. ~~119.990 kr.~~

STOCKHOLM
20%
KYNNINGAR
AFSLÁTTUR

STOCKHOLM

Hornsófi 2H2. Stærð: 252 x 252 x 80 cm 215.992 kr. ~~269.990 kr.~~

STOCKHOLM

Hægindastóll

47.992 kr. ~~59.990 kr.~~

MEDUSA

Kampavínsglas 1.692 kr. ~~1.990 kr.~~

Fallegur borðbúnaður – tilvalinn í útileguna eða út á pallinn!

MEDUSA
15%
KYNNINGAR
AFSLÁTTUR

MEDUSA

Skál 14,5 cm 1.267 kr. ~~1.490 kr.~~

HÚSGAGNA
HÖLLIN

Helgi Már fer á hliðarlínuna í haust.

Helgi tekur við uppeldisfélaginu

kristinnpall@frettabladid.is

KÖRFUBOLTI Darri Freyr Atlason og KR komust að samkomulagi um að hann hætti störfum sem þjálfari meistaraflokks KR í körfubolta. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins mun Helgi Már Magnússon taka við liðinu af Darra en Helgi var um tíma spilandi þjálfari liðsins.

Darri staðfesti í samtali við RÚV í gær að hann hefði ákveðið að hætta störfum vegna anna í vinnu. Hann stýrði því uppeldisfélagi sínu í tæpt ár, en hann stýrði þar áður Íslandsmeistaraliði Vals í kvennaflokki sem vann alla þá titla sem í boði voru.

Helgi Már, sem nálgast fertugsaldurinn, var í hlutverki spilandi þjálfara fyrri hluta tímabilsins 2012 til 2013 en hann hefur verið stór hluti af gullaldarliði KR, sem vann sex Íslandsmeistaratitla í röð. ■

Transkonu ekki leyft að keppa í úrtökumóti

kristinnpall@frettabladid.is

FRJÁLSAR ÍÞRÓTTIR Bandaríska frjálsíþróttasambandið staðfesti fyrr í vikunni að CeCe Telfer fengi ekki að taka þátt í úrtökumóti fyrir sveit Bandaríkjanna á Ólympíuleikunum vegna þess að magn testósteróns í líkamanum reyndist of mikið. Telfer ætlaði að keppa í 400 metra grindahlaupi.

Á síðustu stundu var Telfer tilkynnt að hún fengi ekki að keppa í úrtökumótinu. Til þess að fá þátttökurétt í úrtökumótinu þurfa einstaklingar að standast allar þær kröfur sem eru gerðar til ólympíufara, að sögn bandaríska frjálsíþróttasambandsins.

„Í mótlætinu mun CeCe virða ákvörðunina þegar kemur að hæfi hennar til að keppa í úrtökumóti fyrir Ólympíuleikana,“ sagði umboðsmaður Telfer. ■

Það gæti farið svo að áhorfendur víðs vegar um Evrópu fylgist með upphafsspyrnu Íslandsmótsins á næsta ári. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

ÍTF fer nýja leið í sölu á sýningarrétti

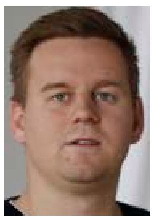
ÍTF náði að bæta Pepsi Max-deild karla við tilboð níu deilda í sýningarréttinn á erlendri grundu til næstu þriggja ára. Framkvæmdastjórinn vonast til þess að þetta komi með auknar tekjur til félaganna fyrir sýningarrétt og í auglýsingatekjum.

kristinnpall@frettabladid.is

FÓTBOLTI Sýnileiki íslenska boltans á erlendri grundu gæti aukist verulega á næstu árum en Íslenskur toppfótbolti, hagsmunasamtök félaga í efstu deild íslenska boltans, stóð fyrir því að íslenska deildin væri hluti af útboði European Leagues að sýningarrétti til næstu þriggja ára. Útboðið er unnið í samstarfi við Octagon, en samkvæmt heimildum Sportico, sem hefur útboðsgögnin undir höndum, er vonast til þess að útboðið geti aflað á bilinu fimm til tuttugu milljóna dala, eða um 600 til 2.400 milljóna króna samanlagt.

Samkvæmt útboðsgögnunum er meginpunkturinn á bak við hugmyndina að geta boðið upp á leiki alla tólf mánuði ársins. Alls eru 116 lið í deildunum níu sem koma að þessum samningi, sem ætti að tryggja rétthöfum um 1.500 leiki á

> „Með þessari leið fá rétthafar sem kaupa aðgengi að einni deild um leið aðgang að öllum níu deildunum í pakkanum.


Birgir Jóhannsson, framkvæmdastjóri ÍTF

ári. Deildirnar sem um ræðir eru í Danmörku, Sviss, Noregi, Póllandi, Norður-Írlandi, Slóvakíu, Íslandi, Lettlandi og Kasakstan, en það gætu fleiri deildir bæst í hópinn ef vel gengur. Flestar eru þær yfir vetrartímann en líkt og á Íslandi er keppt yfir sumartímann í Noregi, Lettlandi og Kasakstan. Útboðinu lýkur þann 12. júlí næstkomandi og verður tilkynnt um miðjan ágúst hver niðurstaða útboðsins er.

Að sögn Birgis Jóhannssonar, framkvæmdastjóra ÍTF, er þetta ný og vonandi farsælli leið til að selja sjónvarpsréttinn að íslenska boltanum erlendis.

„Okkur tókst að bæta okkur í hópinn á lokametrum viðræðnanna. Þetta hefur ekki verið reynt áður og við erum svolítið að feta nýjar slóðir en þetta gengur vonandi upp. Allar deildirnar sem koma að þessu eiga það sameiginlegt að vera með lausan samning á þessum tímapunkti og ef vel gengur er von á fleiri og stærri deildum. Um leið eiga þessar deildir sameiginlegt að það hefur reynst erfitt að selja sjónvarpsréttinn að þeim einum og sér í öðrum löndum en það gæti breyst,“ segir Birgir, sem segir lykilinn í hugmyndafræðinni að með þessu sé hægt að bjóða áskrifendum og sýningarhöfum gríðarlegt magn fótboltaleikja sem dreifast yfir árið.

„Með þessari leið fá rétthafar sem kaupa aðgengi að einni deildinni um leið aðgang að öllum deildunum sem eru í pakkanum. Með því geta rétthafar sett upp einhverja pakka þar sem áskrifendur geta fengið fótbolta alla tólf mánuði ársins. Um leið geta þeir aukið framboðið á einstökum íþróttaleikjum (e. pay per view) á knattspyrnuleikjum víðs vegar um Evrópu. Fyrstu viðbrögð sem við fengum voru að það gæti verið áhugi á svona pakka hjá streymisþjónustum. Það var gerð forkönnun á þessum markaði og það fannst mikill áhugi á því að geta boðið upp á svona fjölbreytt efni. Það er hægt að rukka einhverja upphæð, segjum bara tíu dollara á mánuði, og áskrifandi fær aðgang að svo gott sem endalausum fótbolta.“

Að sögn Birgis er þetta ein leið til að reyna að auka tekjustreymið inn til íslenskra liða og um leið er verið að opna nýjan markað sem gæti vaxið á næstu árum.

„Algjörlega. Hérna áður var allur sjónvarpsréttur inni í sama samningi en ÍTF hefur bútað þetta niður til að auka möguleikana. Við hjá ÍTF erum að klára samkomulagið við Sýn um sýningarréttinn hérna innanlands, en með þessu erum við að prófa að fara nýjar leiðir erlendis. Hingað til hefur rétturinn til sýningar á íslenskum leikjum erlendis ekki skilað miklum tekjum til félaganna en við vonumst til þess að það breytist með þessu,“ segir Birgir og heldur áfram:

„Um leið ertu að opna nýja möguleika í auglýsingasölu. Þetta er nýtt og stærra svið fyrir íslensk fyrirtæki sem eru að horfa á alþjóðlegan markað að kaupa auglýsingar.“ ■

Skortur á hefðinni dregur úr aðdráttarafli ÓL fyrir kylfinga

kristinnpall@frettabladid.is

GOLF „Það virðist vera þannig hjá sumum kylfingum en ekki öllum. Það er auðvitað margt sem spilar inn í. Þetta er langt og krefjandi ferðalag sem tekur tvær vikur fyrir eitt mót innan um önnur mót sem auðveldar kannski ákvörðunina. Það eru mörg risamót að baki síðustu vikur og menn þurfa oft að taka sér stutt hlé til að hlaða batteríin,“ segir Þórður Rafn Gissurarson, fyrrum Íslandsmeistari í golfi, sem heldur úti hlaðvarpinu Golfkastið ásamt Sigmundi Einari Mássyni, aðspurður hvort að peningaupphæðirnar á PGA-mótaröðinni virðist heilla bestu kylfinga heims meira en tækifæri á gulli á Ólympíuleikunum.

Listinn yfir þá kylfinga sem fá þátttökurétt var gefinn út fyrr í þessari viku en á sama tíma kom í ljós að ýmsir kylfingar hefðu afþakkað boð um þátttöku. Til þessa hafa stærstu stjörnur kvennagolfsins ekki tekið afstöðu hvort að þær muni ekki gefa kost á sér en keppni í Tókýó hefst viku eftir eitt af risamótum ársins.

Ákveðið var árið 2009 að keppt yrði í golfi á Ólympíuleikunum að nýju frá og með árinu 2016. Það var í fyrsta sinn sem keppt var í golfi á Ólympíuleikunum í rúm hundrað ár, eða síðan 1904.

Í aðdraganda Ólympíuleikanna í Ríó tilkynntu margir af bestu kylfingum heims í karla- og kvennaflokki að þau myndu afþakka boð um að keppa vegna útbreiðslu Zíkaveirunnar í Brasilíu. Þar á meðal voru Dustin Johnson og Adam Scott sem tilkynntu fyrr á þessu ári að þeir myndu heldur ekki þiggja boð um að keppa í Japan í ár.

Dustin, hér lengst til hægri, gefur ekki kost á sér en Collin Morikawa og Bryson DeChambeau eiga eftir að ákveða sig. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

„Heimsfaraldurinn hefur pottþétt áhrif, alveg eins og síðast þegar zika-veiran setti strik í reikninginn.“

Nú hafa kylfingar á borð við Sergio Garcia, Louis Oosthuizen, Martin Kaymer og Lee Westwood tilkynnt að þeir munu ekki keppa í Tókýó og er von á að fleiri gætu ákveðið að afþakka boðið á næstunni.

Það á enn eftir að úrskurða hvort að keppt verði í golfi á Ólympíuleikunum til framtíðar og telur Þórður að með tímanum aukist aðdráttaraflið við að keppa á Ólympíuleikunum fyrir kylfinga.

„Ég held að þetta þurfi smá tíma til að festa sig í sessi. Þetta er breyting á því sem þekkist á hefðbundnu keppnistímabili og ég hef enga trú á öðru en að þetta sé komið til að vera og kylfingar venjist þessu. Ef þetta fær örlítið meiri tíma þá hef ég ekki trú á neinu öðru en að það verði fáir sem afþakki boð um að keppa á Ólympíuleikunum í framtíðinni.“ ■

Hæstiréttur stóð með leikmönnunum gegn háskólanum

kristinnpall@frettabladid.is

KÖRFUBOLTI Hæstiréttur Bandaríkjanna úrskurðaði í vikunni að regluverk NCAA um takmarkanir á tekjuöflun háskólaíþróttamanna væri ólöglegt.

Úrskurðurinn tekur til leikmanna í bandaríska háskólakörfuboltanum og háskólaruðningnum en um árabil hafa fyrrum og núverandi leikmenn barist fyrir rétti sínum enda hleypur heildarvelta iðnaðarins á milljörðum dala ár hvert. Undanfarin ár hafa fjölmargir íslenskir körfuboltaleikmenn í karla- og kvennaflokki leikið í liðum í NCAA samhliða háskólanámi.

Deila leikmanna og háskólanna hefur um árabil snúist um peningana og um leið hvort að leikmönnum sé heimilt að afla sér tekna út frá eigin verðleikum. Í Bandaríkjunum er gríðarlegur áhugi og áhorf á körfubolta og ruðning í háskólunum og eru bestu leikmennirnir þekktir á landsvísu en yfirvöld NCAA sem halda utan um íþróttalífið í bandarísku háskólunum hafa bannað leikmönnum að hagnast á því. Er það gert í yfirskini þess að með því takist skólunum að koma í veg fyrir að námsmenn verði um leið atvinnumenn.

» Heildarvelta körfuboltans innan NCAA hefur verið rúmur milljarður dala undanfarin ár.

Frægt er þegar LeBron James var dæmdur í bann þegar hann lék með menntaskólaliði St. Vincent–St. Mary. Þá var hann dæmdur í bann fyrir að árita í skiptum fyrir körfuboltatreyjur en forráðamenn deildarinnar höfðu reynt að dæma hann í bann vegna láns sem móðir hans tók til að fjármagna bíl fyrir LeBron.

Nýlega var sett á laggirnar ný deildarkeppni í samstarfi við háskóla þar sem leikmenn geta fengið borgað en aðrir hafa kosið að leika erlendis. ■

Morata segist meðal annars hafa reitt sig á stuðning Iker Casillas.

Óskuðu börnum Morata dauða

kristinnpall@frettabladid.is

FÓTBOLTI Alvaro Morata, framherji spænska landsliðsins og Juventus, greindi frá því í samtali við spænska fjölmiðilinn Cadena Cope að hótunum hafi rignt yfir hann og fjölskyldumeðlimi hans eftir leiki Spánar í riðlakeppni Evrópumótsins. Meðal þeirra skilaboða sem framherjanum hefur borist var að einhver óskaði þess að börn Morata myndu deyja.

Morata á enn eftir að skora sitt fyrsta mark fyrir Spán á mótinu en hann brenndi af vítaspyrnu í 5-0 sigri á Slóvakíu á dögunum. Fyrir leik bauluðu stuðningsmenn spænska liðsins á Morata.

„Ég væri til í að fólk sem gagnrýnir mig myndi setja sig í mín spor og upplifa það hvernig það er þegar fjölskyldu þinni er hótað. Fólk sem segist vonast til þess að börnin manns deyi. Konan mín og börnin mættu á leik í treyjum merktum Morata og níðyrði eru hrópuð og kölluð til þeirra. Ég get sætt mig við að heyra fólk baula þegar ég brenni af færi, en það er ákveðinn þröskuldur sem á ekki að fara yfir.“ ■

UEFA rannsakar hegðun Ungverja

kristinnpall@frettabladid.is

FÓTBOLTI Evrópska knattspyrnusambandið er með til skoðunar hvort stuðningsmenn Ungverja hafi sýnt af sér ósæmilega hegðun með niðrandi borðum og söngvum um samkynhneigða og hinsegin fólk á meðan leik Ungverjalands og Þýskalands stóð yfir. Rannsókn stendur yfir á sömu brotum í fyrstu tveimur leikjum Ungverja á mótinu í Búdapest.

UEFA hafnaði beiðni borgarstjórnar München fyrir leikinn um að fá að lita völlinn í regnbogalitum til að sýna LGBT fólki stuðning eftir að ríkisstjórn Ungverjalands samþykkti ný lög sem voru aðför að réttindum samkynhneigðra og hinsegin fólks. UEFA tilkynnti að öll pólitísk skilaboð væru bönnuð á viðburðum á þeirra vegum.

Fyrir leikinn hljóp þýskur mótmælandi með regnbogafána inn á völlinn og otaði honum í átt að ungverska liðinu. Þá voru fjölmargir stuðningsmenn Þýskalands með regnbogalitaðan varning. ■

Heimild til ráðstöfunar séreignarsparnaðar framlengd um tvö ár

Heimild til að nýta séreignarsparnað vegna kaupa á íbúðarhúsnæði til eigin nota eða til ráðstöfunar upp í höfuðstól láns hefur verið framlengd til 30. júní 2023.

Þeir sem nú þegar nýta sér úrræðið og vilja halda því áfram þurfa að óska eftir framlengingu.

- Umsækjendur með virka ráðstöfun séreignarsparnaðar inn á lán geta nú óskað eftir því að ráðstöfun séreignarsparnaðar inn á lán haldi áfram. Þetta er gert með því að skrá sig inn á **www.leidretting.is** og óska eftir að gildistími ráðstöfunar sé framlengdur.
- Frestur til að óska eftir áframhaldandi ráðstöfun inn á lán er til og með **30. september 2021.** Eftir það gilda umsóknir aðeins frá þeim mánuði þegar þær berast.
- Ef gildistími umsókna er ekki framlengdur falla umsóknir úr gildi frá og með 1. júlí 2021 og engar frekari greiðslur berast inn á lán.

Skatturinn | skatturinn@skatturinn.is | 442 1000 | Upplýsingaver opið: Mán.-fim. 9:00-15:30 Fös. 9:00-14:00

Aldarafmæli rafmagnsins um helgina

Á morgun, sunnudag, eru nákvæmlega 100 ár frá því að Rafstöðin í Elliðaárdalnum hóf starfsemi og Reykjavík steig stórt skref inn í nútímann. Birna Bragadóttir, forstöðukona Elliðaárstöðvar, segir orkuskiptin ekki síst hafa verið mikilvægt skref í jafnréttisbaráttunni.

Birna Bragadóttir, forstöðukona Elliðaárstöðvar, segir tilkomu rafmagns hafa verið byltingu fyrir jafnréttið. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Mikil uppbygging er í dalnum um þessar mundir en verkefnið Elliðaárstöð er í fullum undirbúningi og munu byggingar tengdar rafstöðinni fá nýtt hlutverk.

Fyrsti áfangi verkefnisins verður tilbúinn síðsumars en um er að ræða spennandi upplifun í dalnum þar sem ætlunin er að börn sem og fullorðnir geti fræðst um sögu og vísindi og notið sín í Elliðaárdalnum, útivistarparadís Reykvíkinga.

Bylting inni á heimilunum

„Rafstöðin verður opin í tengslum við aldarafmælið á sunnudag, en þessi fallega bygging hefur nú lokið upphaflegu hlutverki sínu sem var að framleiða rafmagn fyrir borgarbúa," segir Birna, en rafstöðin var á sínum tíma upphafið að fyrstu orkuskiptunum.

„Þá var hægt að kveikja á ljósastaurum, elda með öðru en kolum og gasi og fólk gat farið út í skammdeginu því komin var götulýsing. Það þurfti auðvitað að kenna fólki á rafmagnseldavélar og loks gat fólk soðið ýsuna sína og ristað brauðið sitt á auðveldari hátt en áður," útskýrir Birna.

„Fólk áttar sig oft ekki á áhrifunum sem rafmagnið hafði á borgarbúa, en Reykjavík, sem þá var rúmlega 20 þúsund manna borg, hvarf í raun frá kotbúskap og varð nútímaborg."

En það sem ekki var fyrirséð voru áhrifin sem rafmagnið hafði inni á heimilunum í borginni, og þá ekki síst á líf þeirra kvenna sem sinntu heimilisstörfum.

„Ég myndi segja að rafmagnið hafi haft veruleg áhrif á jafnréttið," segir Birna ákveðin.

Eldavélar á afborgunum

„Föðuramma mín þurfti til dæmis að ganga með allan þvott, bleiur og fleira niður í þvottalaugar. Þegar ég byrjaði sjálf að búa, öllum þessum árum síðar, gaf hún mér þvottavél með þeim skilaboðum að ég þyrfti aldrei að eyða tíma mínum í einskis nýtan verknað líkt og að þvo í höndunum."

Framleitt var rafmagn í gömlu rafstöðinni í Elliðaárdal til ársins 2014 en nú fær hún nýtt hlutverk.

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Amma Birnu vissi af eigin reynslu hversu mikilvægt það var að eiga þvottavél með stórt heimili, en eiginmaður hennar var ekki eins opinn fyrir þessari nýjung.

„Afa fannst óþarfi að hún eignaðist þvottavél og fannst hún vel geta þvegið í laugunum. Í hverjum mánuði setti hún því peninga til hliðar og safnaði sér þannig fyrir sinni fyrstu þvottavél.

Með tilkomu rafmagnsins og rafmagnstækja hafði kona eins og amma meira svigrúm til að vera á vinnumarkaði og afla sinna eigin tekna. Konur í þá daga þurftu ekki lengur að hita kol í eldavélum. Það var ljós inni á heimilunum og ekki lengur nauðsyn að ganga langar leiðir til að þvo þvotta."

Þótt hundrað ár virðist ekki mjög langur tími í stóra samhenginu segir Birna Íslendinga hafa verið framsýna og þannig hafa farið hratt í gegnum fyrstu orkuskiptin.

„Til þess að flýta fyrir orkuskiptunum bauð Rafmagnsveitan fólki að kaupa Rafha-eldavélar á afborgunum með rafmagnsreikningnum enda um stóra fjárfestingu að ræða," útskýrir Birna og viðurkennir að þetta skýri væntanlega útbreiðslu Rafha-eldavéla á heimilum fyrri tíma.

> „Með tilkomu rafmagnsins og rafmagnstækja hafði kona eins og amma meira svigrúm til að vera á vinnumarkaði og afla sinna eigin tekna.

Árstraumur varð rafstraumur

En rafstöðin sem kveikti ljósin í bænum tók ekki aðeins orku náttúrunnar og bjó til rafmagn, heldur fagnar skógræktin í Elliðarárdalnum einnig sjötíu árum nú í ár.

„Starfsfólk Rafveitunnar gróðursetti trén í hólmanum. Það var þeirra leið til að gefa til baka þegar verið var að virkja náttúruna sem mér finnst falleg hugsun, en í dag er hér allt skógi vaxið. Með virkjuninni varð árstraumur að rafstraumi, sem sýnir svo vel hversu beintengd við erum við náttúruna," segir Birna og nefnir dagbókarfærslur rafstöðvarinnar sem varðveist hafa frá árinu 1921 og gaman er að glugga í.

„Þar má sjá skráningar um veður, vatnshæð, hitastig í dalnum og allt það sem hafði áhrif á rafmagnsframleiðslu og sýnir glöggt þessa tengingu við náttúruna."

Rafmagn var framleitt í gömlu rafstöðinni í Elliðaárdalnum til ársins 2014.

„Síðustu árin var hún aðallega notuð sem varaaflstöð á veturna. Nú er markmiðið að húsaþyrpingin skipti um hlutverk. Í stað þess að virkja rafmagn, sem aðrar nútímavirkjanir sjá nú um, ætlum við að búa til nýjan áfangastað í þessari einstöku náttúruperlu í hjarta Reykjavíkur og virkja fólk, hugvit og nýsköpun. Markmiðið er jafnframt að fræða börn og fullorðna um þær auðlindir sem við höfum inni í miðri borginni okkar til að búa okkur til lífsgæði." ■

Þó þessi auglýsing virki hjákátleg í dag þá breytti rafmagnið mjög miklu fyrir húsmæður borgarinnar.

Hér er spurt hvort þú vilt heldur.

Dagskrá sunnudagsins

11:00 Móttaka við rafstöðina þar sem tímamótanna verður minnst.
12:00 Rafstöðin opnuð og boðið verður upp á leiðsögn um hana og uppbygginguna á svæðinu auk þess sem gengið verður um Elliðaárhólma.
14:00 Leikhópurinn Lotta tekur á móti börnum við rafstöðina og farið verður í ævintýragöngu í skógarrjóður þar sem Lotta mun sýna „Pínulitlu gulu hænuna".
Boðið verður upp á hressingu.

ÚTILEGU HÁTÍÐ
24.-28. JÚNÍ
Það verður mikið fjör í dag! Hoppukastali fyrir börnin og ísbíll Valdísar gefur ís á milli klukkan 13 og 15. Allt fyrir útileguna í ævintýraverslun fjölskyldunnar.
20%
AFSLÁTTUR AF
ÖLLUM ÚTILEGUVÖRUM
ELLINGSEN
Fiskislóð 1, Reykjavík / Hvannavellir 14, Akureyri / Síðan 1916 / 580-8500 / www.ellingsen.is
*GILDIR EKKI MEÐ ÖÐRUM TILBOÐUM

Félagarnir saman á hæsta tindi heims. Þótt þeir séu sammála um að tilfinningin hafi sannarlega verið góð hafi aðeins eitt komið í huga þeirra: Hversu stutt er á milli lífs og dauða á þessu fjalli.

Hársbreidd frá dauða á hæsta tindi veraldar

Ingunn Lára Kristjánsdóttir
ingunnlara
@frettabladid.is

Heimir horfði á tind Everest aðeins 900 metra í burtu og hugsaði: „Þetta er búið.“ Siggi var hársbreidd frá dauða og göngumennirnir sem þeir mættu daginn áður voru þegar komnir í kalda gröf. Nýjustu Everest-farar Íslands lýsa átakanlegum leiðangri upp á hæsta fjall veraldar.

Heimir Fannar Hallgrímsson og Sigurður Bjarni Sveinsson unnu það afrek að klífa hæsta tind veraldar aðfaranótt mánudagsins 24. maí og urðu þar með tíundi og ellefti Íslendingurinn til að sigra Everest-fjall.

Að klífa þetta hæsta fjall veraldar er mesta þrekraun fjallgöngumanna en leiðangur Heimis og Sigga reyndist einstakt stórafrek, þar sem þeir komust báðir á toppinn veikir af Covid-19 og Siggi þar að auki með heilabjúg vegna súrefnisskorts.

Félagarnir tveir eru báðir í fantaformi, nýrakaðir og klæddir þægilegum hversdagsfötum, ekki eins og blaðamaður ímyndar sér Everest-fara; stóra og skeggjaða risa í loðfeldi. Eflaust er undirrituð bara að hugsa um danska pólfarann Peter Freuchen. Það er ekki á hverjum degi sem maður hittir Everest-fara, og hvað þá tvo sem komust á leiðarenda með Covid-19.

Hvernig datt ykkur í hug að klífa Everest í miðjum heimsfaraldri?

Þeir brosa báðir, líta hvor á annan og Siggi verður fyrri til svars.

„Við töldum okkur geta sloppið við fjöldann og komist hjá því að smitast af Covid-19. Við heyrðum að það yrðu sögulega fáir á fjallinu en svo reyndist vera sögulegur fjöldi sem sótti um leyfi,“ segir hann og hlær.

Fyrstu fregnir um mögulega Covid-19 smitbylgju í grunnbúðum Everest birtust í apríl en annar íslenskur göngugarpur, Höskuldur Tryggvason, eða Höddi eins og hann er jafnan kallaður, þurfti að snúa heim í byrjun maí eftir að hafa veikst af Covid-19 í grunnbúðunum. Þar kemur mesti fjöldinn saman, starfsmenn, sjerpar og kokkar auk göngugarpa að undirbúa sig fyrir fjallið. Lýsti hann því að flestir hefðu reynt að halda sig í sínum hólfum en að óæskilegur samgangur væri á milli nokkurra aðstoðarmanna og sjerpa.

Sigurður Bjarni og Heimir Fannar voru ellefu daga á fjallinu en ferðin sjálf tók heila 86 daga og það í miðjum heimsfaraldri Covid-19. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Grunnbúðirnar eru ekki við rætur fjallsins eins og nafnið gefur til kynna heldur í 5.400 metra hæð og tekur það að jafnaði átta daga að komast að búðunum. Heimir og Siggi gengu svokallaða Gokyoleið, rúmlega tveggja vikna göngu í kringum grænblá Gokyo-vötnin upp að grunnbúðum. Í fylgd með þeim voru þrír leiðsögumenn, sjerparnir Mingma, Lakpa og Ang sem fór fyrir leiðangrinum.

„Við vorum nánast einir á ferð og vörðum tíma okkar með heimafólki í tehúsunum. Við fórum nokkrar frábærar dagleiðir upp á fjöll og sáum á leiðinni tíbeskan úlf,“ segir Siggi.

Leiðin nær þrisvar eða fjórum sinnum upp í 5.000 metra hæð og þannig náðu Heimir og Siggi góðri hæðaraðlögun áður en haldið var af stað á tindinn.

Þveruðu dauðagildrur

Ákveðin menning hefur myndast í grunnbúðunum í Everest um að ferðast á milli tjaldbúða og kynnast öðrum göngugörpum en þegar Siggi og Heimir mættu á svæðið var búið að hólfa allt niður.

Frá grunnbúðunum gengu þeir á skriðjökulinn Khumbu sem er talinn með hættulegustu stöðum á fjallinu. Sláandi margir hafa farist á þeirri slóð, þar á meðal sextán nepalskir göngumenn sem lentu í snjóflóði árið 2014. Aðeins þrettán lík fundust og eru þrjú enn ófundin á jöklinum. Auk snjóflóða getur óvæntur hiti í íssprungum stofnað lífi göngugarpa í hættu, líkt og gerðist í tilfelli Heimis og Sigga.

„Við þurftum að þvera nokkra ísveggi á leiðinni yfir skriðjökulinn. Það kom mér á óvart hvað það var erfitt. Þegar við komumst að lokum upp á jökulinn sjálfan þurftum við að eiga við stórar sprungur og fara bæði ofan í þær og upp aftur. Erfiðasti hluti leiðarinnar var án efa ofan í sprungu í glampandi sól en þá myndaðist gríðarlega mikill hiti út af endurspegluninni í ísnum. Það var með mínum erfiðustu dögum,“ segir Siggi og Heimir tekur undir með honum.

Sá hann rýrna fyrir framan sig

„Það var margt búið að ganga á og þetta var búið að taka á andlega,“ lýsir Heimir. „Áður en við komum úr hæðaraðlögun við Khumbu-skriðjökulinn slasaðist Siggi mjög illa á hné. Ég var fyrir aftan hann þegar hann sneri sig á hné og ég sá þarna greinilega að þetta var frekar alvarlegt.“

„Ég var áður með rifinn liðþófa sem hefur mögulega versnað þarna,“ bætir Siggi við. Ákveðið var að snúa við og náði Siggi á adrenalíninu einu að arka og klífa niður ísveggina að grunnbúðunum. Hann segist eiginlega ekki muna eftir þessum kafla í ferðinni, hann hafi sennilega lokað á það vegna sársaukans.

„Við vorum að reyna að tjasla honum saman í fimm eða sex daga í grunnbúðunum. Þá sáum við að þetta var ekki að gera sig og tók þá Siggi þyrlu til Katmandú til að komast undir læknishendur. Hann fór í myndatöku og fimm daga meðferð, sneri svo aftur í grunnbúðirnar og ætlaði að láta reyna aftur á þetta. Þá fórum við aftur yfir Khumbu-skriðjökulinn og Siggi slasaðist aftur.“

Staðan var sannarlega tvísýn en

> **„Ég þekkti einkennin en áttaði mig ekki á því að ég væri með heilabjúg fyrr en ég sá svipinn á Heimi.**
>
> Siggi

OUTLET

50% AFSLÁTTUR
á merkjavörum

adidas · NIKE · THE NORTH FACE · kamik · ICEWEAR ICELAND · HELLY HANSEN · SALEWA · ASOLO

Helly Hansen
Boyne parka
Nú kr. 17.495.-
~~Kr. 34.990.-~~

Helly Hansen Vindjakki
Nú kr. 9.795.-
~~Kr. 13.990.-~~

Helly Hansen Lifaloft jakki
Nú kr. 13.995.-
~~Kr. 27.990.-~~

North Face
M PeakFrontier JKT
Nú kr. 19.995.-
~~Kr. 39.990.-~~

SALEWA Puez Herringbone
Nú kr. 7.495.-
~~Kr. 14.990.-~~

SALEWA Ortles light dwn JKT
Nú kr. 16.995.-
~~Kr. 33.990.-~~

FROST Parkaúlpa
Nú kr. 7.495.-
~~Kr. 14.990.-~~
BARNA

North Face
Horizon Convertible
Plus Pants Dömu
Nú kr. 5.745.-
~~Kr. 11.490.-~~

EYJA Softshell Jakki
Nú kr. 9.995.-
~~Kr. 19.990.-~~

EMMA Dúnjakki
Nú kr. 7.995.-
~~Kr. 15.990.-~~

SALEWA Puez Herringbone
Nú kr. 6.245.-
~~Kr. 12.490.-~~

SALEWA Ortles GTX Stretch JKT
Nú kr. 19.995.-
~~Kr. 39.990.-~~

ERIK Dúnjakki
Nú kr. 7.995.-
~~Kr. 15.990.-~~

Helly Hansen
Loke Rambler Herra
Nú kr. 14.693.-
~~Kr. 20.990.-~~

SALEWA
MS ALP Trainer MID GTX Herra
Nú kr. 18.193.-
~~Kr. 25.990.-~~

SALEWA
Alpenrose Ultra Mid Dömu
Nú kr. 20.993.-
~~Kr. 29.990.-~~

SALEWA
WS Alpenviolet GTX Dömu
Nú kr. 23.093.-
~~Kr. 32.990.-~~

Velkomin í miðborgina

SALEWA
MS Ultra Train 2 Herra
Nú kr. 13.293.-
~~Kr. 18.990.-~~

Helly Hansen
Tsuga Herra
Nú kr. 12.593.-
~~Kr. 17.990.-~~

Helly Hansen
Garibaldi VL Dömu
Nú kr. 19.593.-
~~Kr. 27.990.-~~

Helly Hansen
Pinecliff Boot Herra
Nú kr. 16.093.-
~~Kr. 22.990.-~~

Helly Hansen
Pinecliff Boot Dömu
Nú kr. 16.093.-
~~Kr. 22.990.-~~

P Næg bílastæði í bílastæðahúsi gegnt ICEWEAR

ICEWEAR MAGASÍN
LAUGAVEGUR 91

icewear.is

> Það er sannarlega góð tilfinning að komast á toppinn en eftir að hafa gengið í myrkri, í miklum kulda, í dularfullu mistri fram hjá látnum mönnum, kemur aðeins eitt upp í hugann: Hversu stutt er á milli lífs og dauða á þessu fjalli.
>
> Heimir

ekkert annað í boði en að halda áfram að tjaldbúðum númer eitt í 6.000 metra hæð, þeir voru komnir svo langt upp.

Frá tjaldbúðum eitt var svo gengið um fjóra kílómetra inn dalinn að tjaldbúðum tvö, sem standa við jökulurð. Þá virtist Siggi allur vera að koma til.

„Við héldum því upphaflega planinu og ætluðum að vera tvær nætur í búðum tvö. Veðrið var svo slæmt og veðurspáin sífellt að breytast að við enduðum á að vera fjórar nætur í búðunum. Þessi aukatími reyndist nokkuð erfiður fyrir okkur. Hæðin og maturinn gerði það að verkum að við léttumst mikið,“ segir Heimir og Siggi bætir við: „Ég sá bara Heimi rýrna fyrir framan mig.“

Dauðanóttin í tjaldbúðum þrjú

„Þá þurftum við að fara upp mikinn ísbratta upp í tjaldbúðir þrjú,“ segir Heimir. „Það var hálfgert ísklifur upp hundrað metra. Svolítið bras.“

Tjaldbúðir þrjú liggja í brekku í fjalli og þarf oft að búa til pláss fyrir tjöldin en þar staldra göngumenn við til hæðaraðlögunar og bæta við súrefni áður en farið er á tindinn. „Líklega eru það erfiðustu tjaldbúðirnar til að komast að. Lítið pláss og nauðsynlegt að festa tjöldin vegna veðráttu,“ segir Heimir.

Þegar göngugarparnir komust loks að búðunum blöstu við þeim brotin tjöld. Búðirnar höfðu eyðilagst í kafaldshríð.

„Það var svolítið áfall fyrir marga að koma þangað upp. Við biðum með að setja búðirnar upp þar til við vissum að við værum að fara. Þá vorum við að tjalda á sama tíma og við vorum að klifra,“ segir Heimir og heldur áfram: „En svo kom í ljós…“ og þá kemur hik á frásögnina og Siggi botnar: „Þá kom í ljós að við höfðum gleymt tjaldsúlunum.“ Heimir heldur áfram: „Og þurftum að gista fimm saman í pínulitlu kúlutjaldi.“ Þeir hlæja en ljóst er að þetta var mikil raun. Þeir kalla þetta „dauðanóttina“.

„Ég svaf ekkert þessa nótt,“ segir Siggi. „Einmitt, þetta var hrikalegt,“ segir Heimir. „Við þurftum að hafa tjaldið opið í báða enda vegna plássleysis.“

Þeir byrjuðu á að fá sér súrefni og reyndu að sofa eitthvað í tjaldinu þrönga, fimm saman með tærnar í andliti hver annars auk súrefniskúta. „Það var brjálað rok og ég held að sá eini sem svaf þessa nótt hafi verið leiðsögumaðurinn okkar. Hann hraut við hliðina á mér enda er hann öllu vanur.“

Covid-19 einkenni

Um nóttina voru Siggi og Heimir báðir farnir að hósta. Leiðsögumaðurinn taldi ástæðuna vera súrefnið, sem þeir voru að nota í fyrsta skipti á fjallinu. Það sem þeir vissu ekki þá var að þeir höfðu báðir smitast af Covid-19, mögulega í tjaldbúðum tvö, daginn áður þar sem þeir fengu báðir neikvæðar niðurstöður úr skimun í grunnbúðunum.

„Við ræddum þetta okkar á

Heimir og Siggi ásamt sjerpunum á leið upp Khumbu skriðjökulinn. Siggi slasaðist tvisvar á leiðinni.

Heimir og sjerparnir fikra sig niður Everest en bak við sést í South Col, tjaldbúðir fjögur.

Siggi í ísklifuræfingu á Khumbu skriðjökinum með Pumori í bakgrunni.

Tjald félaganna í Pumori búðum sem er í 5.700 metra hæð en þarna stóð hæðaraðlögunin enn yfir hjá þeim.

Heimir að klifra upp Khumbu skriðjökulinn í síðustu hæðaraðlögun.

Sigurður fagnar því hér að hafa náð toppi Everest, í 8.846,86 metra hæð.

Óskað eftir tilnefningum til umhverfisverðlauna

Samtök atvinnulífsins og aðildarfélög óska eftir tilnefningum til Umhverfisverðlauna atvinnulífsins fyrir **8. september**. Verðlaunin eru veitt af forseta Íslands, Guðna Th. Jóhannessyni, á Umhverfisdegi atvinnulífsins **6. október** í Hörpu.

Tekið er við tilnefningum* með tölvupósti á sa@sa.is merktum „Tilnefning til Umhverfisverðlauna atvinnulífsins". Veitt eru tvenn verðlaun; umhverfisfyrirtæki ársins og framtak ársins.

Dómnefnd velur úr tilnefningum og mun meðal annars skoða eftirfarandi þætti:

Umhverfisfyrirtæki ársins

- Hefur innleitt umhverfisstjórnunarkerfi
- Hefur aflað viðurkenninga fyrir starfsemina/afurðirnar
- Hefur sjálfbæra nýtingu í stefnu sinni
- Hefur dregið úr úrgangi og nýtir aðföng vel
- Innra umhverfi er öruggt
- Áhættumat hefur verið gert fyrir starfsemina
- Gengur lengra en lög og reglur segja til um til að draga úr áhrifum starfseminnar á umhverfið

Framtak ársins

- Hefur efnt til athyglisverðs átaks til að draga úr umhverfisáhrifum af starfsemi sinni
- Hefur komið fram með nýjung – vöru, þjónustu eða aðferð – sem hefur jákvæð umhverfisáhrif

Dagskrá verður birt er nær dregur

*Einungis er hægt að tilnefna skráða félagsmenn Samtaka atvinnulífsins til Umhverfisverðlauna atvinnulífsins.

SAF | Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi | SFF Samtök fjármálafyrirtækja | SI | SAMORKA | SVÞ Samtök verslunar og þjónustu | SA

”

Það var skrítin tilfinning að ganga fram hjá látnum manni. Þarna lá hann, frosinn og fastur á fjallinu. Það var dimmt, kalt og mistur í loftinu.

Heimir

milli og fannst einmitt skrýtið að fá hóstakast út af súrefninu því það gekk svo vel í hæðaraðlöguninni. Fólk fær að vísu hóstakast út af hæðinni eða þurru lofti en þarna vöknuðu grunsemdir okkar um að þetta væri mögulega veirusýking,“ segir Heimir.

Hrímkaldir, ósofnir og með væg einkenni vegna Covid-19 héldu þeir för sinni áfram að tjaldbúðum fjögur í 8.000 metra hæð, svokölluðu dauðasvæði þar sem súrefni er af mjög skornum skammti.

Hóstandi með heilabjúg

Hóstinn hélt stanslaust áfram í tjaldbúðum fjögur en þar var staðan verri en í tjaldbúðum þrjú. Tjöldin höfðu fokið í rokinu alla leið yfir til Tíbet.

Stór hópur göngumanna var að verða uppiskroppa með súrefni og lét því ekki lengi staðar numið í búðunum þrátt fyrir fárviðri. Heimir og Siggi voru með auka súrefniskúta og sjerparnir með aukatjöld svo þeir ákváðu að reyna að þrauka storminn af, líkt og þeir gerðu í tjaldbúðum þrjú. Fyrr en varði var staðan orðin grafalvarleg.

„Ég sat í tjaldinu með Sigga og sagði honum að Mingma, einn leiðsögumannanna, væri kominn með auka súrefniskút handa okkur. Þá horfði bara Siggi á mig, svolítið ringlaður á svipinn, og sagði: Mingma? Ég er ekki alveg að kveikja.“ Ég var alveg steinhissa en áttaði mig fljótlega á því að ekki væri allt með felldu svo ég spurði hann: Siggi, hvað heiti ég?“ og hann bara starði á mig og mundi ekki neitt.“ Var Siggi kominn þá með heilabjúg vegna súrefnisskorts. Einhvern veginn hafði lokast fyrir súrefnisstreymið í 8.000 metra hæð, þar sem súrefnið er 20 prósent af því sem við erum vön að anda að okkur.

„Ég hljóp út úr tjaldinu og kallaði á leiðsögumanninn: „Siggi er kominn með heilabjúg.“ Þetta var hrikalegt. Þarna vorum við búnir að vera á ferðalagi í um 60 daga. Ég man að ég stóð fyrir utan tjaldið og horfði á tindinn, á meðan leiðsögumaðurinn setti súrefnið í botn og reyndi að tala við Sigga, og ég hugsaði: Þetta er búið,“ segir Heimir.

Þetta var spurning um 30 til 50 mínútur. Hefði Siggi ekki náð að jafna sig hefðu þeir þurft að snúa við, aðeins 943 metrum frá toppnum. Aðspurður segist Siggi muna eftir þessu.

„Ég man eftir samtalinu og nafnaruglinu. Ég man að ég tengdi ekki við neitt, það vantaði eitthvert minni. Áður en ég lagði af stað á fjallið vissi ég að heilabjúgur væri möguleiki. Ég þekkti einkennin en áttaði mig ekki á því að ég væri með heilabjúg fyrr en ég sá svipinn á Heimi. Þegar ég sá viðbrögð þeirra kveikti ég á þessu og tók strax Dexamethasone, sem er neyðarlyf við heilabjúg, ég mundi þetta, að taka lyfið, en var á sama tíma búinn að gleyma mínu eigin nafni,“ lýsir Siggi.

Til allrar hamingju náði hann að jafna sig og þeir náðu fínni hvíld áður en þeir lögðu af stað á toppinn. Það var góð ákvörðun að hvíla sig og náðu þeir í sameiningu að nærast, drekka og hafa gaman.

Þeir hófu klifur á tindinn klukkan 20.30 kvöldið 23. maí. „Það gekk heldur hægt til að byrja með þegar við lentum fyrir aftan hægan hóp en við náðum fljótlega að taka fram úr þeim og halda góðum dampi í framhaldinu,“ segir Heimir.

Þegar komið var að South Summit blasti við þeim lík. Það var göngumaður sem hafði reynt að ná toppnum í óveðrinu nokkrum dögum áður. „Það var skrítin tilfinning að ganga fram hjá látnum manni. Þarna lá hann, frosinn og fastur á fjallinu. Það var dimmt, kalt og mistur í loftinu. Tunglið var blóðrautt. Tilfinning eins og að ryðjast inn á grafreit. Ég bað fyrir honum og afsakaði það í huganum að við þyrftum að ganga fram hjá honum. Á sama tíma var mikil ró yfir honum og öllu umhverfinu.“

Svo komu þeir að öðru líki. „Hann hafði látist nokkrum dögum áður. Sama sagan en í þetta sinn var erfitt að afhafna sig án þess að rekast á hann þar sem hann lá á klettinum. Það var pínu bras þar sem við vorum auðvitað á ísbroddum og auðvelt að renna í klettunum.“

Siggi og Heimir nálguðust topp Everest og gengu saman enda höfðu þeir staðið saman eins og klettur síðustu mánuðina og vildu ná toppnum á sama tíma hlið við hlið.

„Við höfum oft verið spurðir hvernig tilfinning það er að standa á toppi hæsta tinds veraldar. Við erum sammála um að tilfinningin er ekki eins og við bjuggumst við. Maður sér fyrir sér gífurlega hamingjutilfinningu í góðu veðri, að gefa hvor öðrum fimmu og brosa út í heiminn. Að enginn stæði hærra en maður á þessum tímapunkti,“ lýsir Heimir og heldur áfram: „Það er sannarlega góð tilfinning að komast á toppinn en eftir að hafa gengið í myrkri, í miklum kulda, í dularfullu mistri fram hjá látnum mönnum, kemur aðeins eitt upp í hugann: Hversu stutt er á milli lífs og dauða á þessu fjalli. Að komast hratt og örugglega niður af fjallinu. Maður gleymir flestu öðru á toppnum. Ef eitthvað gerist í 8.848 metra hæð er enginn að fara að bjarga þér.“

Siggi og Heimir stóðu saman á toppnum, hlið við hlið, og áttu fjallið í korter. En sögunni lýkur ekki á toppnum eins og í kvikmyndunum því niðurleiðin er einn erfiðasti hluti ferðarinnar.

Þegar göngugarparnir komust í búðir fjögur var ljóst að súrefnið og matarbirgðirnar voru af skornum skammti og þurftu þeir fljótlega að leggja af stað niður í búðir númer tvö. Heimir var orðinn mjög þreyttur og nánast alveg orkulaus þegar komið var í búðir þrjú. „Þetta var langerfiðasti dagurinn sem ég hafði upplifað. Að komast niður í búðir tvö tók gífurlega á og ég lagði hausinn í ísinn oftar en ég gat talið.“ Siggi var í aðeins betri málum en kapparnir voru að þrotum komnir þegar þeir skiluðu sér loks í búðir tvö, búnir að klifra í 24 klukkustundir. Þá fór Siggi að veikjast og monsúntíminn var hafinn með mikilli snjókomu.

„Það var ekkert flugveður og þar sem Siggi var ekkert að skána var ljóst að við þyrftum að koma okkur niður í grunnbúðir sem allra fyrst. Eftir að hafa verið fastir í búðum tvö í þrjár nætur ákváðum við að við skyldum reyna að koma okkur niður Khumbu-skriðjökulinn og niður í grunnbúðir.“

Þeir höfðu ekki gengið nema um 50 metra frá búðum tvö þegar Siggi virtist ætla að hníga niður. En þeir komust þó á leiðarenda eftir ellefu daga ferð á fjallinu sem átti að taka um sjö daga í heildina.

Ferðin tók alls 86 daga, sextán dögum fram yfir það sem Heimir og Siggi höfðu gert ráð fyrir. Þeir náðu síðasta fluginu frá landinu áður en gos hófst í Geldingadölum þann 19. mars og sneru aftur heim til Íslands þann 11. júlí síðastliðinn með nýja titla í farteskinu, Everest-farar. ■

Siggi með fjallið Thamserku í bakgrunni í hæðaraðlöguninni á leið í grunnbúðir Everest.

Hér má sjá Heimi í morgunfrostinu en myndin er tekin í búðum eitt þar sem hann gerir sig kláran í daginn fram undan.

Hér má sjá göngumenn á ferðinni um miðja nótt í gegnum Khumbu skriðjökul. Myrkur og kuldi alltumlykjandi.

30% AFSLÁTTUR

MEÐ **VILDARKORTI LINDAR**

VILDARKORT
LIND
FASTEIGNASALA

hjá eftirfarandi fyrirtækjum:

S.HELGASON · Z brautir & gluggatjöld · HÚSGAGNA HÖLLIN · DORMA · Betra BAK · Flügger litir · Parki · VÍDD · HÚSASMIÐJAN

Húsgagnahöllin: 30% afsláttur af öllum vörum. **Betra bak**: 30% afsláttur af öllum vörum. **Dorma**: 30% afsláttur af öllum vörum. **Flügger**: 30% afsláttur af allri innimálningu.**S. Helgason**: 30% afsláttur af öllum borðplötum. **Parki**: 30% afsláttur af öllum vörum nema innréttingum. **Z brautir og gluggatjöld**: 30% afsláttur af öllum vörum. **Vídd**: 30% afsláttur af öllum vörum. **Húsasmiðjan**: 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum. **ATH!** Afslátturinn gildir ekki á útsölum.

Jón og Gunna eru ungt par sem keyptu sína fyrstu íbúð nýlega. Íbúðin þarfnaðist viðhalds og þeim vantaði ný húsgögn, rúm og gardínur.

Þau máluðu íbúðina, skiptu um gólfefni, tóku baðherbergið í gegn og skiptu um blöndunartæki.

MEÐ VILDARKORTINU SPÖRUÐU ÞAU:
687.368 kr.

Jónína er kona á besta aldri keypti nýja íbúð. Þar vantaði öll ljós, parket og gardínur. Einnig keypti hún nýjan sófa í Húsgagnahöllinni þar sem gamli sófinn var of stór.

Hún keypti allt sem hana vantaði, viðarparket, fallegar gardínur og screen, borðstofuborð, stóla og sófa.

MEÐ VILDARKORTINU SPARAÐI HÚN:
458.978 kr.

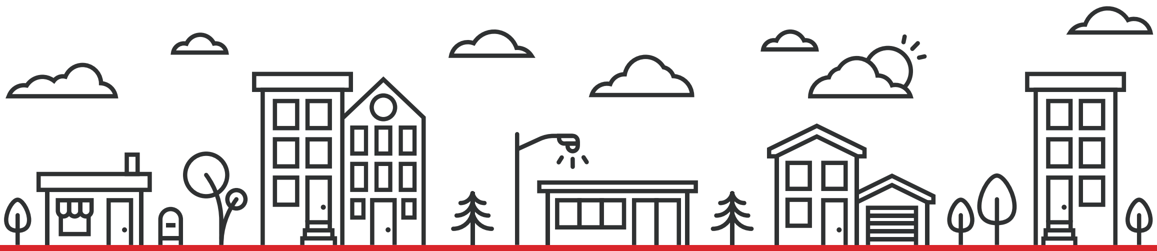
Borgþór og Aníta eru hjón um fimmtugt. Þau keyptu gamalt einbýlishús sem þarfnaðist yfirhalningar. Þau tóku húsið meira og minna í gegn, skiptu um öll gólfefni, endurnýjuðu tvö baðherbergi, spörtsluðu og máluðu allt húsið, settu granítborðplötur á eldhúsið og annað baðherbergið, skiptu út öllum gardínum og keyptu sér að lokum nýtt rafmagnsrúm í Betra bak.

MEÐ VILDARKORTINU SPÖRUÐU ÞAU:
1.442.500 kr.

LIND
FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4 · Kópavogi
s. 510 7900 · FASTLIND.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta



ÞEKKING OG REYNSLA · frittverdmat.is · nyjaribudir.is

Málefni barna daglega þerapían

Réttindi barna eru Ásmundi Einari Daðasyni, félags- og barnamálaráðherra, hjartans mál og náði hann á yfirstandandi þingi að fá samþykkt fimm frumvörp sem að öllum líkindum fela í sér mestu breytingu sem gerð hefur verið á umhverfi barna á Íslandi í áratugi.

Ásmundur Einar Daðason, félags- og barnamálaráðherra, sagði formanninum ekki frá því að hann ætlaði að leggja áherslu á málefni barna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Lovísa Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Ásmundur Einar sagði sögu sína af erfiðum uppvexti í Morgunblaðinu fyrir um ári og segir að það hafi breytt miklu fyrir þá vegferð sem hann fór svo í með þessi mál.

„Það hefur í raun haft miklu meiri áhrif en ég gerði ráð fyrir. Þau sem ég var að vinna með í ráðuneytinu voru búin að skynja að ég hafði mikinn áhuga á þessum málum. En ég vildi ekki tala um þetta fyrr en málin væru komin „í höfn“ auk þess sem ég var ekki tilbúinn til að opna mig um þetta fyrr,“ segir Ásmundur.

Hann segir að hann hefði aldrei opnað sig svona fyrir fjórum árum, við upphaf kjörtímabilsins.

„Það var heiður að fá að sinna þessum málefnum, og viðkvæmustu hópum samfélagsins, og ná að tengja við þau á þessu kjörtímabili. Ég hugsaði að ég yrði að nota næstu fjögur árin til þess að sinna þessu, því það var eitthvað sem ég átti óuppgert úr minni fortíð. Ég sagði formanni mínum ekki frá því að ég ætlaði að leggja áherslu á barnamál, heldur fór að vinna í þeim samhliða öðrum málum,“ segir Ásmundur.

„Þetta er daglega þerapían mín, að fá að sinna þessum málaflokki og ég finn sterkt hvernig þetta eykur vellíðan og ánægju,“ segir Ásmundur.

Um er að ræða frumvarp um samþættingu þjónustu í þágu farsældar barna, frumvarp um Barna- og fjölskyldustofu og frumvarp um Gæða- og eftirlitsstofnun velferðarmála, frumvarp um Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins auk frumvarps um breytingar á barnaverndarlögum, sem meðal annars felur í sér að pólitískt skipaðar barnaverndarnefndir verði nú lagðar niður. Þá var þingsályktunartillaga um Barnvænt Ísland einnig samþykkt.

Langtímaverkefni

Hann segir verkefnin sem fram undan eru vera tvíþætt. Það er annars vegar að bæta þjónustu við börn innan velferðarkerfisins og að ýta undir bætt réttindi þeirra og getu barna til að nýta rétt sinn.

„Það er annars vegar þjónusta við börn, velferðarkerfið og hvernig það er haldið utan um þau og þar erum við að búa til nýtt velferðarkerfi. Þriggja laga velferðarkerfi og ég held að það átti sig ekki allir á því hvað það er risastór breyting. Það hefur fengið meiri umfjöllun að pólitískt skipaðar barnaverndarnefndir verði lagðar niður, sem er í raun miklu minni breyting en hin,“ segir Ásmundur Einar.

Hann segir að þegar farið var í þessa vinnu hafi það orðið nokkuð ljóst snemma í ferlinu að raddir barna og réttindi þeirra yrðu ekki slitin úr samhengi við þessar breytingar.

„Þetta er sín hliðin hvor á sama peningnum og mér fannst verða að vinna þetta samhliða. Þess vegna fórum við af stað í þessi verkefni öll á sama tíma,“ segir Ásmundur og bætir við:

„Þó svo að frumvörpin og þingsályktunin hafi verið samþykkt á þingi núna, er um að ræða langtímaverkefni.“

Í þingsályktunartillögunni um barnvænt Ísland eru tillögur sem tímasettar eru allt til ársins 2024. Sumar eru þegar komnar í framkvæmd, eins og mælaborð á velferð barna sem stefnt er að því að opinberir aðilar geti nýtt til að halda utan um tölfræðigögn um velferð og líðan barna hér á landi. Þar verður hægt að bera saman velferð barna eftir landshlutum, jafnvel milli sveitarfélaga. Gert er ráð fyrir því að mælaborðið verði tilbúið fyrir árslok.

Hann segir að önnur atriði eins og hagsmunamat og fjárhagsgreining verði að tala við velferðarhluta breytinganna.

Stórauka þátttöku barna

Í frumvörpunum er gert ráð fyrir að stórauka þátttöku barna á öllum stigum ákvarðanatöku. Spurður hvort hann telji samfélagið tilbúið til að taka þátt í slíkum breytingum og leyfa börnum að taka þátt í auknum mæli segir Ásmundur Einar að samfélagið hafi líklega aldrei verið eins tilbúið.

„Mér fannst í upphafi kjörtímabils mörgum finnast þetta ekki pólitískt skynsamlegt og að þetta væri ekki málefni sem pólitískt borgaði sig að setja á oddinn, eða skipti miklu máli. Mér finnst hafa orðið ákveðin vakning undanfarin ár og ég held að samfélagið sé tilbúið, en ég held að það þurfi að fylgja þessu fast eftir til að það verði hægt að stíga þessi risastóru skref til fulls. Ég vil trúa því að samfélagið sé tilbúið í það,“ segir Ásmundur Einar.

Börn eigi ekki málsvara

Hann segir að þótt gott samstarf hafi verið á þingi um málin og við önnur ráðuneyti, þá sé mjög auðvelt að láta þessi mál hverfa aftur ofan í skúffu.

„Ef málefni verkalýðsfélaganna eru látin niður í skúffu og ekki sinnt þá mætir forysta ASÍ og BSRB og það sama á við um mörg önnur málefni. Það eru víða öflugar hagsmunahreyfingar sem halda stjórnmálamönnum við efnið, en því miður er það þannig að börn eru ekki komin á þann stað í okkar samfélagi að hafa það sterka rödd. En ég held að okkur muni takast að breyta því og þau geti veitt stjórnmálamönnum sama aðhald,“ segir Ásmundur Einar.

Hann segir að þetta tali allt saman og nefnir sem dæmi mælaborðið, sem geri opinberum aðilum kleift að halda utan um gögn og upplýsingar svo að sveitarfélög og svæði geti horft inn á við og séð hvað þarf að laga, auk þess sem þá sé hægt að tala um málefni barna á grundvelli gagna, og vill stefna að því að Ísland sé leiðandi í málefnum barna.

> ”
> **Mér fannst í upphafi kjörtímabils mörgum finnast þetta ekki pólitískt skynsamlegt og að þetta væri ekki málefni sem pólitískt borgaði sig að setja á oddinn, eða skipti miklu máli.**

„Þetta er gríðarlega framsækin stefna og aðgerðaáætlun og miðað við að það sé búið að tryggja fjármagn þá gerum við ekki aðeins vel fyrir börn hér heldur skipum okkur í fremstu röð, ef ekki bara í fyrsta sæti í heiminum, þegar kemur að réttindum barna,“ segir hann.

„Þegar öllu er á botninn hvolft er þetta besta fjárfestingin til að auka hagvöxt og draga úr kostnaði við félagslega kerfið og auka skatttekjur,“ segir Ásmundur og bætir við:

„Það var alla vega það sem ég sá fyrir mér þegar ég bað Katrínu Jakobsdóttur um leyfi til að verða barnamálaráðherra. Að við gætum stigið skref á næstu árum til að tryggja að það sé hvergi betra að vera barn en á Íslandi. Við erum ekki komin þangað en erum á réttri leið.“

Tekur áhættu í Reykjavík

Ásmundur er í fyrsta sinn að bjóða sig fram í Reykjavíkurkjördæmi og samkvæmt niðurstöðum könnunar fyrr á þessu ári nær Framsóknarflokkurinn ekki inn manni í Reykjavíkurkjördæmunum tveimur, en þar leiðir hann lista.

„Ég ákvað að gefa kost á mér í Reykjavík og ástæðan fyrir því er einföld: Pólitískir ráðgjafar réðu mér frá því að einblína á börn því þau eru ekki með kosningarétt. En ég ákvað að gefa kost á mér hér og leiða Reykjavíkurkjördæmi norður, því flokkurinn þarf líka að geta selt það sem hann er að selja í þéttbýli. Það hefur hann ekki náð að gera hingað til. Ég legg þetta allt á borðið. Mig langar ekkert frekar en að fá að vera þingmaður í höfuðborginni til að geta unnið áfram að þessum málum og klárað þessi verkefni. Þetta er það sem mig langar að gera, en ef ég kemst ekki að í Reykjavík fer ég að starfa með einhverjum grasrótarsamtökum að þessu. Það er ekkert flókið,“ segir Ásmundur.

Hann segir markmiðin skýr og að hann vilji vera áfram í félags- og barnamálaráðuneytinu.

„Við byrjuðum á börnum því það er skynsamlegast að byrja þar. Það er stór hópur fólks í íslensku samfélagi sem er enn að glíma við áföll frá því að þau voru börn. Ég hef haft mikinn áhuga á þyngsta endanum þar, fólki sem er í fangelsi og er langt leitt í vímuefnanotkun, þar sér maður að það eru mjög margir einstaklingar sem eru enn að glíma við áföll frá því að þau voru börn. Mér finnst við þurfa að taka þann málaflokk fastari tökum. Ég held líka að sú vinna sem við höfum farið í þegar kemur að málefnum barna geti nýst okkur í fleiri málaflokkum og þar má sérstaklega horfa til eldra fólks þar sem við þurfum að fara í sambærilega vinnu,“ segir Ásmundur.

„Mér finnst eins og vinnunni sé ekki lokið en pólitíkin er óútreiknanleg og það getur vel verið að það komi einhver annar í ráðuneytið í september og ég vona að sá aðili hafi það sem þarf til að glíma við þessi mál af festu,“ segir Ásmundur. ■

> ”
> **Ég hugsaði að ég yrði að nota næstu fjögur árin til þess að sinna þessu því það var eitthvað sem ég átti óuppgert úr minni fortíð.**

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 26. júní 2021

Jóhanna Elínborg hefur alltaf verið dugleg að hreyfa sig en vegna Covid gafst ekki mikið færi til þess. Hún hefur stundað OsteoStrong undanfarið til að byggja sig upp og er ákaflega ánægð með árangurinn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Lækkaði forgjöfina með OsteoStrong

Jóhanna Elínborg Sveinsdóttir er mikill golfunnandi og nýtur þess að dansa Zumba. Hún hefur stundað OsteoStrong síðasta árið og náði fljótt að lækka forgjöfina um tvo. Hún þakkar OsteoStrong hversu kraftmikil og sterk hún fer inn í sumarið. 2

Magnesíum freyðitöflur

Betri slökun – góður svefn

Fæst í flestum apótekum og stórmörkuðum

„Ég er svo glöð að sumarið sé komið. Nú get ég farið að njóta golfsins af kappi í góða veðrinu. Síðastliðið ár hef ég stundað OsteoStrong og er mjög ánægð með hvað styrkurinn hefur aukist hjá mér. Ég hef ekki verið í annarri hreyfingu en það er ólíkt mér,“ segir Jóhanna Elínborg, sem starfar sem viðskiptafræðingur.

„Æfingarnar taka mjög stuttan tíma þannig að maður áttar sig ekki alveg strax á því hversu maður er í raun að beita sér mikið. Árangurinn er ótrúlegur,“ segir hún. „Ég er bæði hraðari í yfirferð og snarpari eftir að ég byrjaði að stunda OsteoStrong auk þess að vera léttari á mér. Eitt af því sem ég elska að gera á sumrin er að stunda golf. Það varð rosalega mikil breyting á mér á stuttum tíma í golfinu. Ég lækkaði forgjöfina um tvo á stuttum tíma.“

Beinþynning erfist

Jóhanna segist hafa byrjað í OsteoStrong því hún vildi fyrirbyggja beinþynningu. „Ég horfði upp á mömmu mína mjaðmabrjóta sig en fyrir hana var það byrjunin á endalokunum. Það var mjög sárt að horfa upp á það. Ég veit að það er langtímaverkefni að vinna upp beinþéttni en ég stunda OsteoStrong sem forvörn,“ segir hún.

„Ég hef ekki enn látið mæla breytingu á beinþéttni en hef tekið eftir breytingum, líkaminn er farinn að vinna vel með mér. Vöðvarnir hafa styrkst og mér finnst ég líta betur út. Ég hef lent í því að detta og meiða mig en hef náð mér alveg ótrúlega hratt aftur. Áverkar eftir byltur sem ég hélt að myndu halda aftur af mér í lengri tíma hafa horfið á nokkrum dögum. Allur bati hjá mér er svo ótrúlega hraður og ég þakka það þessari uppbyggingu sem OsteoStrong hefur veitt mér,“ segir Jóhanna.

Flottur vöðvi

„Eitt sem er mjög skemmtilegt. Þegar ég fékk Pfizer-sprautuna þá heilsaði mér hjúkrunarfræðingurinn sem átti að sprauta mig mjög glaðlega og sprautaði mig hratt og örugglega. Þegar hún var að fara þá klappar hún svona fallega á öxlina á mér og segir „flottur vöðvi“ og ég get ekki þakkað það öðru en OsteoStrong,“ segir Jóhanna og brosir. „Þetta er staðreynd. Ég er bara með alveg ofboðslega flotta vöðva á handleggjum og flott vaxtarmót þótt ég segi sjálf frá. Þegar hjúkrunarfræðingurinn nefndi þetta við mig datt mér í hug að líklegast væri betra að sprauta mann ef vöðvarnir eru sterkir. Í öllu atinu í Höllinni gaf hún sér tíma til þess að segja þetta við mig,“ segir Jóhanna glaðlega.

Síðasta ár í vinnu

Jóhanna ætlar að ferðast um landið í sumar og stefnir á Vesturland.

„Ég stunda sund reglulega og ég ætla að njóta allra þessara dásamlegu sundlauga sem maður finnur um allt land. Ég nýt þess mjög að vera í þessum flottu laugum okkar. Ég hef sömuleiðis alltaf dansað mikið. Var í sýningarflokki Þjóðdansafélags Reykjavíkur og dansaði með þeim í um 20 ár. Þetta var heilmikil starfsemi á sínum tíma og ég dansaði gömlu dansana allar helgar. Á laugardögum dansaði maður til korter í eitt og hljóp svo heim í strætó. Núna dansa ég allt of lítið en bregð mér þó í Zumba Gold. Covid hefur svo sem breytt þessu öllu saman svo ég hef bara verið í lágmarks ástundun undanfarið ár,“ segir hún.

„Það er leiðinlegt hvað margt hefur þurft að sitja á hakanum. Ég hlakka til í haust þegar engar Covid-hömlur verða lengur. Þá getur maður aftur farið að hlakka til að stunda þá hreyfingu sem er skemmtileg, OsteoStrong, Zumba og æfingar hjá Óperukórnum í Reykjavík sem Garðar Cortes leiðir. Vonandi getum við svo flutt sálumessu eftir Mozart í desember. Henni þurfti að fresta í fyrra og ég get eiginlega bara ekki annað ár án þess að syngja þetta stórkostlega verk með yndislegum kórfélögum og mögnuðum stjórnanda.“

OsteoStrong útheimtir ekki langan tíma í æfingum. Þjálfunin er stutt en gefur góðan árangur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Golf og OsteoStrong

Niðurstöður könnunar sem gerð var á reyndum iðkendum í golfi leiddu í ljós verulega bætingu í golfi með ástundun Osteo-Strong eftir aðeins mánaðar ástundun. Meðaltals bæting á snúningsgetu axla var um 13 gráður, hröðun kylfuhauss um 8,05 km á klst. og hraði golfbolta jókst um 14,5 km á klst.

Jafnvægið er eitt af því fyrsta sem meðlimir taka eftir að aukist. Meðal bæting er 77% á fimm skiptum. Jafnvægi er lykilatriði fyrir þá sem vilja ná árangri í golfi. Það hjálpar til dæmis við að enda sveifluna með þungann framar á fótum.

Svíinn Sophila Gustafson, sem er fimmfaldur meistari á LPGA-mótaröðinni, þeirri sterkustu í heimi, lífstíðarmeðlimur á Evrópumótaröðinni, þeirri sterkustu í Evrópu, og vann 23 alþjóðlega titla á sínum keppnisferli, var svo ánægð með OsteoStrong að hún gerðist einn af eigendum Osteo-Strong í Svíþjóð og Danmörku.

Meðal þess sem OsteoStrong gerir er að auka þol og þrek ásamt því að styrkja vöðva og bein. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þeir sem stunda golf finna mikinn mun á sér á vellinum eftir ástundun hjá OsteoStrong. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Jafnvægið er eitt af því fyrsta sem meðlimir taka eftir að aukist.

Frír prufutími

OsteoStrong býður upp á frían prufutíma þar sem fólk getur kynnst æfingunum og prófað tækin. OsteoStrong er í Hátúni 12. Bóka má tíma á osteostrong.is og í síma 419 9200. ■

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

Útgefandi: Torg ehf.
Ábyrgðarmaður: Björn Víglundsson

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

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

Ertu að fara í langar göngur eða hlaup?
Scholl er með allt sem þú þarft til þess að verja fæturnar og sjá til þess að þú náir að ganga lengra.
Scholl
Blister Shield
Plasters
INSTANT PAIN RELIEF
WATERPROOF
STAYS FIRMLY IN PLACE
50% MORE CUSHIONING*
Scholl
Fresh Step
24h
Scholl
Toe & Finger
Gel Protector
IMMEDIATE RELIEF
FROM PRESSURE & RUBBING
Scholl
Fáanlegt í öllum helstu apótekum, stórmörkuðum, Stoð og inn á Heimkaup.is

Varð smeykur undir Kötlu eftir Kötlu

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg
@frettabladid.is

Tónlistarmaðurinn og súpukokkurinn Daníel Óliver hefur fundið sína hillu í tónlistinni. Hann tileinkar ástinni sinni nýja lagið Feels like home, enda líður honum eins og heima í faðmi hans. Líka í Vík þar sem hann rekur vinsælt súpueldhús.

Daníel Óliver með móður sinni, Margréti Reynisdóttur, og systur, Kristrúnu Friðsemd, í Súpufélaginu þeirra í Vík í Mýrdal. MYND/UNNUR MAGNA

„Vík er æðislegt þorp; opinn, vinalegur og skemmtilegur bær. Hér er dásamlegt að búa, bæði út af náttúrufegurðinni og fjölmenningarlegu samfélaginu sem hér er. Hingað kemur fólk til starfa frá öllum heimshornum, kolfellur fyrir Vík og sest hér að. Þannig er það hjá okkur í Súpufélaginu og það indæla fólk er orðið eins og vinir okkar og fjölskylda,“ segir tónlistarmaðurinn Daníel Óliver þar sem hann stendur yfir súpupottunum í Súpufélaginu í Vík og sker niður ferska, íslenska sveppi ofan í rjómalagaða sveppasúpu sem hann lagar frá grunni.

Vík í Mýrdal er í brennidepli nýjustu sjónvarpsþáttaraðar Baltasars Kormáks, Kötlu, sem nú er í sýningu á Netflix.

„Ég hámhorfði á Kötlu á einum og sama deginum. Ég viðurkenni að það var hrollvekjandi að horfa á heimabæinn sinn í þessum álögum og þegar ég kláraði seríuna seint um kvöld fór ég út í göngutúr og þá fór verulega um mig. Ég varð smeykur við tilhugsunina um að Katla færi að gjósa, sem getur alltaf gerst, og sú tilfinning var óþægileg því þættirnir höfðu áhrif á mig. Annars brostu Víkurbúar út í annað að óraunverulegu öskumagninu í þáttunum því ef Katla gysi yrði svo mikil aska á þökum húsanna í Vík að þau hryndu, eins og gerðist í gosinu í Heimaey. Samt alveg ótrúlega flottir þættir og ég heyri að Víkurbúar eru mjög ánægðir með þá,“ segir Daníel.

Heimilið er í hjörtum fólksins

Á öldum ljósvakans hljómar nú nýjasta lag Daníels Ólivers, Feels like home, oft á dag.

„Lagið fjallar um það að finna heimili í öðru fólki. Mér finnst það áhugavert því sjálfur lifi ég tvöföldu lífi, til skiptis í Vík og í Svíþjóð, og báðir staðirnir eru heimili mitt. Heimili manns er þó ekki bundið stöðunum sjálfum heldur fólkinu sem maður tengist í lífinu. Ég missi af því sem gerist hjá fólkinu mínu á báðum stöðum þegar ég er fjarri og því er svo mikilvægt að eiga heimastað í fólkinu sínu, því þegar maður kemur til baka er eins og maður hafi aldrei kvatt né farið. Það var kveikjan að Feels like home og ég tileinka lagið fallega manninum mínum sem þarf að bíða mín mánuðum saman í Svíþjóð en þegar við svo hittumst er eins og það hafi gerst í gær. Slík er tilfinningin, eins og að koma heim,“ útskýrir Daníel.

Í nýja laginu kveður við nýjan tón hjá Daníel en lagið er það fyrsta sem heyrist af nýrri plötu hans sem kemur út með hnígandi sól.

„Já, ég virðist hafa fundið mína fjöl. Ég hef alltaf haft gaman af popptónlist frá seventís-, eitís- og nentís-tímabilunum, reyndi að blanda áhrifum frá þeim í nýju lögin og finnst það koma vel út. Ég hef lengi leitað að mínu eigin sándi og það hefur örugglega tekið mig ein tíu ár, en nú í fyrsta sinn datt ég inn á lag sem bæði ég og hlustendur hafa gaman af, og sem passar mér mjög vel og er rosa mikið ég.“

Til í Eurovision með tröllatrú

Feels like home er líka fyrsta lag Daníels Ólivers sem fer beint inn á vinsældalista Rásar 2.

„Það er náttúrlega mjög spennandi og óneitanlega gaman að fá svo góða byrjun. Það hvetur mann áfram til að gera vel,“ segir Daníel og gleðst við.

„Þetta er líka fyrsta lagið sem ég sem og nær til ólíkra aldurshópa. Ég fæ mikil viðbrögð frá ungu fólki en líka þeim sem eru eldri en foreldrar mínir, og lagið höfðar eflaust líka til þeirra sem voru yngri á eitís-tímabilinu. Það er frábært að geta tekið eldri tónlist og vafið henni í nýjan búning sem virkar áratugum seinna. Nú fer eitís-æði yfir heiminn á ný og ég verð líka að þakka kanadíska tónlistarmanninum The Weeknd fyrir að opna fyrir eitís-áhrif í popptónlist vestra. Líka Peter, sem er aðalútsetjarinn minn og forfallinn eitís-aðdáandi. Honum tekst alltaf, hvort sem hann reynir eða ekki, að koma eitís-áhrifum í lögin og þau leyna sér ekki í Feels like home, með fölskum hljóðgervli í byrjun,“ segir Daníel sem notaði heimsfaraldurinn til að taka upp nýju plötuna í Svíþjóð.

Platan er nú í hljóðblöndun en tónlisina vinnur Daníel í samstarfi við Peter og annan sænskan mann sem hann eignaðist að vini þegar þeir námu allir upptökustjórn í Svíþjóð.

Daníel Óliver á nú eitt af vinsælustu lögum sumarsins. MYND/GÜLCAN GETIN

„Það er skrýtin en skemmtileg tilfinning að heyra nýja lagið sitt spilað hér og þar, og ég reyni að njóta þess á meðan það endist. Enn áhugaverðari tilfinning er þegar maður verður þess var að fólk syngur með lögunum manns. Það fyllir mann stolti.“

Daníel hyggur á útgáfutónleika þegar nýja platan kemur út og er strax með þrjá tónleikastaði í huga; Reykjavík, Stokkhólm og Súpufélagið í Vík, þar sem er stórkostlegur hljómburður. Hann hefur tvisvar tekið þátt í undankeppni Eurovision hér heima.

„Í fyrsta sinn komumst við í úrslit með lag sem ég hafði tröllatrú á og var viss um að við tækjum alla leið, en í seinna skiptið með lag sem mér fannst mjög fallegt en hefði ekki sjálfur valið að fara með og floppaði. Maður verður að treysta innsæinu og velja sinn vitjunartíma vel, og ef ég reyni aftur verð ég með lag sem ég hef óbilandi trú á.“

Kærastinn kemur í haust

Gestagangurinn á veitingastað Daníels Ólivers, Súpufélaginu í Vík, er mikill þessa dagana.

„Það er vitlaust að gera og gestafjöldinn eins og Covid hafi aldrei gerst; stöðugt streymi íslenskra ferðalanga í sumarfríi og svo erlent ferðafólk, mestmegnis Ameríkanar,“ upplýsir Daníel sem lagar dýrindis súpur alla daga, og langt fram á kvöld.

„Ég hef alltaf verið mikill súpukall og þar er íslenska kjötsúpan í mestu dálæti. Hún er alltaf í boði hér í Vík, en ég elda hana aldrei í Svíþjóð því þar er svo erfitt að fá gott lambakjöt,“ segir Daníel, sem er jafnan með fimm til sex súpur í boði, einnig samlokur, heimabakað brauð og kökur, kaffi og kokteilbar.

„Ég nýt þess að elda og taka á móti gestum. Staðurinn er hálfgerð félagsmiðstöð því Víkurbúar koma hingað oft til að fá sér kaffi og hingað kemur skemmtileg blanda alls konar fólks og innan um margir sem maður kannast við og þekkir. Hér hittist fólk fyrir jöklaferðir með Zipline og í húsinu er líka Icelandic Lava Show. Því er alltaf líf og fjör hjá okkur.“

Með Daníel í Súpufélaginu er móðir hans, Margrét Reynisdóttir, og systir hans, Kristrún Friðsemd.

„Mamma er frá Vík og hér býr öll stórfjölskyldan. Súpufélagið varð fjögurra ára í maí og verður vonandi lengi til enn, við stöndum vaktina alla daga og finnst það alltaf jafn gaman. Það kemur svo sem fyrir að ég taki lagið yfir pottunum en líka að fjölskyldan spili lögin mín fyrir gestina, sem er mjög súrrealískt, en þau eru svo stolt af mér og vilja veg minn sem mestan,“ segir Daníel og hlær.

Fyrir kemur líka að fólk kannist við tónlistarmanninn Daníel Óliver á veitingastaðnum.

„Já, og um daginn kom danskt par sem sagðist hafa haldið með mér í Söngvakeppninni 2015 og vildi endilega fá mynd af mér sveittum í svuntunni. Þá er mikið rennerí af alls konar fólki í súpudisk en ég er svo ómannglöggur og þekki ekki alltaf fræga fólkið innan um. Ég heyri bara af því frá hinum.“

Fram undan er íslenskt sumar án sænska kærastans, Daniels Nyback.

„Daniel er auðvitað alls ekki sáttur við endalausa fjarveru mína og orðinn mjög leiður á þessu. Hann er því að hugsa um að flytja til Víkur í október og við ætlum að taka ár hér heima. Hann hefur auðvitað oft komið til Víkur, þekkir hér alla og finnst Ísland vera sitt annað heimili. Ég verð því yfir súpupottunum í sumar og klára plötuna, fer svo út og næ í Daniel, og svo tökum við okkur pásu frá Svíþjóð.“ ■

SÆBJÚGNAHYLKI +D3 FYRIR HEILSUNA

Arctic Star sæbjúgnahylki+D3 innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjósk og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húð- próteins og insúlíns
- Stuðla að eðlilegri upptöku kalsíums og fosfórs
- Stuðla að viðhaldi beina, tanna og vöðva
- Stuðla að bættri starfsemi ónæmiskerfisins
- D-vítamín hefur hlutverki að gegna við frumuskiptingu.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA,
Framleiðandi er Arctic Star ehf.
Allar nánari upplýsingar fast á www.arcticstar.is
Arctic Star Sæbjúgnahylki +D3
Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum, Hagkaupum, og Fjarðakaup.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavik - S: 562-9018 / 898-5618

FRÉTTABLAÐIÐ

Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

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

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

job

LIBRA LÖGMENN

Löglærður fulltrúi óskast til starfa

Libra lögmenn ehf. óska eftir lögfræðingi til starfa. Lögmannsstofan veitir alhliða lögfræðilega ráðgjöf til fyrirtækja, opinberra stofnana, sveitarfélaga og einstaklinga.

Hæfniskröfur:

- Fullnaðarpróf í lögfræði
- Lögmannsréttindi fyrir héraðsdómi er kostur
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Skilvirkni og sjálfstæði í vinnubrögðum

Umsóknarfrestur er til 7. júlí nk.

Umsóknir með upplýsingum um menntun, sérsvið og fyrri störf sendist á netfangið: libralaw@libralaw.is.

Nánari upplýsingar veitir Árni Þórólfur Árnason, lögmaður, netfang: arnith@libralaw.is.

Fullum trúnaði heitið.

Heilbrigðis- og velferðartækniklasi Norðurlands óskar eftir öflugum verkefnastjóra

Heilbrigðis- og velferðartækniklasi Norðurlands er miðstöð þjónustu og þekkingar með áherslu á nýsköpun og samvinnu í heilbrigðis- og velferðartæknimálum á Norðurlandi. Klasanum er ætlað að nýta og skapa tækifæri til þróunar í heilbrigðis- og velferðarþjónustu, sem mun bæta og auka gæði í þjónustu við íbúa á Norðurlandi.
Klasinn mun leiða saman hagaðila í opinbera geiranum, einkafyrirtækjum og vísindasamfélaginu ásamt því að stuðla að þróun í þjónustu og fjárfestingu í nýrri þekkingu og nýsköpun.

Helstu verkefni:

- Stefnumótun og þróun í samráði við stjórn klasans
- Dagleg umsjón og verkefnastýring
- Greiningarvinna og framsetning á gögnum
- Móta samráðsvettvang klasans
- Móta rekstrarumhverfi klasans til framtíðar

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þekking á heilbrigðis- og velferðarmálum er kostur
- Reynsla af stefnumótun og verkefnastjórnun
- Reynsla í að leiða saman ólíka hagaðila og góð samskiptafærni skilyrði
- Framúrskarandi íslensku og ensku kunnátta
- Reynsla af framsetningu gagna, skýrsluskrif og kynningar
- Góð tölvu -og tækniþekking

Heilbrigðis- og velferðartækniklasi Norðurlands hefur verið í þróun í töluverðan tíma með aðkomu Öldrunarheimila Akureyrar, SAK, HSN, SSNE ofl. Verkefnið var gert að áhersluverkefni SSNE 2021 og hlaut nýverið hæsta styrk úr nýsköpunarsjóðnum Lóu.
Klasinn hyggist nýta tækifæri og þekkingu á norðurslóðum til að kanna möguleika á samstarfsverkefnum og stuðla að fræðslu um heilbrigðis- og velferðartækni.

- Um er að ræða tímabundið starf til eins árs með möguleika á framlengingu.
- Starfshlutfall er umsemjanlegt, í það minnsta 50% og starfið gæti hentað með öðrum verkefnum.
- Starfið er auglýst án staðsetningar á Norðurlandi eystra. Umsóknarfrestur er til 11. júlí og tekið er við umsóknum ásamt ferilskrá og kynningarbréfi í gegnum Alfreð. Nánar á veltek.is

Allar nánari upplýsingar veita Axel Björgvin Höskuldsson, axel.hoskuldsson@hsn.is og Sigurður Einar Sigurðsson, ses@sak.is

Toyota Kauptúni

DEILDARSTJÓRI Í AUKA– OG VARAHLUTADEILD

Auka- og varahlutadeild Toyota Kauptúni er öflug og framsækin eining sem hefur yfir að skipa metnaðarfullu og samheldnu starfsfólki. Við leitum að metnaðarfullum deildarstjóra til að leiða áframhaldandi sókn deildarinnar til framtíðar.

STARFSSVIÐ:

- Daglegur rekstur auka- og varahlutadeildar
- Ábyrgð á lagerhaldi og stýringu
- Ábyrgð á innkaupum deildarinnar
- Starfsmannamál deildarinnar
- Samskipti við birgja og viðskiptavini
- Innleiðing og utanumhald ferla
- Gerð viðskiptaáætlana í samráði við Framkv. stjóra þjónustusviðs

HÆFNISKRÖFUR:

- Mikil hæfni og færni í mannlegum samskiptum
- Góð rekstrarþekking
- Leiðtogahæfni
- Skipulagshæfni og vandvirkni
- Rík þjónustulund og frumkvæði í starfi

Umsóknir ásamt ferilskrá og kynningarbréfi skulu berast í gegnum ráðningarvef Toyota Kauptúni (www.toyotakauptuni.is) fyrir 9.júlí 2021.

Nánari upplýsingar veitir Fanný Bjarnadóttir fanny@toyota.is

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
570-5070

FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2021 VR Toyota Kauptúni

bsi ISO 14001 Environmental Management CERTIFIED EMS 518325

Teymisstjóri

Á spennandi tímum leitar Vörður að jákvæðri og lausnamiðaðri manneskju með leiðtogahæfileika í starf teymisstjóra á sviði ökutækjatjóna. Meginverkefni teymisins eru mat og úrvinnsla tjóna og þjónusta og ráðgjöf til viðskiptavina sem lenda í ökutækjatjóni.

- **Hlutverk og starfssvið teymisstjóra** felst í daglegri leiðsögn teymis og yfirumsjón með ökutækjatjónum, verkefnastýringu, samskiptum og samvinnu við önnur teymi, samskiptum við verkstæði og aðra verktaka vegna viðgerða, sem og við viðskiptavini. Mikil áhersla er lögð á virka þátttöku í umbótum og framþróun, ásamt hugmyndavinnu í samvinnu við önnur teymi og svið.
- **Við leitum að jákvæðri manneskju** með framúrskarandi samskiptahæfni sem er félagslega sterk, aðlögunarfær og áhugasöm um nýja hluti. Viðkomandi þarf að hafa uppbyggilegt viðhorf til að leiða breytingar og nýjungar, hafa þekkingu og áhuga á tækniframförum í ökutækjageiranum, vera skipulögð, verkefnadrifin og búa yfir leiðtogahæfileikum. Æskilegt er að viðkomandi hafi viðeigandi menntun svo sem á sviði verkfræði, bifreiðasmíði, bifvélavirkjunar, eða annarra iðngreina sem nýtast í starfi. Reynsla er kostur.

Við bjóðum metnaðarfullt starfsumhverfi, jákvæðan og hvetjandi starfsanda þar sem fólk er hvatt til að eiga opin og hreinskiptin samskipti og taka virkan þátt í verkefnum sem og eigin starfsþróun.

Við hvetjum alla áhugasama einstaklinga til að sækja um. Nánari upplýsingar veitir Hrefna Kristín Jónsdóttir, forstöðumaður á tjónsviði, **hrefna@vordur.is**.

Tekið er á móti umsóknum á heimasíðu félagsins **www.vordur.is**.

Umsóknarfrestur er til 2. júlí 2021.

Vörður tryggingar er ört stækkandi fyrirtæki með um 65 þúsund viðskiptavini 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 hjá VR síðustu þrjú ár og hlaut hvatningarverðlaun fyrir framúrskarandi samfélagsábyrgð 2020 frá Creditinfo og Festu. Vörður er jafnlaunavottað fyrirtæki frá árinu 2014.

VR FYRIRTÆKI ÁRSINS 2021

vörður

Ýmiss vinna í boði!! Hvað mundi henta þér?

Húsarif, jarðvinna, steypusögun, kjarnaborun eða ýmiss verktakavinna?
Við leitum einnig eftir einstaklingum með gröfuréttindi eða meirapróf.
Uppl. Á email worknorth@simnet.is eða í síma 8525804

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Sjálandsskóli
- Dönskukennari

Leikskólinn Akrar
- Aðstoðarleikskólastjóri
- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

Leikskólinn Kirkjuból
- Deildarstjóri
- Leikskólakennari
- Sérkennslustjóri

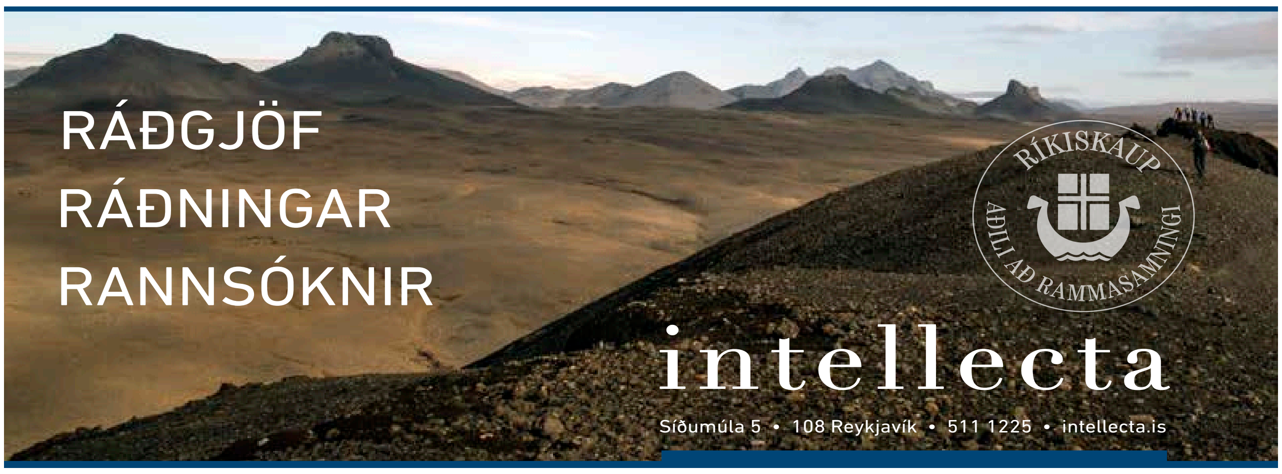
Leikskólinn Mánahvoll
- Deildarstjóri
- Leikskólakennarar

Fjölskyldusvið
- Starfsfólk óskast til stuðnings við ungan mann

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar **https://starf.gardabaer.is**

GARÐABÆR
gardabaer.is



Forstöðumaður eignastýringar

LÍFSVERK LÍFEYRISSJÓÐUR

Lífsverk lífeyrissjóður óskar eftir að ráða öflugan einstakling til að leiða eignastýringu sjóðsins.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Ábyrgð á starfssviði eignastýringar
- Þátttaka í mótun fjárfestingarstefnu og stefnu um ábyrgar fjárfestingar
- Greining markaða og fjárfestingarkosta innanlands sem utan
- Ákvarðanir um fjárfestingar
- Samskipti við innlend og erlend verðbréfafyrirtæki og aðila á fjármálamarkaði
- Skýrslugerð og almenn upplýsingagjöf til stjórnenda sjóðsins

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði fjármála, verk- eða tölfræði, eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Próf í verðbréfaviðskiptum
- Umtalsverð starfsreynsla í eignastýringu eða á fjármálamarkaði
- Þekking á ábyrgum fjárfestingum og grænum lausnum
- Greiningarhæfni og hæfni til að setja fram efni og niðurstöður með skipulögðum hætti
- Leiðtogahæfni, sjálfstæði og öguð vinnubrögð
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Gott vald á íslensku og ensku

Umsóknarfrestur er til og með **12. júlí 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 sem nýtist í starfi. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

Lífsverk er opinn lífeyrissjóður fyrir háskólamenntaða. Allir sem lokið hafa grunnnámi á háskólastigi geta skráð sig í sjóðinn.

Lífsverk var fyrsti lífeyrissjóðurinn sem byggði á aldurstengdum réttindum, tók upp sjóðfélagalýðræði og rafrænt stjórnarkjör.

Sérstaða Lífsverks er m.a. hár ávinningur réttinda og val um leiðir fyrir skyldusparnað.

Sjóðurinn er ört vaxandi og nemur hrein eign í árslok 123 milljörðum króna.

Gildi sjóðsins eru:

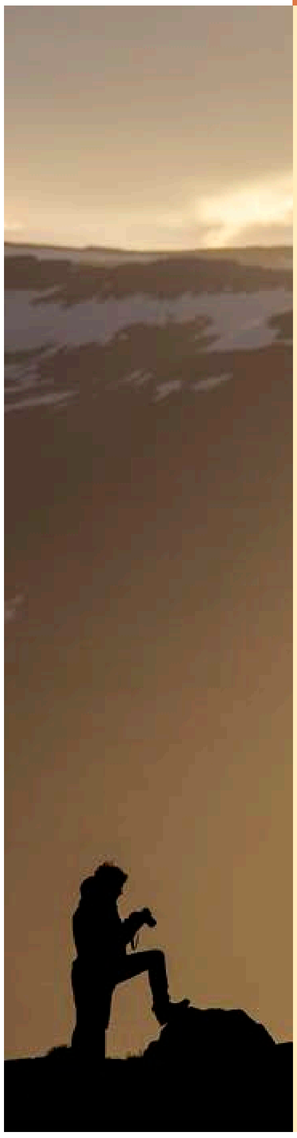
Heilindi – jákvæðni – ábyrgð

Nánari upplýsingar um sjóðinn má finna á **www.lifsverk.is**

Nánari upplýsingar um starfið veita Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Helga Birna Jónsdóttir (helga@intellecta.is) í síma 511 1225.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Mannauðsstjóri



Samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið leitar eftir öflugum einstaklingi með víðtæka reynslu og þekkingu til að leiða starf ráðuneytisins á sviði mannauðsmála í samstarfi við stjórnendur.
Í ráðuneytinu starfar 44 manna samhentur hópur á fjórum skrifstofum. Ráðuneytið leggur áherslu á góðan starfsanda, góð starfsskilyrði og gildi ráðuneytisins sem eru framsýni, árangur og traust.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á framkvæmd og eftirfylgni mannauðsmála
- Ráðgjöf og stuðningur við stjórnendur og starfsfólk á sviði mannauðsmála
- Þróun starfsumhverfis, frammistöðumats og stjórnenda- og starfsmannasamtala
- Mat á mannaflaþörf og umsjón með ráðningum, móttöku og starfslokum
- Þróun jafnlaunakerfis og framkvæmd jafnlaunagreininga
- Þróun gæðakerfis, ferla og vinnulýsinga
- Umsjón með starfsþróun og fræðslu starfsfólks
- Þátttaka í ýmsum verkefnum og starfshópum innan og utan ráðuneytisins

Hæfnikröfur

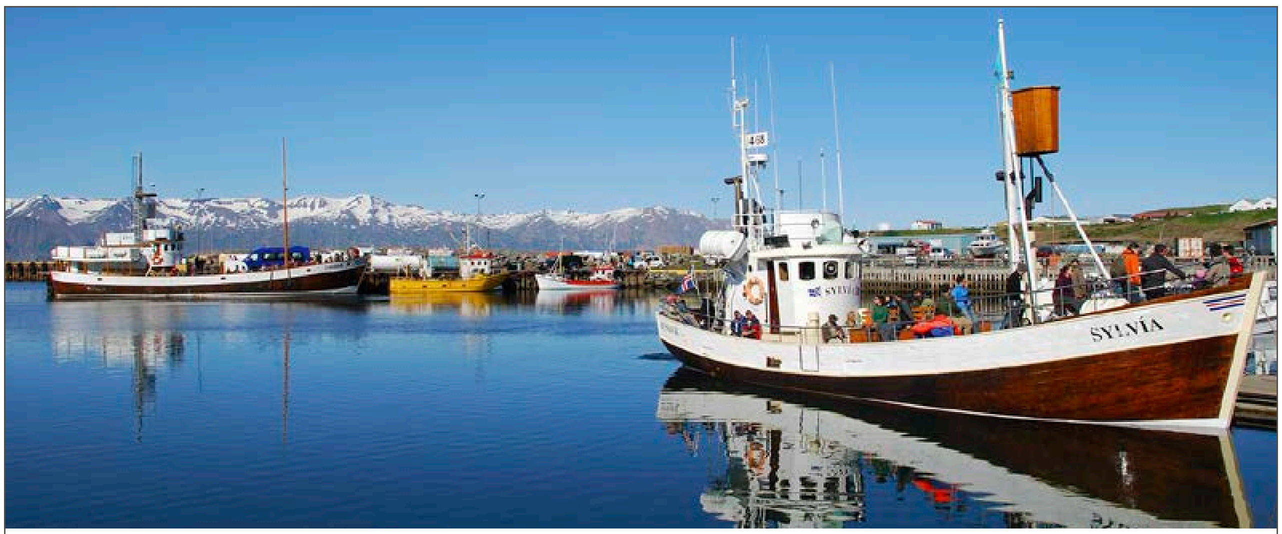
- Háskólapróf sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun er æskileg.
- Yfirgripsmikil þekking og reynsla af mannauðsmálum
- Reynsla af stefnumótun og áætlanagerð á sviði mannauðsmála
- Reynsla eða þekking af verkefna- og breytingastjórnun er kostur
- Þekking og reynsla á stjórnsýslu er kostur
- Þekking og reynsla af gæðamálum er kostur
- Áhugi á fólki, jákvæðni og framúrskarandi hæfni í samskiptum
- Sjálfstæði, frumkvæði og metnaður til að ná árangri
- Gott vald á íslensku í rituðu og mæltu máli

Umsókn um starfið þarf að fylgja ferilsskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og veittur rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Um fullt starf er að ræða. Laun greiðast samkvæmt kjarasamningi Félags háskólamenntaðra starfsmanna stjórnarráðsins og fjármálaráðherra.

Ráðuneytið hvetur einstaklinga óháð kyni til að sækja um starfið. Umsóknir gilda í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Nánari upplýsingar veitir Ingilín Kristmannsdóttir, skrifstofustjóri í samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytinu, í síma **545 8200**.
Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.
Umsóknarfrestur er til 8. júlí nk. Umsóknum skal skila á starfatorg.is

Stjórnarráð Íslands
Samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið



NORÐURÞING AUGLÝSIR STARF REKSTRARSTJÓRA VEITNA ORKUVEITU HÚSAVÍKUR OHF

Orkuveita Húsavíkur ohf. annast daglegan rekstur og viðhald vatns-, hita- og fráveitu sveitarfélagsins Norðurþings. Jafnframt annast Orkuveitan allt viðhald veitukerfanna, nýframkvæmdir og heimlagnir sem heyra undir Norðurþing.

Helstu verkefni og ábyrgð:

Rekstrarstjóri ber ábyrgð á framangreindum framkvæmdum auk annars sem viðkemur daglegum rekstri veitnanna. Rekstrarstjóri veitir ráðgjöf um málefni veitnanna og kemur að undirbúningi nýframkvæmda á vegum þeirra. Rekstrarstjóri hefur umsjón með innkaupum, útboðum og samningum sem snúa að veitunum auk þess að hafa yfirumsjón með þeim starfsmönnum sveitarfélagsins sem sinna verkefnum Orkuveitu Húsavíkur ohf. Rekstrarstjóri ber fjárhagslega ábyrgð á rekstri Orkuveitu Húsavíkur ohf.

Um fullt starf er að ræða og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst.

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

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Tæknimenntun sem nýtist í starfi æskileg
- Menntun á sviði iðngreina, svo sem vélvirkjunar, pípulagna eða sambærilegra greina
- Reynsla á sviði rekstrar og fjármála er æskileg, kostur ef hún er af rekstri veitna
- Þekking á samningagerð er skilyrði
- Reynsla og þekking á stjórnun verklegra veituframkvæmda er kostur
- Þekking á opinberum innkaupum er kostur
- Góð tölvukunnátta skilyrði
- Þekking á teikni/hönnunarforritum er kostur
- Góðir samskiptahæfileikar og hæfni til að tjá sig í rituðu og töluðu máli nauðsynleg
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður
- Góð íslenskukunnátta er skilyrði

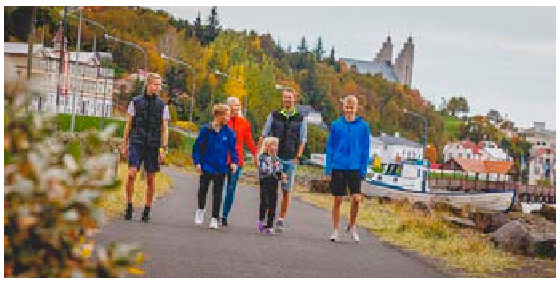
Norðurþing er öflugt sveitarfélag í sókn þar sem mikil uppbygging hefur átt sér stað undanfarin ár og frekari framkvæmdir í tengslum við atvinnuuppbyggingu eru á döfinni.

FAST Ráðningar

Nánari upplýsingar veita Kristján Þór Magnússon sveitarstjóri eða Drífa Valdimarsdóttir fjármálastjóri í síma 464 6100.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á vefsíðunni www.fastradningar.is og láta fylgja með ferilskrá og kynningarbréf sem inniheldur rökstuðning fyrir hæfni í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 12. júlí 2021.



Við leitum að leiðtoga

Hefur þú kraftinn, hæfnina og þekkinguna til að leiða nýtt svið hjá Akureyrarbæ, þar sem horft er til framtíðar með stafræna innleiðingu og aukna þjónustu í huga?

Akureyrarbær leitar að metnaðarfullum einstaklingi til að leiða þjónustu- og skipulagssvið bæjarins. Um er að ræða nýtt stoðsvið sem ber ábyrgð á þjónustuferlum og þróun þeirra, stafrænum umbreytingum, skipulags- og byggingarmálum sem hluta af uppbyggingu og þróun sveitarfélagsins en faglegur hluti skipulags- og byggingamála er á ábyrgð forstöðumanna þeirra verkefna. Þá ber sviðið einnig ábyrgð á markaðs- og menningarmálum Akureyrarbæjar, innri og ytri upplýsingum og þjónustu s.s. rafrænni stjórnsýslu, heimasíðu bæjarins, þjónustuveri, skjalastjórnun, þjónustu við kjörna fulltrúa, rekstri og umsjón starfsstöðva og mötuneyta, íbúasamráði og atvinnumálum. Næsti yfirmaður sviðsstjóra er bæjarstjóri.

Um er að ræða nýtt og spennandi starf sem felur í sér tækifæri á að móta og leiða nýjungar og krefst skýrrar framtíðarsýnar og náins og uppbyggilegs samstarfs við önnur svið sveitarfélagsins sem og aðra hagaðila.

Helstu verkefni:

- Ábyrgð á daglegum rekstri og stjórnun sviðsins í samræmi við áherslur Akureyrarbæjar
- Stefnumótun og nýsköpun í þjónustu Akureyrarbæjar
- Ábyrgð á þróun og innleiðingu stafrænna þjónustuleiða
- Ábyrgð á markaðs- og kynningarmálum sveitarfélagsins
- Ábyrgð á atvinnu- og menningarmálum sveitarfélagsins
- Umsjón með almennum stjórnsýsluumbótum og umbótum á sviði gæðamála
- Umsjón með þjónustu við kjörna fulltrúa sem hluta af innri þjónustu
- Ábyrgð verkefna á sviði íbúalýðræðis sem hluti af ytri þjónustu

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, meistarapróf er æskilegt.
- Reynsla sem nýtist í starfi
- Reynsla af verkefna- breytingastjórnun er æskileg
- Góð þekking og færni í þróun og innleiðingu stafrænna lausna
- Reynsla og þekking af upplýsingatækni og stafrænni þjónustu
- Framúrskarandi samvinnu- og samskiptafærni
- Hæfni til að leiða hóp, skapa hvetjandi starfsumhverfi og jákvæða þjónustuupplifun þjónustuþega
- Leiðtogafærni, frumkvæði, skipulagshæfileikar og drifkraftur
- Rík þjónustulund, áhugi og metnaður til að veita framúrskarandi þjónustu
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Gerð er krafa um vammleysi, s.s. að vera með gott orðspor og að framkoma og athafnir á vinnustað og utan hans samrýmist starfinu

Akureyrarbær er öflugt 19.000 manna sveitarfélag sem leggur metnað sinn í að veita góða og fjölbreytta þjónustu. Á Akureyri stendur íþrótta- og tómstundastarf í miklum blóma og menningarlífið setur sterkan svip á bæjarbraginn.

Sveitarfélagið er í fremstu röð hvað varðar umhverfismál, var fyrsta Barnvæna sveitarfélag UNICEF á Íslandi og er miðstöð Norðurslóðamála hérlendis. Tíminn nýtist vel í dagsins önn þar sem stutt er á milli staða og auðvelt að tvinna saman vinnu og einkalíf.

Akureyrarbær er líflegur vinnustaður þar sem um tvöþúsund manns starfa í fjölbreyttum og krefjandi störfum. Starfsánægja, hæfni og jafnræði eru leiðarljós okkar í mannauðsmálum.
Umsóknarfrestur er til og með 5. ágúst næstkomandi.
Sótt er um á alfred.is, https://alfred.is/starf/svidsstjori-thjonustu-og-skipulagssvids

Óskað er eftir að umsókn fylgi ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar, hæfni til að gegna starfinu og samantekt þar sem fram koma hugmyndir umsækjanda um uppbyggingu sviðsins og þróun faglegs starfs þess.

Frekari upplýsingar um starfið veitir bæjarstjóri, Ásthildur Sturludóttir, asthildur@akureyri.is
Tekið verður tillit til Mannréttindastefnu Akureyrarbæjar um jafnréttismál við ráðningu í starfið

Akureyrarbær

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

Kvika leitar að öflugu starfsfólki

Verkefnastjóri í fyrirtækjaráðgjöf

Við leitum að reynslumiklum verkefnastjóra sem mun stýra verkefnum í fyrirtækjaráðgjöf. Viðkomandi þarf að búa yfir góðri samskiptafærni, geta stýrt verkferlum, flutt kynningar, verið sjálfstæður, lausnamiðaður og sýnt frumkvæði.

Sérfræðingur í fyrirtækjaráðgjöf

Við leitum að öflugum, jákvæðum og úrræðagóðum einstaklingi til þess að starfa sem sérfræðingur og greinandi í fyrirtækjaráðgjöf. Viðkomandi þarf að vera metnaðarfullur og hafa mjög góða hæfni í framsetningu og greiningu gagna.

Vaxtarleiðtogi (e. Growth Manager)

Við leitum að öflugum starfskrafti með brennandi áhuga á gögnum, greiningum á viðskiptaatburðum og hvernig hægt er að auka árangur og hraða vexti með prófunum.

Notendahönnuður (UX)

Við leitum að UX/UI hönnuði til starfa til að greina og hanna upplifun og vegferð notenda vörumerkja og þjónustu bankans. Spennandi áskorun fyrir hugmyndaríkan einstakling.

Stafrænn leiðtogi regluvörslu

Við leitum að liðsauka í regluvörslu sem mun koma að og bera ábyrgð á þróun og innleiðingu á stafrænum lausnum, m.a. tengdum áhættuflokkun.

Við leitum að kraftmikilli viðbót í liðsheild Kviku. Kvika er öflugur banki sem stuðlar að umbreytingu og samkeppni á fjármálamarkaði. Gildi Kviku er langtímahugsun og við leggjum mikið upp úr upplifun viðskiptavina, nýsköpun og stafrænu vöruframboði. Á meðal vörumerkja samstæðunnar eru Kvika, Kvika eignastýring, TM, Lykill, Auður, Netgíró og Aur.

Frekari upplýsingar um störfin má finna á alfred.is þar sem einnig er tekið við umsóknum. Umsóknarfrestur er til og með 11. júlí.

kvika.is

KVIKA

LYFSALINN

LYFJAFRÆÐINGAR OG LEYFISHAFI Í NÝTT APÓTEK

Vegna opnunar nýs apóteks Lyfsalans í Reykjavík síðar á árinu óskum við eftir leyfishafa fyrir apótekið og lyfjafræðingum í fullt starf og hlutastarf.

Umsókn, ásamt ferilskrá, skal senda á netfangið svanur@lyfsalinn.is fyrir 15. júlí.

Lyfsalinn var stofnaður 2014 og rekur nú þrjú útibú í Reykjavík. Þau eru:

LYFSALINN GLÆSIBÆ — LYFSALINN VESTURLANDSVEGI — LYFSALINN URÐARHVARFI

www.lyfsalinn.is

ÚTHLUTUN ATVINNULEYFA TIL AKSTURS LEIGUBIFREIÐA

Samgöngustofa auglýsir laust til umsóknar 1 leyfi til leiguaksturs fólksbifreiða í Árborg.

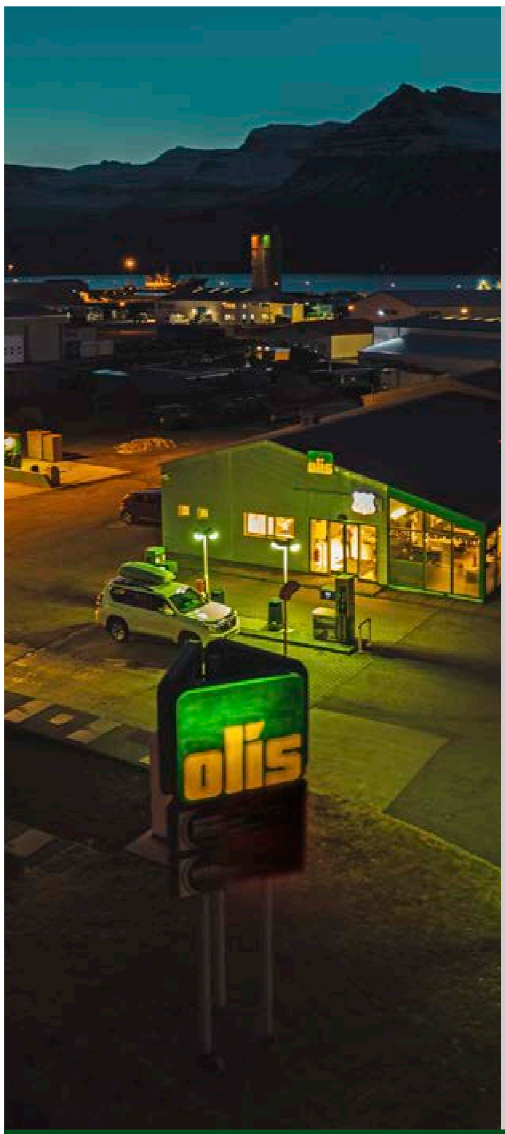
Þau ein geta sótt um leyfi sem hyggjast stunda akstur leigubifreiðar að aðalatvinnu og hafa lokið námskeiði fyrir leigubifreiðastjóra. Til að öðlast leyfi þurfa umsækjendur að uppfylla leyfisskilyrði, skv. 5. gr. laga nr. 134/2001, sbr. reglugerð nr. 397/2003 um leigubifreiðar, með síðari breytingum.
Úthlutun leyfis fer fram á grundvelli starfsreynslu við akstur leigubifreiðar, sbr. 6. gr. reglugerðarinnar.

Umsóknareyðublöð má nálgast á heimasíðu stofnunarinnar www.samgongustofa.is.

Umsóknarfrestur er til og með 1. júlí nk.

Samgöngustofa

Sími: 480 6000 · www.samgongustofa.is



ÚTIBÚSSTJÓRI REYÐARFIRÐI

Olíuverzlun Íslands óskar eftir að ráða útibús- og svæðisstjóra á Austurlandi með starfsstöð á Reyðarfirði. Um er að ræða krefjandi stjórnunarstarf sem tengist öflugu þjónustuneti Olís um land allt.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Daglegur rekstur útibús Olís á Reyðarfirði
- Sala og ráðgjöf til viðskiptavina félagsins á svæðinu frá Djúpavogi til Vopnafjarðar
- Stofnun nýrra viðskiptasambanda
- Umsjón með lager og dreifingu á vörum

Hæfniskröfur:

- Reynsla af sölumennsku
- Rík þjónustulund
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Góð samskiptahæfni
- Frumkvæði
- Gott vald á íslensku
- Góð tölvuhæfni og skipulögð vinnubrögð

Allar frekari upplýsingar um starfið veitir Stefán Segatta, **ss@olis.is.**

Vinsamlega sendið umsóknir til mannauðsstjóra Olís, Ragnheiðar Bjarkar, á **rbg@olis.is** merktar „Útibússtjóri".

Umsóknarfrestur er til 4. júlí 2021.

SPENNANDI STARF Á AUSTURLANDI

JAFNLAUNAVOTTUN 2019–2022

Hjá Olís er lögð áhersla á góðan aðbúnað starfsfólks, stuðning til náms og heilsueflingar, heiðarleika í samskiptum, snyrtimennsku og fagleg vinnubrögð.

olís — Vinur við veginn

LV — Landssamband veiðifélaga

LANDSSAMBAND VEIÐIFÉLAGA AUGLÝSIR EFTIR FRAMKVÆMDASTJÓRA

Landssamband veiðifélaga óskar eftir að ráða framkvæmdastjóra. Leitað er að öflugum einstaklingi í starf þar sem reynir m.a. á samskiptahæfni og frumkvæði. Um er að ræða 75% starf. Umsóknarfrestur er til 1. júlí 2021.

Starfssvið:

- Dagleg stjórnun og rekstur skrifstofu
- Hagsmunagæsla fyrir veiðifélög
- Umsjón með skipulagi málefna- og kynningarstarfs
- Eftirfylgni með stefnu og ákvörðunum stjórnar og samþykktum aðalfunda
- Ábyrgð á fjármálum
- Samskipti við fjölmiðla

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun
- Þekking á lagaumhverfi lax- og silungsveiða er kostur
- Góðir samskiptahæfileikar
- Frumkvæði
- Færni í að tjá sig í ræðu og riti
- Góð enskukunnátta

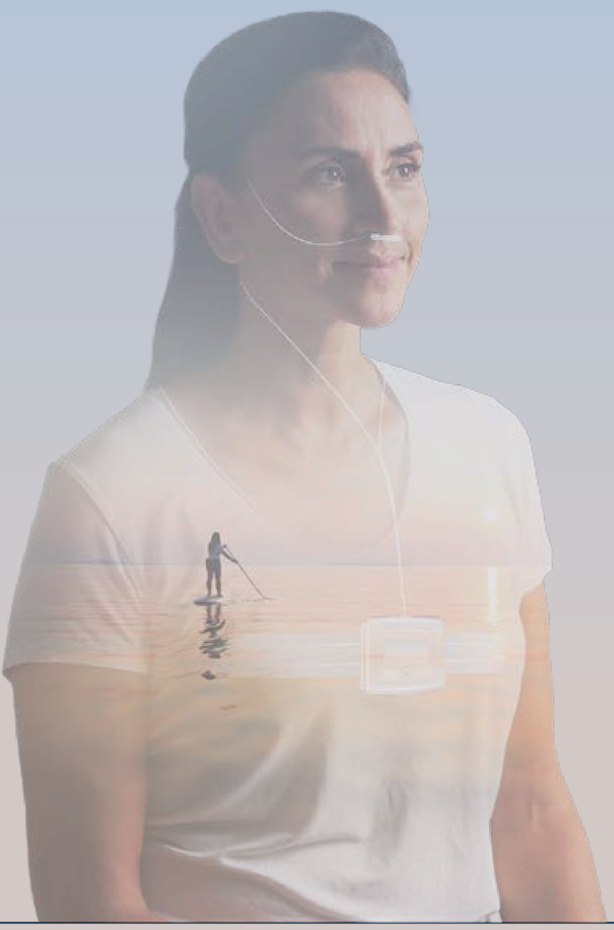
Landssamband veiðifélaga
Mönnum er skylt að hafa með sér félagsskap um veiði í hverju fiskihverfi, sbr. 1. mgr. 37. gr. laga nr. 61/2006 um lax- og silungsveiði. Þessi félagsskapur kallast veiðifélög. Landssamband veiðifélaga er landssamtök allra veiðifélaga á Íslandi og starfar á grundvelli 5. mgr. 4. gr. framangreindra laga.

Landssamband veiðifélaga var stofnað árið 1958 og hlutverk þess er að gæta sameiginlegra hagsmuna veiðifélaga á Íslandi. Hlutverk þess er einnig að koma fram fyrir hönd þeirra gagnvart hinu opinbera, efla starfsemi veiðifélaga og auka samstarf þeirra, stuðla að bættri stjórn veiðimála og auka þekkingu á málefnum veiðifélaga.

Vinsamlegast sendið umsóknir á Jón Helga Björnsson formann Landssambands veiðifélaga. Netfang hans er jonhelgi@angling.is. Hann veitir jafnframt allar nánari upplýsingar en einnig er hægt að ná í hann í síma 893-3778.

nox medical

Warehouse Coordinator



We are seeking an organized and experienced Warehouse Coordinator to join our team. As a Warehouse Coordinator, you will manage the daily flow of supplies coming into and going out of our warehouse. The job requires handling of boxes and packages in a very active environment.

As Warehouse Coordinator, you will collaborate with the manufacturing team and customer service in a regulated environment that requires disciplined work habits.

Responsibility:

- Unload and load deliveries and handle all company shipping needs
- Manage stock and warehouse
- Performs incoming inspection on purchased products
- Maintaining inventory records and handles shipping documents

Qualifications:

- Experience with stock management and warehousing
- License to operate a forklift
- Icelandic and English language skills, both written and oral
- Good knowledge of various software used in warehouse control e.g. Excel, Navision, Word etc.

Please apply via our homepage www.noxmedical.com/jobs. Job application, CV and cover letter can be submitted in either English or Icelandic. The application deadline is July 4th. We are always interested in talented individuals who share our passion for improving people's lives. Nox Medical embraces diversity. As an equal opportunities employer, we believe the foundation of our dynamic and pioneering spirit starts with a fair and inclusive culture. Our company culture focuses on bringing unique ideas and people together to spark innovation and teamwork. All applications will be replied to and are treated with utmost care and confidentiality.

2020 Strongest in Iceland

2020 Framúrskarandi fyrirtæki

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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

Rafmagns verk- eða tæknifræðingur

Mannverk óskar eftir að ráða öflugan starfsmann í verkefna- og framkvæmdastjórnun sem tilbúinn er að takast á við krefjandi verkefni á raforkusviði og skemmtilegar áskoranir með góðri liðsheild.

Helstu verkefni
- Verkefna- og framkvæmdastjórnun á sviði há- og lágspennu
- Samræming hönnunar og á tæknilegum útfærslum
- Undirbúningur verkefna
- Innkaup, áætlanagerð og eftirfylgni
- Kostnaðar-, gæða- og framvindueftirlit

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði rafmagnstækni eða -verkfræði
- Farsæl starfsreynsla
- Menntun í rafiðn er kostur
- Lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður til að ná árangri í starfi
- Góð kunnátta í ensku

Umsóknarfrestur er til og með 29. júní 2021.
Umsókn óskast send á jmg@mannverk.is. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál. Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf.

MANNVERK
FRAMKVÆMDIR OG RÁÐGJÖF

Mannverk ehf. var stofnað á vordögum 2012. Fyrirtækið sérhæfir sig í þróunarverkefnum, stýriverktöku, verkefna- , hönnunar- og byggingarstjórnun ásamt almennri framkvæmdaráðgjöf. Mannverk er ábyrgt og framsækið fyrirtæki og leggur áherslu á öfluga liðsheild. Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á heimasíðu þess www.mannverk.is

LIBRA LÖGMENN

Löglærður fulltrúi óskast til starfa

Libra lögmenn ehf. óska eftir lögfræðingi til starfa. Lögmannsstofan veitir alhliða lögfræðilega ráðgjöf til fyrirtækja, opinberra stofnana, sveitarfélaga og einstaklinga.

Hæfniskröfur:
- Fullnaðarpróf í lögfræði
- Lögmannsréttindi fyrir héraðsdómi er kostur
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Skilvirkni og sjálfstæði í vinnubrögðum

Umsóknarfrestur er til 7. júlí nk.

Umsóknir með upplýsingum um menntun, sérsvið og fyrri störf sendist á netfangið: libralaw@libralaw.is.

Nánari upplýsingar veitir Árni Þórólfur Árnason, lögmaður, netfang: arnith@libralaw.is.

Fullum trúnaði heitið.

Forstjóri Sjúkrahússins á Akureyri

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir laust til umsóknar embætti forstjóra Sjúkrahússins á Akureyri (SAk). Heilbrigðisráðherra skipar í stöðuna til 5 ára frá 1. september 2021.

Sjúkrahúsið á Akureyri starfar samkvæmt lögum um heilbrigðisþjónustu nr. 40/2007. Sjúkrahúsið á Akureyri er kennslusjúkrahús og þekkingarstofnun sem veitir sérfræðiþjónustu í helstu greinum læknisfræði og hjúkrunarfræði og almenna sjúkrahúsþjónustu í sínu umdæmi. Þá annast sjúkrahúsið starfsnám í heilbrigðisvísindagreinum og starfar í nánum tengslum við skóla á sviði fræðslumála heilbrigðisstétta og rannsókna í heilbrigðisvísindum. Sjúkrahúsið á Akureyri er annað stærsta sjúkrahús landsins, varasjúkrahús Landspítala og er með alþjóðlega gæðavottun á starfsemi sinni. Að jafnaði eru tæplega 700 manns starfandi á SAk.

Forstjóri ber ábyrgð á að SAk starfi í samræmi við lög, stjórnvaldsfyrirmæli og erindisbréf sem ráðherra setur honum. Hann ber ábyrgð á starfsemi og þjónustu sjúkrahússins, að rekstrarútgjöld og rekstrarafkoma sé í samræmi við lög um opinber fjármál nr. 123/2015 .

Forstjóri skal hafa:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, framhaldsmenntun er áskilin.
- Mikla þekkingu á sviði heilbrigðisþjónustu.
- Farsæla reynslu af stjórnun, rekstri og mannaforráðum.
- Þekkingu og reynslu á sviði opinberrar stjórnsýslu.
- Hæfni og reynslu til stefnumótunar.
- Menntun og/eða reynslu á sviði verkefnastjórnunar og stöðugra umbóta.
- Mjög góða hæfni í mannlegum samskiptum ásamt leiðtogahæfileikum.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Metnað og vilja til að ná árangri.
- Gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góða kunnáttu í ensku og kunnáttu í a.m.k. einu Norðurlandamáli.

Kostur er að umsækjandi hafi þekkingu á fjármálum hins opinbera.

Hæfni umsækjenda verður metin af hæfnisnefnd skv. 2. mgr. 9. gr. laga nr. 40/2007 um heilbrigðisþjónustu. Um laun forstöðumanns fer eftir 39. gr. a í lögum um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins, nr. 70/1996.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ásta Valdimarsdóttir, ráðuneytisstjóri, asta.valdimarsdottir@hrn.is
Umsóknir skulu berast heilbrigðisráðuneytinu, í gegnum ráðningarkerfi ríkisins eða á netfangið: hrn@hrn.is eigi síðar en **12. júlí nk.**

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun í embættið hefur verið tekin.

Heilbrigðisráðuneytinu, 26. júní 2020

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

GRINDAVÍKURBÆR

Staða deildarstjóra skólaþjónustu er laus til umsóknar

Grindavíkurbær auglýsir eftir sálfræðingi í fullt starf til að gegna stöðu deildarstjóra skólaþjónustu hjá Skólaskrifstofu Grindavíkurbæjar. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir góðri þekkingu á stjórnsýslu og skólamálum og hefur hæfni til að leiða þau verkefni sem undir skólaskrifstofuna heyra. Í sveitarfélaginu eru um 750 börn á leik- og grunnskólaaldri sem sækja nám í tveimur leikskólum, grunnskóla og tónlistarskóla.

Helstu verkefni og ábyrgð:
- Stýra skólaþjónustu í samræmi við leik- og grunnskólalög ásamt skólastefnu sveitarfélagsins.
- Móta stefnu í þjónustu við skóla og fjölskyldur Grindavíkubæjar.
- Efla skólana sem faglegar stofnanir sem geta leyst flest þau viðfangsefni sem upp koma í skólastarfi.
- Tryggja eins og kostur er að kennslufræðileg, sálfræðileg og þroskafræðileg þekking nýtist sem best í skólastarfi.
- Halda utan um ytra mat sveitarfélagsins á skólastarfi í samstarfi við fræðslunefnd.
- Veita stuðning við þróun, umbætur og nýbreytni í skólastarfi í samvinnu við skólastjórnendur og efla samstarf og samvinnu á milli skólastiga.
- Sinna sálfræðilegum greiningum nemenda, veita ráðgjöf um hvernig brugðist skuli við og vísa á viðeigandi úrræði.
- Vera í samskiptum við aðrar greiningastofnanir og samræma þjónustu við nemendur með sérþarfir.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Sálfræðimenntun og réttindi til að starfa sem sálfræðingur
- Reynsla af stjórnunarstörfum og góð þekking á stjórnsýslu sveitarfélaga
- Þekking og reynsla af leik- og grunnskólastarfi
- Þekking og reynsla af sálfræðilegum greiningum á börnum
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni
- Lipurð í samstarfi og góð hæfni í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 5. júlí 2021.
Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda til starfans, ásamt prófskírteinum. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélags og stéttarfélags viðkomandi. Áhugasamir hæfir umsækjendur, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Nökkvi Már Jónsson, sviðsstjóri félagsþjónustu- og fræðslusviðs í síma 420-1100 eða í tölvupósti nmj@grindavik.is þar sem jafnframt er tekið á móti umsóknum.

Fjallabyggð

Fjallabyggð óskar eftir starfskrafti til afleysinga í starf skipulags- og tæknifulltrúa til eins árs

Fjallabyggð óskar eftir starfskrafti til afleysinga í starf skipulags- og tæknifulltrúa til eins árs.

Fjallabyggð leitar að áhugasömum og framsæknum einstaklingi til að sinna starfi tæknifulltrúa á tímabilinu 1. ágúst 2021 – 31. júlí 2022.

Skipulags- og tæknifulltrúi starfar með deildarstjóra tæknideildar að verkefnum á sviði byggingar-, tækni-, lóða- og skipulagsmála.

Starfssvið:

- Umsjón með vinnu við deili- og aðalskipulag.
- Skráningu mannvirkja og lóða í Bygging, skráningarforrit fasteignamats ásamt gerð lóðarleigusamninga.
- Undirbúningi, boðun og afgreiðslu funda skipulags- og umhverfisnefndar, ritar fundi nefndarinnar.
- Skipulagningu og skráningu teikninga á vegum sveitarfélagsins.
- Umsýsla er tengist dýraeftirliti.
- Móttaka erinda til tæknideildar og skráning í málakerfi Fjallabyggðar.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Tæknimenntun sem nýtist við starfið.
- Víðtæk tölvuþekking.
- Færni í að vinna með skipulagsgögn og teikningar.
- Góðir samskipta- og samstarfshæfileikar.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Skipulagshæfileikar og frumkvæði við lausn verkefna.

Launakjör eru skv. kjarasamningi Fjallabyggðar við viðkomandi stéttarfélag.

Möguleiki er að starfið vinnist í fjarvinnu ef viðkomandi hefur víðtæka reynslu af sambærilegu starfi.

Upplýsingar um starfið veitir: Ármann Viðar Sigurðsson deildarstjóri tæknideildar armann@fjallabyggd.is s.464 9100 / 864 1491

Umsóknarfrestur er til og með 9. júlí nk. Umsóknum ásamt fylgiskjölum skal skilað í gegnum Íbúagátt- Rafræn Fjallabyggð á www.fjallabyggd.is.

Umsóknum um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá, prófskírteini og stutt kynningarbréf þar sem fram kemur hvers vegna sótt er um starfið og hvernig viðkomandi uppfyllir þær kröfur sem gerðar eru til þess. Áhugasamir einstaklingar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

REYKJANESBÆR
Í KRAFTI FJÖLBREYTILEIKANS

Bæjarlögmaður hjá Reykjanesbæ

Reykjanesbær leitar að metnaðarfullum leiðtoga í starf bæjarlögmanns. Bæjarlögmaður heyrir undir bæjarstjóra, situr í framkvæmdastjórn sveitarfélagsins og stýrir þeim málaflokkum er heyra undir skrifstofu stjórnsýslu. Mikilvægt er að viðkomandi búi yfir frumkvæði til að ná árangri í starfi og skal teymishugsun einkenna bæjarlögmann ásamt staðfestu, sveigjanleika og víðsýni. Markmið bæjarlögmanns Reykjanesbæjar er að sjá til þess að vönduð stjórnsýsla sé viðhöfð hjá sveitarfélaginu og tryggja að starfsemi og ferlar bæjarins falli að lögum og reglum og að þeim sé fylgt í hvívetna í stofnunum bæjarins.

Á skrifstofu stjórnsýslu starfa stjórnendur og sérfræðingar sem sinna m.a. mannauðsmálum, jafnréttismálum, skjalastjórnun, persónuverndarmálum, gæðamálum og upplýsinga- og tæknimálum.

Gildi Reykjanesbæjar eru virðing, eldmóður og framsækni og mikilvægt er að viðkomandi endurspegli þau gildi í sínum störfum.

Helstu verkefni:

- Er yfirmaður skrifstofu stjórnsýslu og sinnir daglegri stjórnun skrifstofunnar.
- Annast málflutning og aðra hagsmunagæslu fyrir hönd Reykjanesbæjar.
- Er umsagnaraðili í lögfræðilegum efnum gagnvart bæjarráði og bæjarstjórn.
- Aðstoðar svið og deildir við skjala- og samningagerð og túlkun lagaákvæða og reglugerða.
- Veitir öllum sviðum og stofnunum lögfræðilega ráðgjöf.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Kandídats- eða meistarapróf í lögfræði.
- Málflutningsréttindi fyrir héraðsdómi.
- Málflutningsréttindi fyrir Landsrétti kostur.
- Reynsla af málflutningi.
- Leiðtogahæfileikar og farsæl stjórnunarreynsla.
- Mjög góð þekking og reynsla í opinberri stjórnsýslu, stefnumótun, samningagerð og rekstri.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðhorf.
- Hæfni til að koma fram fyrir hönd Reykjanesbæjar og tjá sig vel í ræðu og riti á íslensku og ensku.

Sótt er um á vef Reykjanesbæjar, **www.reykjanesbaer.is**, undir Laus störf. Umsóknarfrestur er til og með **12. júlí 2021.**

Umsóknum skal fylgja ferilskrá ásamt kynningarbréfi með rökstuðningi um hæfni viðkomandi í starfið. Öllum umsóknum verður svarað.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Kjartan Már Kjartansson bæjarstjóri, í gegnum netfangið **kjartan.m.kjartansson@reykjanesbaer.is** og í síma **421-6700.** Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Reykjanesbær
Tjarnagötu 12
230 Reykjanesbær

Sími: 421 6700
www.reykjanesbaer.is
reykjanesbaer@reykjanesbaer.is

job

Erum við
að leita **að þér?**

Reykjavíkurborg
Fjármála- og áhættustýringarsvið

Sérfræðingur á Innkaupaskrifstofu

Fjármála- og áhættustýringarsvið Reykjavíkurborgar auglýsir starf sérfræðings á innkaupaskrifstofu laust til umsóknar. Innkaupaskrifstofa ber ábyrgð á ráðgjöf á sviði innkaupamála ásamt því að framkvæma öll innkaupaferli í samvinnu við kaupanda. Innkaupaskrifstofa starfar þvert á öll svið borgarinnar og því er fjölbreytt ráðgjöf vegna innkaupamála og útboðsgerðar ríkur þáttur starfsins.

Við leitum því að einstaklingi sem er óhræddur við að takast á við fjölbreytt og krefjandi starf á sviði opinberra innkaupa í samhentum hópi sérfræðinga á Innkaupaskrifstofu.

Reykjavíkurborg er skapandi og metnaðarfullur vinnustaður með hátt í tíu þúsund starfsmenn. Verkefnin eru afar fjölbreytt og snerta daglegt líf borgarbúa með margvíslegum hætti.

Helstu verkefni og ábyrgð:
- Ráðgjöf vegna innkaupa- og útboðsmála.
- Gerð og rýni útboðs- og verðfyrirspurnagagna.
- Framkvæmd útboða og úrvinnsla þeirra.
- Umsjón með rammasamningsútboðum.
- Þátttaka í þróun rafrænna innkaupa.
- Almenn störf varðandi innkaup og útboð, yfirferð tilboða og upplýsingagjöf.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólagráða í viðskiptafræði eða önnur sambærileg menntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla í gerð útboðslýsinga og samningagerð.
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð.
- Rík þjónustulund og samskiptafærni.
- Þekking á opinberum innkaupum æskileg.
- Haldgóð tölvuþekking og kunnátta til að nýta upplýsingakerfi sem stjórntæki æskileg.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

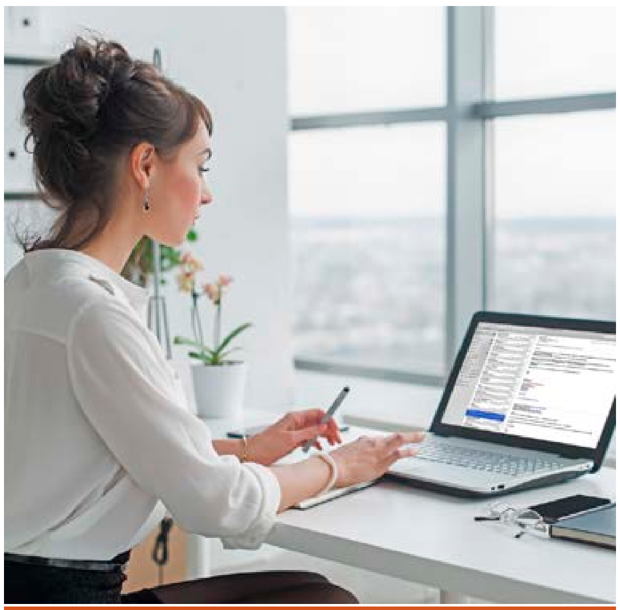
Upplýsingar um starfið veitir Jóhanna Eirný Hilmarsdóttir, skrifstofustjóri Innkaupaskrifstofu í síma 411 1111 eða í gegnum tölvupóstfangið johanna.eirny.hilmarsdottir@reykjavik.is

Umsóknarfrestur er til 12. júlí n.k. Umsókn skal fylgja starfsferilsskrá og kynningarbréf og skal skilað rafrænt á vefsíðu Reykjavíkurborgar: www.reykjavik.is/storf

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

Fyrirtæki ársins 2021

hagvangur.is HAGVANGUR



Við ráðum

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

Stjórnendaleit

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

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

Almennar ráðningar á markaði

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

Sveigjanleg nálgun

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

Matstæki

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

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

Ráðgjöf við starfslok

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

ráðum
ráðningarstofa

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

Viltu hjálpa okkur að vera **skrefi á undan?**

Við leitum að snillingi í beinum samskiptum (e. direct marketing)

Við höfum sett okkur markmið um að bæta og efla samskipti við viðskiptavini okkar. Við viljum byggja upp **einstakt viðskiptasamband**, auka virði og ánægju. Því leitum við eftir sérfræðingi í beinum samskiptum sem hjálpar okkur að ná markmiðum okkar.

Sérfræðingurinn vinnur náið með sölu- og þjónustuteymum og notar Salesforce Marketing Cloud. Starfið tilheyrir sölu- og markaðsdeild.

Helstu verkefni

- Taka þátt í að móta og innleiða samskiptastefnu VÍS
- Þróa, útfæra og viðhalda ferlum og kerfum sem styðja við stefnuna
- Þróa og viðhalda samskiptum í vegferð viðskiptavina í samvinnu við þjónustu- og markaðsteymi
- Þjálfa og efla starfsfólk í notkun Saleforce Marketing Cloud
- Þróa og hanna hnitmiðuð sniðmát fyrir samskipti í samstarfi við hönnuð
- Tengja samskiptaferli við markaðsstarf

Hæfni og þekking

- Framúrskarandi færni í samskiptum
- Geta skrifað með fyrirfram ákveðinni rödd eða tón
- Þekking á stafrænum markaðsmálum og markpóstum
- Reynsla af viðskiptatengsla-kerfum (CRM-kerfum eins og Salesforce)
- Agile vinnulag og teymisvinna

Menntun og reynsla

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Haldgóð reynsla í beinni markaðssetningu
- Haldgóð reynsla af CRM-kerfum

Það sem við höfum upp á að bjóða

- Við bjóðum þér að taka virkan þátt í að breyta tryggingum og fækka slysum
- Framúrskarandi vinnustað með einstaka vinnustaðamenningu
- Fyrirmyndarfyrirtæki með áherslu á jafnrétti
- Við bjóðum upp á nýsköpunarumhverfi og elskum hugrekki
- Við leggjum ríka áherslu á sjálfbærni því við vitum að það er framtíðin
- Tækifæri til þess að vaxa og dafna – í lífi og starfi

Við hvetjum öll sem uppfylla hæfniskröfur til að sækja um óháð kyni.

Umsóknarfrestur er **til og með 4 júlí**. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um störfin á vis.is/storf

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. Nánari upplýsingar veitir Guðmundur Óskarsson markaðsstjóri - gosk@vis.is

VÍS | 560 5000 | vis.is

Sveitarfélagið
HORNAFJÖRÐUR

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Sveitarfélagið Hornafjörður
vellíðan fyrir alla

Leikskólinn Sjónarhóll á Höfn í Hornafirði auglýsir eftir leikskólakennurum og leikskólaleiðbeinendum með M.Ed eða B.Ed í leikskólakennarafræðum eða öðrum uppeldisfræðigreinum.

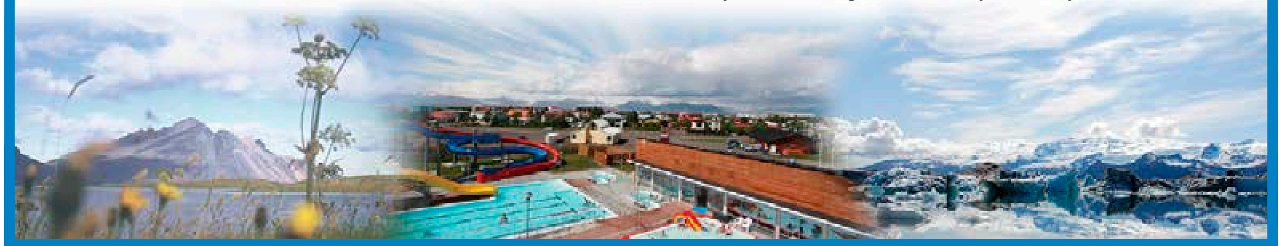
Helstu verkefni og ábyrgð:
Að vinna að uppeldi og menntun leikskólabarna samkvæmt starfslýsingu leikskólakennara eða leiðbeinanda þ.m.t. að taka þátt í skipulagningu faglegs starfs og foreldrasamstarfi.

Hæfniskröfur:
- Leikskólakennaramenntun eða önnur sambærileg uppeldismenntun.
- Reynsla af uppeldis- og kennslustörfum með ungum börnum æskileg
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð
- Góð íslenskukunnátta

Laun eru greidd samkvæmt samningum launanefndar Sveitarfélaga og viðeigandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 29. júní næstkomandi.

Umsóknir ásamt ferilskrá berist til Maríönnu Jónsdóttur leikskólastjóra á netfangið mariannaj@hornafjordur.is.



Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / www.hornafjordur.is

Við leiðum fólk saman

HAGVANGUR

Sérfræðingar í ráðningum

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

FAST Ráðningar

www.fastradningar.is

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í 50 ár

HAGVANGUR

LYFSALINN

LYFJAFRÆÐINGAR OG LEYFISHAFI Í NÝTT APÓTEK

Vegna opnunar nýs apóteks Lyfsalans í Reykjavík síðar á árinu óskum við eftir leyfishafa fyrir apótekið og lyfjafræðingum í fullt starf og hlutastarf.

Umsókn, ásamt ferilskrá, skal senda á netfangið svanur@lyfsalinn.is fyrir 15. júlí.

Lyfsalinn var stofnaður 2014 og rekur nú þrjú útibú í Reykjavík. Þau eru:

LYFSALINN GLÆSIBÆ LYFSALINN VESTURLANDSVEGI LYFSALINN URÐARHVARFI

www.lyfsalinn.is

Staða umsjónarkennara við Húnavallaskóla

Laus eru til umsóknar staða umsjónarkennara við 1.- 5. bekk Húnavallaskóla frá 1. ágúst 2021 til 31. júlí 2022.

Um er að ræða. 100% stöðu til eins árs vegna leyfis. Meðal kennslugreina er almenn kennsla í 1. – 5. bekk sem og dönskukennsla í 7. – 10. bekk. Í Húnavallaskóla grunnskóladeild er samkennsla árganga og teymiskennsla. u.þ.b. 33 nemendur sækja skólann. Í skólanum er góður skólabragur þar sem áhersla er lögð á samstöðu, vináttu og virðingu.

Hæfniskröfur:

- Leyfisbréf til kennslu á grunnskólastigi, starfsreynsla er æskileg.
- Jákvæðni og sveigjanleiki í samskiptum.
- Góðir skipulagshæfileikar og góð tölvukunnátta.
- Ábyrgð og stundvísi.
- Faglegur metnaður og sjálfstæð vinnubrögði.
- Áhugi á að vinna með börnum og unglingum.
- Góð íslenskukunnátta æskileg.
- Hreint sakavottorð.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands.

Umsóknarfrestur er til 6. júlí nk.
Umsókninni skal fylgja ferilskrá og staðfesting á kennsluréttindum.

Umsóknir sendast á netfangið:
skolastjori@hunavallaskoli.is eða til skólastjóra Húnavallaskóla, Húnavöllum, 541 Blönduós.

Nánari upplýsingar:
Sigríður B. Aadnegard í síma 455 0021 og 847 2664 eða í gegnum netfangið skolastjori@hunavallaskoli.is

Húnavatnshreppur

hunavatnshreppur.is

ÓSKAST TIL LEIGU

ÁTVR – Leiguhúsnæði óskast fyrir Vínbúð

Ríkiskaup fyrir hönd Áfengis- og tóbaksverslunar ríkisins óskar eftir að taka á leigu um 250-300 m² húsnæði fyrir Vínbúð á Egilsstöðum.

Húsnæðið mun skiptast að u.þ.b. 2/3 hlutum í verslunarsvæði og 1/3 hluta í lager og starfsmannaaðstöðu.

Húsnæðið þarf að fullnægja eftirfarandi kröfum:

1. Vera á skilgreindu verslunarsvæði.
2. Liggja vel við almenningssamgöngum
3. Umferð að og frá húsnæðinu skal vera greið.
4. Húsnæðið skal vera á jarðhæð.
5. Húsnæði bjóði upp á að vöruhurð opnist beint út á bakeða hliðarsvæði.
6. Góð aðkoma sé að húsnæðinu fyrir viðskiptavini og næg bílastæði (æskilegt að sérmerkja megi 10-15 stæði vínbúðinni).
7. Lögð er áhersla á gott aðgengi af bílaplani fyrir hreyfihamlaða og jafnframt þurfa að vera bílastæði fyrir starfsfólk.
8. Aðkoma að húsnæðinu fyrir flutningabíla með vörur skal vera góð.
9. Verslunarrýmið sé sem næst rétthyrnt (hlutföll rýmisins nálægt 3 á móti 2) og mega súlur, veggir eða annað ekki hamla yfirsýn um verslunarhluta húsnæðisins.
10. Húsnæðið verður að fullnægja öllum kröfum sem opinberar eftirlitsstofnanir og umsagnaraðilar gera til slíks og vera samþykkt af þeim.

Leigutími húsnæðisins er allt að 10 ár.

Húsnæðið skal afhenda samkvæmt samkomulagi og ræðst afhendingartími nánar af ástandi þess við afhendingu.
Leigutilboðum skal skila rafrænt í rafræna útboðskerfin TendSign eigi síðar en kl. 12:00, föstudaginn 9. júlí 2021. Ekki verður tekið við tilboðum eftir að tilboðsfresti lýkur, hvort sem er með rafrænum hætti eða bréflega. Bjóðendur eru því hvattir til að skila tilboðum tímanlega. Álag getur verið á rafræna kerfinu. Það er á ábyrgð fyrirtækis að svör berist innan tímafrests.

Fyrirspurnatíma lýkur 3. júlí 2021 og svarfrestur er til 5. júlí 2021.

Gögn þurfa meðal annars að innihalda eftirfarandi:

1. Staðsetning húsnæðis.
2. Teikningar af húsnæði.
3. Afhendingartími.
4. Ástand húsnæðis við afhendingu.
5. Leiguverð á mánuði án vsk og skal það innifela allan kostnað.
6. Upplýsingar um aðra starfsemi í húsnæðinu.
7. Kvaðir sem kunna að hafa áhrif á starfsemi Vínbúðar á svæðinu.
8. Fyrirsjáanlegar breytingar sem gætu haft áhrif á kröfuliði 1- 10 að ofan á leigutímanum.

Leiga á grundvelli þessarar auglýsingar er undanskilin lögum um opinber innkaup nr. 120/2016, sbr. a. lið 1. mgr. 11. gr.

Leiðbeiningar varðandi útboðskerfið er að finna á heimasíðu Ríkiskaupa.

Nánari upplýsingar má finna á www.utbodsvefur.is

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

ÓSKAST TIL LEIGU

ÁTVR – Leiguhúsnæði óskast fyrir Vínbúð

Ríkiskaup fyrir hönd Áfengis- og tóbaksverslunar ríkisins óskar eftir að taka á leigu um 500-600 m² húsnæði fyrir Vínbúð á Mjóddarsvæðinu í Reykjavík. Húsnæðið mun skiptast að u.þ.b. 2/3 hlutum í verslunarsvæði og 1/3 hluta í lager og starfsmannaaðstöðu.

Nánari afmörkun svæðis: Svæðið afmarkast af **Álfabakka, Stekkjarbakka, Skógarseli og Þverárseli.**

Húsnæðið þarf að fullnægja eftirfarandi kröfum:

1. Vera á skilgreindu verslunarsvæði.
2. Liggja vel við almenningssamgöngum
3. Umferð að og frá húsnæðinu skal vera greið.
4. Húsnæðið skal vera á jarðhæð.
5. Húsnæði bjóði upp á að vöruhurð opnist beint út á bak- eða hliðarsvæði.
6. Góð aðkoma sé að húsnæðinu fyrir viðskiptavini og næg bílastæði (æskilegt að sérmerkja megi um 20 stæði vínbúðinni).
7. Lögð er áhersla á gott aðgengi af bílaplani fyrir hreyfihamlaða og jafnframt þurfa að vera bílastæði fyrir starfsfólk.
8. Aðkoma að húsnæðinu fyrir flutningabíla með vörur skal vera góð.
9. Verslunarrýmið sé sem næst rétthyrnt (hlutföll rýmisins nálægt 3 á móti 2) og mega súlur, veggir eða annað ekki hamla yfirsýn um verslunarhluta húsnæðisins.
10. Húsnæðið verður að fullnægja öllum kröfum sem opinberar eftirlitsstofnanir og umsagnaraðilar gera til slíks og vera samþykkt af þeim.

Leigutími húsnæðisins er allt að 10 ár.

Húsnæðið skal afhenda samkvæmt samkomulagi og ræðst afhendingartími nánar af ástandi þess við afhendingu.

Leigutilboðum skal skila rafrænt í rafræna útboðskerfin TendSign eigi síðar en kl. 12:00, föstudaginn 9. júlí 2021. Ekki verður tekið við tilboðum eftir að tilboðsfresti lýkur, hvort sem er með rafrænum hætti eða bréflega. Bjóðendur eru því hvattir til að skila tilboðum tímanlega. Álag getur verið á rafræna kerfinu. Það er á ábyrgð fyrirtækis að svör berist innan tímafrests.

Fyrirspurnatíma lýkur 3. júlí 2021 og svarfrestur er til 5. júlí 2021.

Gögn þurfa meðal annars að innihalda eftirfarandi:

1. Staðsetning húsnæðis.
2. Teikningar af húsnæði.
3. Afhendingartími.
4. Ástand húsnæðis við afhendingu.
5. Leiguverð á mánuði án vsk og skal það innifela allan kostnað.
6. Upplýsingar um aðra starfsemi í húsnæðinu.
7. Kvaðir sem kunna að hafa áhrif á starfsemi Vínbúðar á svæðinu.
8. Fyrirsjáanlegar breytingar sem gætu haft áhrif á kröfuliði 1- 10 að ofan á leigutímanum.

Leiga á grundvelli þessarar auglýsingar er undanskilin lögum um opinber innkaup nr. 120/2016, sbr. a. lið 1. mgr. 11. gr.

Leiðbeiningar varðandi útboðskerfið er að finna á heimasíðu Ríkiskaupa.

Nánari upplýsingar má finna á www.utbodsvefur.is

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

ÚTHLUTUN ATVINNULEYFA TIL AKSTURS LEIGUBIFREIÐA

Samgöngustofa auglýsir laust til umsóknar 1 leyfi til leiguaksturs fólksbifreiða í Árborg.

Þau ein geta sótt um leyfi sem hyggjast stunda akstur leigubifreiðar að aðalatvinnu og hafa lokið námskeiði fyrir leigubifreiðastjóra. Til að öðlast leyfi þurfa umsækjendur að uppfylla leyfisskilyrði, skv. 5. gr. laga nr. 134/2001, sbr. reglugerð nr. 397/2003 um leigubifreiðar, með síðari breytingum.
Úthlutun leyfis fer fram á grundvelli starfsreynslu við akstur leigubifreiðar, sbr. 6. gr. reglugerðarinnar.

Umsóknareyðublöð má nálgast á heimasíðu stofnunarinnar www.samgongustofa.is.

Umsóknarfrestur er til og með 1. júlí nk.

Samgöngustofa
Sími: 480 6000 • www.samgongustofa.is

ÚTBOÐ

GARÐABÆR ÓSKAR EFTIR TILBOÐUM Í VERKIÐ:

**VETRARBRAUT – 1. ÁFANGI.
ARNARNESVEGUR – HNOÐRAHOLT
GATNAGERÐ OG LAGNIR**

Verkið felst í nýbyggingu á fyrsta áfanga Vetrarbrautar frá Arnarnesvegi að nýju hringtorgi við Hnoðraholt. Um er að ræða gerð gatna, gangstétta, stíga, holræsa og vatnslagna.

Verkinu skal lokið fyrir 15. mars 2022.

Útboðsgögn er hægt að nálgast á vef Garðabæjar, **www.gardabaer.is**.

Tilboð verða opnuð með rafrænum hætti á hjá Eflu hf, Lynghálsi 4, þriðjudaginn 6. júlí klukkan 14.00.

GARÐABÆR
gardabaer.is

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

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

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Aðalskoðun leiksvæða Reykjavíkurborgar 2021,** útboð nr. 15254

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

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

Sveitarfélagið
HORNAFJÖRÐUR

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Sveitarfélagið Hornafjörður

Útboð malbikun á Höfn og Nesjum

Sveitarfélagið Hornafjörður óskar eftir tilboðum í verkið:
Malbikun í Sveitarfélaginu Hornafirði 2021.
Um er að ræða yfirlagnir gatna, nýlagnir gatna og stíga ásamt viðgerðum á malbiki gatna.
Sjá nánar á heimasíðu sveitarfélagsins www/hornafjordur.is undir stjórnsýsla, útboð.

Útboðsgögn er hægt að nálgast hjá EFLU verkfræðistofu, miðvikudaginn 23. júní 2021 hjá elins@efla.is

Tilboð skulu hafa borist til Eflu verkfræðistofu, eigi síðar en mánudaginn 7. júlí 2021, kl. 13.00, þar sem þau verða opnuð.

EFLA Lyngháls 4 - Sími 412-6000

Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / www.hornafjordur.is

---

ÚTBOÐ

Akureyrarbær

Hlíðarfjall Akureyri

21296: REKSTUR HLÍÐARFJALLS

Ríkiskaup, fyrir hönd Akureyrarbæjar, óska eftir tilboðum í rekstur starfsemi í Hlíðarfjalli, nánar tiltekið heilsársrekstur á skíða- og útvistarsvæði.

Markmið Akureyrarbæjar er að Hlíðarfjall verði nýtt á sem fjölbreytilegastan máta fyrir samfélagið á Akureyri og gesti þess allt árið um kring. Rekstraraðili þarf að gera hópum og einstaklingum kleift að notfæra sér þá aðstöðu sem er í Hlíðarfjalli, innan þeirra marka sem reglur Akureyrarbæjar segja til um, hvort sem er í formi skemmtunar, fræðslu eða á annan hátt og skapa nýjum hugmyndum grundvöll.

Útboðið er auglýst á EES-svæðinu.

Boðið verður upp á vettvangsferð kl. 10:00, föstudaginn 9. júlí 2021. Skráningu skal senda á utbod@rikiskaup.is.

Fyrirspurnir varðandi verkefni 21296 skulu sendar rafrænt í gegnum útboðskerfið TendSign og verða svör birt þar. Fyrirspurnarfrestur rennur út laugardaginn 31. júlí en svarfrestur er til og með 5. ágúst 2021.

Tilboðum skal skila rafrænt í útboðskerfinu, eigi síðar en kl. 12:00, mánudaginn 9. ágúst 2021.
Tilboð verða opnuð kl. 13:00 sama dag.

Frekari upplýsingar um kröfur útboðsins eru aðgengilegar í rafræna útboðskerfinu TendSign, á vefslóðinni https://tendsign.is/.

Sjá nánar á www.utbodsvefur.is

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP

Útboð

Ný útboð í auglýsingu

Viðgerðir á gangstéttum - norðurbær
Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í viðgerðir á steyptum gangstéttum í norðurbæ Hafnarfjarðar 2021.

Viðgerðir á gangstéttum - suðurbær
Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í viðgerðir á steyptum gangstéttum í suðurbæ Hafnarfjarðar 2021.

Tilboðsfrestur er miðvikudagurinn 7.júlí 2021 kl. 10.

Nánar á:
hafnarfjordur.is

Hafnarfjörður

Útboð

Gatnagerð og lagnir í Hamranesi í Hafnarfirði

Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í gatnagerð, fráveitu- og neysluvatnslagnir, ásamt lögnum fyrir hitaveitu, rafveitu og fjarskiptalagnir vegna fyrirhugaðra framkvæmda við 2. áfanga í Hamranesi.

Verklok eru 1. maí 2022 með áfangaskilum 28. febrúar 2022. Útboðsgögn verða afhent rafrænt frá og með 29. júní. Ekki verður haldinn sérstakur opnunarfundur tilboða en bjóðendum verður tilkynnt um nöfn bjóðenda og tilboð. **Skilafrestur tilboða er 19. júlí 2021.**

Nánar á:
hafnarfjordur.is

Hafnarfjörður

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Auglýsing um breytt deiliskipulag í Kópavogi.

Frostaþing 1. Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 11. maí 2021 með tilvísan í 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi Frostaþings 1. Í gildandi deiliskipulagi er gert ráð fyrir tveggja hæða parhúsi með innbyggðri bílageymslu á lóðinni að hámarki 310 m2 að flatarmáli. Í breytingunni felst að gerður er kjallari undir húsinu með geymslu og tómstundarými samtals 138,8 m2 og tröppum á milli hæða. Auk þess er komið fyrir aðgengi út í garð um tröppur úr kjallara. Þá er gert ráð fyrir 15 m2 smáhýsi á lóðinni fyrir setustofu, saunu og salerni, steinsteyptu að hluta. Heildarbyggingarmagn á lóðinni eftir breytingu verður alls 445 m2.

Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:1000 ásamt greinargerð og skýringarmyndum dags. 3. maí 2021. Nánar er vísað til kynningargagna.

Byko við Skemmuveg. Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 22. júní 2021 með tilvísan í 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi lóðar Byko við Skemmuveg. Í breytingunni felst breytt afmörkun byggingarreits og aukning á byggingarmagni skrifstofuhúsnæðisins úr 2.450 m² í 3.450 m². Byggingarmagn núverandi vöruafgreiðslu og afgreiðslu á 1. hæð verður óbreytt 6.547 m² Við breytinguna verða bílastæði á svæðinu 627 talsins sem er fækkun um 8 stæði frá gildandi deiliskipulagi. Að öðru leyti er vísað í gildandi deiliskipulagsskilmála.

Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:1000 ásamt greinargerð og skýringarmyndum dags. 4. júní 2021. Nánar er vísað til kynningargagna.

Ofangreindar tillögur er aðgengilegar á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is. Ef óskað er eftir nánari upplýsingum um tillöguna er hægt að senda fyrirspurn á starfsfólk skipulagsdeildar á netfangið skipulag@kopavogur.is. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. Athugasemdir og ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulagsdeildar, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 15:00 þriðjudaginn 10. ágúst 2021.

Skipulagsfulltrúinn í Kópavogi

Kópavogsbær

kopavogur.is

EINBÝLI Grafarholt

113 Reykjavík

Stórglæsilegt 270 m² einbýlishús á tveimur hæðum neðan götu á einstökum útsýnisstað við náttúruparadísina í Grafarholtinu.

- Húsið er einstaklega vel skipulagt með stórum fallegum garði sem snýr í hásuður.
- Fallegar gönguleiðir í næsta nágrenni meðal annars við Reynisvatn og golfvöllinn í Grafarholti.
- Lóðin er 811 m² og er að hluta til hellulögð en að öðru leyti með grasi og gróðri.
- Heitur pottur er í garði fyrir framan hjónasvítu.

Nánari upplýsingar veitir:

Þröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
sími: 897 0634
throstur@miklaborg.is

MIKLABORG 569 7000 | Lágmúla 4 | miklaborg.is

Lækjarmelur 6

301 Akranes

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 27. júní
kl. 14.00 - 15.00

Fallegt 178 fm einbýli á einni hæð í Melahverfi Hvalfjarðarsveitar

- Tvöfaldur bílskúr með mikillri lofthæð
- Þrjú svefnherbergi
- Gólfhiti í öllu húsinu
- Töluvert endurnýjað að innan sem utan
- Heitur pottur á verönd
- Frábært fjölskylduheimili
- Stutt í leikskóla og almennings-samgöngur

Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

Verð: **59,9 millj.**

MIKLABORG 569 7000 | Lágmúla 4 | miklaborg.is

Fasteignasala Mosfellsbæjar

KJARNA - ÞVERHOLTI 2
• 6. HÆÐ
• 270 MOSFELLSBÆ
• SÍMI: 586 8080
WWW.FASTMOS.IS

Eyjabakki – 276 Mosfellsbær

Sumarbústaðalóðir við Eyjabakka í Kjós. Um er að ræða eignarlóðir sem standa við ána Sandá rétt við Meðalfells-vatn. Akstur frá höfuðborgarsvæðinu er 30-40 min. Stutt er í þjónustu og fallegar gönguleiðir. Á hverri lóð er heimilt að byggja eitt frístundarhús og eitt aukahús. Hámarks bygg-ingarmagn á lóð er 100 m2, þ.e. frístundahús og aukahús, aukahús skal þó ekki vera meira en 50 m2. **V. 6,3 m.**

Svanþór Einarsson
Löggiltur fasteignasali
svanthor@fastmos.is
S: 698-8555

Svanþór Einarsson
Lögg. Fast.
S: 698-8555

Svanþór Einarsson Löggiltur fasteignasali

Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
www.radum.is • radum@radum.is

RÁÐNINGAR

RÍKISKAUP AÐILI AÐ RAMMASAMNINGI

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna. Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

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

intellecta

TRAUSTI fasteignasala

Sími 546-5050

OPIÐ HÚS

HÁALEITISBRAUT 37 108 REYKJAVÍK

Aðalsteinn S: 767-0777
Kristján S: 867-3040

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. JÚNÍ KL. 17:00-17:30

Skemmtileg og rúmgóð 3ja herbergja 77 fm. íbúð á 4. hæð í góðu fjölbýli á vinsælum stað miðsvæðis í borginni. Glæsilegt útsýni af góðum suðursvölum og fögur fjallasýn norðanmegin. **Nánari uppl .veita Aðalsteinn s. 767-0777 og Kristján lgf. s. 867-3040**

Verð: 44,9 millj.

OPIÐ HÚS

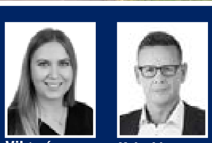
HRAFNHÓLAR 6 111 REYKJAVÍK

Viktoría s: 618-5741
Kristján S: 867-3040

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 28. JÚNÍ KL. 17:00-17:30

Vel skipulögð 4ra herbergja 121,1 fm. íbúð á 2. hæð í lyftu-húsi ásamt bílskúr á besta stað í Breiðholti. **Nánari uppl. veita Viktoría lgf. s. 618-5741 og Kristján lgf. s. 867-3040**

Verð: 48,9 millj.



OPIÐ HÚS

BÆJARGIL 114 210 GARÐABÆ

Garðar B. S: 898-0255

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 29. JÚNÍ KL. 18:00-18:45

Fallegt parhús á tveimur hæðum. Um er að ræða nokkuð endurnýjaða og vel skipulagða 4ra herbergja, 159,7 fm. eign á einum eftirsóttasta stað Garðabæjar. Góð hellulögð verönd og sérafgirtur garður. **Nánari uppl. veitir Garðar B. lgf. s. 898-0255**

Verð: 93,9 millj.

FASTEIGNASALAN TORG

Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

2020 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

520 9595

Fasteignasalan TORG   Garðatorgi 5   210 Garðabær   www.fstorg.is

kraftur • traust • árangur

Hafdís	Fasteignasali	820 2222
Sigurður	Fasteignasali	898 6106
Dórothea	Fasteignasali	898 3326
Þorsteinn	Fasteignasali	694 4700
Jóhanna Kristín	Fasteignasali	837 8889
Sigríður Rut	Fasteignasali	699 4610
Berglind	Fasteignasali	694 4000
Jón Gunnar	Fasteignasali	848 7099
Helgi	Fasteignasali	780 2700
Hrönn	Fasteignasali	692 3344
Hólmgeir	Lögmaður	520 9595
Þóra	Fasteignasali	822 2225
Þorgeir	Fasteignasali	696 6580
Hafliði	Fasteignasali	846 4960
Ragnar	Fasteignasali	844 6516
Darri Örn	Fasteignasali	767 0000
Elka	Fasteignasali	863 8813
Unnur Svava	Sölufulltrúi	623 8889

Kaldasel 8 — 109 Reykjavík

Verð: 99.900.000

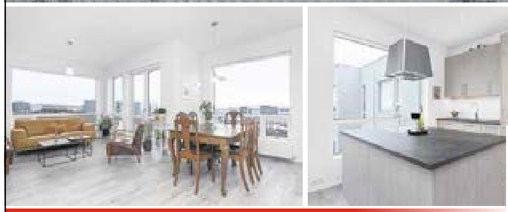
OPIÐ HÚS þriðjudaginn 29. júní kl. 17.30-18.00

Herbergi: 8   Stærð: 304 m²

Stórt og gott fjölskylduhús með góðri nýuppgerðri aukaíbúð með sérinngangi og innbyggðum bílskúr á eftirsóttum stað í Seljahverfi. Um er að ræða eign sem er skráð 304fm og þar af er bílskúrinn 42fm. Aðalbaðherbergi var uppgert 2020, aukaíbúðin var einnig uppgerð þá og nýlega er búið að skipta um gler að hluta, lagfæra tröppur og múrviðgera og mála húsið að utan. Eftirsótt staðsetning í Seljahverfi þar sem skóli og leikskóli eru í göngufæri.
Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

Sjónarvegur 22 — 210 Garðabær

74.900.000



HRINGIÐ OG BÓKAÐ SKOÐUN

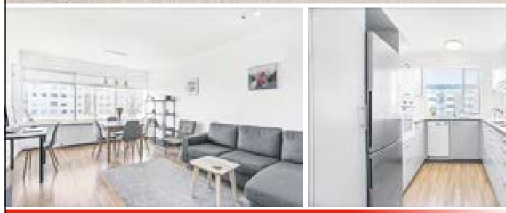
Herbergi: 4   Stærð: 115,4 m²

Glæsileg efri sérhæð á frábærum útsýnisstað efst í Urriðaholti í Garðabæ.

Um er að ræða eign sem er skráð 115,4fm. Sér inngangur, vandað efnisval s.s. Brúnás innréttingar, bæði baðkar og sturta á baðherbergi, þrjú svefnherbergi og mikið útsýni. Tvö bílastæði, hleðslustöð og sameiginleg hjóla og vagnageymsla. Rúmgóðar s/v svalir. Mjög stutt er í leikskóla og skóla sem og út í fallega náttúru.
Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

Álftamýri 48 — 108 Reykjavík

36.900.000



OPIÐ HÚS mánudaginn 28. júní kl. 18.30-19.00

Herbergi: 2   Stærð: 59,4 m²

Falleg og björt íbúð á annari hæð í góðu fjölbýlishúsi miðsvæðis í borginni.

Um er að ræða 2.herbergja eign sem er skráð 59,4fm og þar af er geymsla 4,5fm. Húsið var málað og múrviðgert 2016 og þak var endurnýjað 2005. Eldhús var uppgert 2014 og einnig raflagnir í íbúð og búið er að skipta um gler í íbúðinni (nema baðherbergi). Stutt er í alla þjónustu og staðsetning eftirsótt.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

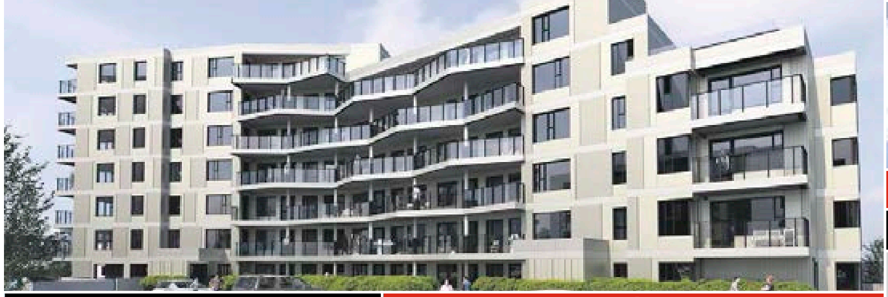
FASTEIGNASALAN TORG | BESTLA BYGGINGARFÉLAG | TVÍHORF arkitektar

NÝTT

ÁLALIND 18-20

201 KÓPAVOGUR

57 NÝJAR GLÆSILEGAR ÍBÚÐIR	10 ÍBÚÐIR Á 1.HÆÐ ERU MEÐ SÉRINNGANGI	
51 STÆÐI Í LOKUÐUM BÍLAKJALLARA	2 RÚMGÓÐIR BÍLSKÚRAR	AFHENDING VIÐ KAUPSAMNING



VERÐ FRÁ: 56.900.000 kr.

AÐEINS 4 ÍBÚÐIR ÓSELDAR

HERB.: 2ja -5 | **STÆ:** 51,8 – 203,6 m²

HRINGDU OG BÓKAÐU SKOÐUN

Glæsilegt nýtt fjölbýlishús í Glaðheima hverfinu í Kópavogi.

Húsið er stallað og eru það mismunandi 4ra, 6 eða 7 hæða. Allar íbúðir eru með aukinni lofthæð, 2,68 M. Húsið er staðsteypt, einangrað að utan og klætt og því einstaklega viðhaldslítið. Íbúðum er skilað fullbúnum án gólfefna nema á votrýmum og á forstofu, þar eru fallegar 60 x 60 flísar frá Álfaborg. Innréttingar eru frá Innréttingaframleiðandanum Voke-3 og eru almennt í ljósum lit með dökku uppbroti. Í eldhúsi fylgir spanhelluborð, bakaraofn frá AEG og gufugleypi frá Airforce/Elica. Undir vegghengdum efri skápum er innfræst ledlýsing. Sér þvottaaðstaða er innan 4ra og 5 herbergja íbúðanna. Í 2ja og 3ja herb íbúðunum er einstaklega góð aðstaða fyrir þvottavél og þurrkara í innréttingu.

Þorsteinn
Fasteignasali
694 4700

Berglind
Fasteignasali
694 4000

Geirsgata 4 — 101 Reykjavík

102.900.000

BÓKIÐ SKOÐUN

Herbergi: 3   Stærð: 119,1 m²

Glæsileg 3ja herbergja 119,1 fm íbúð (406) í lyftuhúsi við Geirsgötu 4, Hafnartorgi. Íbúðin er á fjórðu hæð á einu skemmtilegasta svæði miðborgarinnar. Í eigninni er aukin lofthæð með stórum björtum gluggum. Allar innréttingar og tæki eru sérvaldar af innanhúsarkitekt til að mynda eina stílhreina heild og eru öll tæki og tæknibúnaður fyrsta flokks. **Uppl. veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580**

Langalína 2, *íb.602*

210 Garðabæ

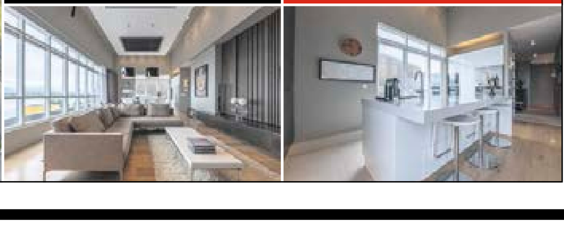
Sigurður fasteignasali gsm: 898 6106

HRINGIÐ OG BÓKIÐ SKOÐUN 898-6106

Stór glæsileg PENTHOUSE íbúð, hönnuð af Rut Kára. Íbúð með 68fm þaksvalir, og tveimur bílstæðum í bílakjallara. Glæsilegt útsýni er úr íbúðinni og af þaksvölum. Íbúðin er á efstu hæð í 6.hæða fjölbýlishúsi með lyftu í þessari vinsælu götu í Sjálandinu, Garðabæ. Íbúðin sjálf skiptist í anddyri, gesta salerni, 2 svefnherbergi, rúmgóðu baðherbergi með sturtu og baðkari, þvottaherbergi og aðalrými með stofu, borðstofu og eldhúsi ásamt útgengi á þaksvalir.
Upplýsingar veitir Sigurður fasteignasali í gsm: 898 6106

Herb.: 3   Stærð: 152,2 m²

Verð: 130.000.000



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími **588-9090** | **eignamidlun.is**

Elliðabraut 18

110 Reykjavík

Þakíbúð | 156,8 fm | 5 herbergi

129.000.000

Guðlaugur Ingi Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
864 5464

OPIÐ HÚS 28. júní kl. 17:00 -17:30

Hlíðarhjalli 8

200 Kópavogur

Einbýlishús með bílskúr | 253 fm | 7 herbergi

139.000.000

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882

OPIÐ HÚS 30. júní kl. 17:00-18:00

Snorrabraut 85

105 Reykjavík

Hæð | 213,4 fm | 7 herb.

94.900.000

Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
896 1168

OPIÐ HÚS
28. júní 17:00-17:30

Valshlíð 16

102 Reykjavík

Fjölbýli + bílskúr | 187.3 fm | 3 herb.

94.900.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

OPIÐ HÚS
29. júní 17:00-17:45

Grettisgata 79

101 Reykjavík

Útleiguherbergi | 83,7 fm | 4 herb.

TILBOÐ

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

Ránargata 46
101 Reykjavík

Fjölbýli · 86,7 fm · 4 herb.

57.900.000

Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
bjarni@eignamidlun.is
895 9120

Holtsgata 41
101 Reykjavík

Ósamþ. · 51.6 fm · 3 herb.

TILBOÐ

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

Kvisthagi 15
107 Reykjavík

4-býli · Rishæð · 4 herb.

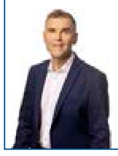
51.900.000

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
sverrir@eignamidlun.is
588 9090

Klukkurimi 59
112 Reykjavík

3ja herb. · 89,0 fm · 3 herb.

47.900.000



Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
thorarinn@eignamidlun.is
899 1882

Vindakór 9-11
203 Kópavogur

4ra herb +bílskýli · 135,0 fm · 4 herb.

69.000.000

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
thorarinn@eignamidlun.is
899 1882

Framnesvegur 7
101 Reykjavík

Viðskiptatækifæri – hús í leigu · 12 herb.

95.000.000

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur leigumiðlari, löggiltur fasteignasalii
hilmar@eignamidlun.is
824 9098

Tryggvagata 13
105 Reykjavík

Fjölbýli · 74,8 fm · 3 herb.

58.900.000

Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
896 1168

Vallarhús 14
112 Reykjavík

hæð og ris · 120,2 fm · 5 herb.

59.900.000

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
thorarinn@eignamidlun.is
899 1882

Rauðagerði 62
108 Reykjavík

Einbýli · 291,6 fm · 6 herb.

148.900.000

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

Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali og framkvæmdastjóri
824 9093

Guðlaugur I. Guðlaugsson
Löggiltur fasteignasali
864 5464

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
588 9090

Guðmundur Sigurjónsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
588 9090

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri
899 1882

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
777 2882

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur leigumiðlari og löggiltur fasteignasali
824 9098

Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
896 1168

Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
824 9096

Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
861 8511

Hreiðar Levy Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
661 6021

Herdís Valb. Hölludóttir
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
694 6166

Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
895 9120

Ólafur H. Guðgeirsson
MBA rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
663 2508

Gunnar Helgi Einarsson
Löggiltur fasteignasali
615 6181

Kári Sighvatsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
899 8815

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
867 0968

Lárus Ómarsson
Löggiltur fasteignasali
824 3934

Elvar Árni Lund
Löggiltur fasteignasali
693 3518

Jenný Sandra Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri
588 9090

María Guðrún Waltersdóttir
Ritari
588 9090

Ásdís Hrönn Júlíusdóttir
Ritari
588 9090

Til leigu!

Hafnarstræti 4

Skemmtistaður með bar og möguleika á veitingarsölu
Frábær staðsetning **í hjarta miðbæjarins**
Stærð hússins er **348,3 fm**
Skiptist í kjallara, tvær hæðir og rishæð
Leyfi fyrir **200 gesti**.
Staðurinn er uppsettur í samræmi við samþykktar teikningar frá 2020.

Nánari upplýsingar veitir:

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

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

EIGNAMIÐLUN

OPIÐ HÚS
6. júlí kl. 17:00-17:30

Pósthússtræti 5 230 Reykjanesbær

Fjölbýli ⟷ 112,6 fm 3 herb.

FRÁ: 55.900.000

Kári Sighvatsson
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali
kari@eignamidlun.is
899 8815

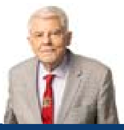
Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími **588-9090** | **eignamidlun.is**

EIGNAMIÐLUN

STAÐGREIÐSLA Í BOÐI

Einbýlishús í Vesturborginni óskast

Viðskiptavinur okkar leitar að 250-350 fm einbýlishúsi í Vesturborginni. Staðgreiðsla í boði.



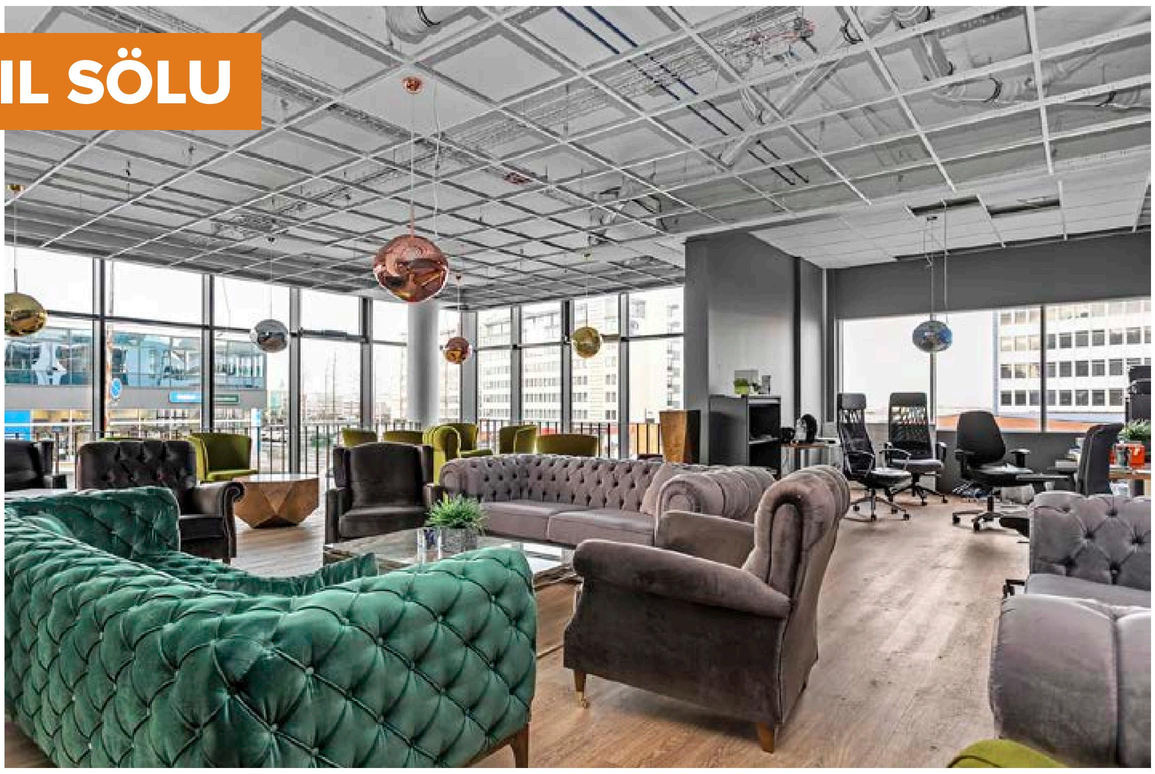
Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
sverrir@eignamidlun.is
588 9090

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími **588-9090** | **eignamidlun.is**

EIGNAMIÐLUN

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími **588-9090** | **eignamidlun.is**

TIL SÖLU



Ármúli 5

Til sölu er fasteign á besta stað í bænum með 28 herbergjum, fullkláruðum með innbúi.

Fasteignin er á þremur hæðum, herbergin eru á 2. og 3. hæð, en þar eru einnig veislusalir, móttaka og skrifstofur.

Verð 495.000.000 kr.

Stærð 1884,8fm

Gott tækifæri!

Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
824 9096
dadi@eignamidlun.is

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur leigumiðlari og löggiltur fasteignasali
824 9098
hilmar@eignamidlun.is

Við leiðum fólk saman

hagvangur.is

HAGVANGUR

EKKI LÁTA BITVARGINN ERGJA ÞIG Í SUMAR!
alva
NATURKOSMETIK
EFFITAN®
Skordýrafæla
Úði sem fælir frá og kemur í veg fyrir moskító, maura og flóa bit
VIRKNI STAÐFEST MEÐ RANNSÓKNUM
Án DEET
vegan
Samræmist alva skincare staðlinum*
Virk efni af náttúrulegum uppruna
Moustidose
ZONES TROPICALES ET À RISQUES
8h Haute efficacité*
SPRAY RÉPULSIF ANTI-MOUSTIQUES
Efficace aussi sur le moustique tigre
TROPICAL OR INFESTED AREAS INSECT REPELLENT SPRAY
ANTI-MOSQUITOES - EFFECTIVE ALSO ON THE TIGER MOSQUITOES - HIGH EFFICACY*
+30M
Laboratoires GILBERT
AFTER STINGS CARE
Moustidose
SOOTHING CREAM
With Boswellia serrata extract SOOTHING
Cooling effect
Insects and plants
✓HYPOALLERGENIC (1)
✓TESTED UNDER DERMATOLOGICAL AND PAEDIATRIC CONTROL (2)
1.35 fl. oz.
+0M
Laboratoires GILBERT

Rækileg sunnansæla

Jóhanna María Einarsdóttir
johannamaria
@frettabladid.is

Það gerist ekki oft að veðrið sé álitlegra á sunnanverðu horninu en fyrir norðan eða austan en það á víst að vera sól og blíða á sunnanverðu landinu í dag.

Það er víst að veðurguðirnir geta ekki blessað alla landvættina samtímis. Því er ekki hjólhýsaveður og ekki æskilegt að vera að ferðast langt frá borginni. En það má vel kíkja í smá bíltúr á suðvesturhorninu og skella sér í spássitúr í bæjunum þar eða úti í guðsgrænni náttúrunni.

Það má til dæmis kíkja upp í Reykjadal fyrir ofan Hveragerði og baða sig í hlýjum læk eða heilsa upp á hana Guðlaugu, heita pottinn í sjávarmálinu við Akranes. Esjan er að vanda sívinsæl til gönguferða en fjölmörg önnur fjöll er að finna á Suðurlandinu. Akrafjall er líka stórskemmtilegt til fjallgöngu sem og Hafnarfjall sem býður upp á yfir 800 metra hækkun og gríðarlegt útsýni yfir Borgarfjörðinn. Svo stendur Helgafell í Hafnarfirði alltaf fyrir sínu.

Grilllykt í loftinu

Vindinn á þó að lægja víðast hvar seinnipartinn og þá er um að gera að fýra upp í grillunum og skella einhverju góðmeti á olíubornar grindurnar. Fiskur hentar ekki síður á grillið en kjöt og þá koma risarækjur sterkar inn.

Risarækju- og ananastakó

- Risarækjur, stórar (um 21/25 í kílói)
- Ananas, ferskur
- Sriracha-sósa (og jógúrt eða majones)
- Mjúkar hveiti- eða maístakóskeljar

Meðlæti

- Kóríander
- Fetaostkubbur
- Tómatar
- Avókadó
- Romaine eða annað brakandi salat
- Grísk jógúrt
- Lime

Þíðið risarækjur, um tvær fyrir hverja takóskel. Skerið ferskan ananas í jafnmarga bita í svipaðri stærð. Þerrið rækjurnar og setjið í skál með ananasbitunum. Sprautið sriracha-sósu yfir og veltið rækjum og ananas um þar til sósan þekur hvern bita. Látið standa á meðan meðlæti er skorið. Ef þið viljið milda marineringuna er hægt að skella matskeið af grískri jógúrt eða majonesi út í blönduna.

Næst eru rækjurnar þræddar upp á grillspjót og ananasinn sömuleiðis. Hafið í huga að ananasinn þarf lengri tíma til að eldast. Svo er ekkert eftir nema að grilla á miðlungs/háum hita og njóta.

Gott er að bera fram með mjúkum takóskeljum úr hveiti eða maís, hituðum á pönnu eða á grillinu, söxuðu kóríander, söxuðum tómötum, niðurskornu avókadó, brakandi kálsalati, kurluðum fetaosti (ekki í olíu) og grískri jógúrt. Kreistið svo lime yfir allt.

Sunnudagur til sælu

Sunnudagurinn ætti að vera mildur, að minnsta kosti á höfuðborgarsvæðinu, og þá er um að gera að skella sér í menningarferð í Árbæjarsafn. Sunnudagur til sælu er yfirskrift sunnudagsins 27. júní á Árbæjarsafni en þá býðst gestum að upplifa ferðalag aftur í tímann. Dagskráin hefst klukkan 13 og stendur til klukkan 16. Starfsfólk safnsins klæðist fatnaði sem tíðkaðist á 19. öld og sinnir ýmsum störfum sem nauðsynleg eru á hverjum bæ. Húsfreyjan í Árbæ býður upp á nýbakaðar lummur, á baðstofuloftinu situr kona við tóskap og í safnhúsi sem nefnist Miðhús er prentari að störfum. Landnámshænurnar vappa um safnsvæðið og í haga eru kindur og lömb. Í Dillonshúsi er heitt á könnunni og heimabakað góðgæti. Ókeypis aðgangur fyrir börn, öryrkja og menningarkortshafa. Safnið er opið í allt sumar frá klukkan 10–17. ■

Gönguleiðin upp í Reykjadal er gullfalleg og þar má sjá fallega hveri vítt og breitt. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Rækjutakó klikkar ekki á grillið. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Það verður gaman að kíkja í Árbæjarsafn á sunnudaginn. MYND/LISA SHANNEN

FERÐAST Í SUMAR

Þriðjudaginn 1. júlí gefur Fréttablaðið út sérblaðið: Ferðast í sumar.

Fyrsta helgin í júlí er ávallt ein stærsta ferðahelgi sumarsins og ætlum við því að vera tilbúin fyrir ferðaþyrsta Íslendinga sem ætla að bruna um landið í leit að sól og gleði.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Áhugasamir auglýsendur geta haft samband við:
Jóhann Waage, sölu- og markaðsfulltrúa
Sími 550 5656 / johannwaage@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Bílar & Farartæki

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

SPA R bíll

Chrysler Pacifica Touring Hybrid. 12/2018 ekinn aðeins 12 þ. Km. 7 manna. Uppgefin drægni 53 km. á rafmagni. Leðursæti. Rafdrifnar hurðir og skott lok. Ofl fol. Verð: 6.890.000,-

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Bílar óskast

Óska eftir 100.000,-kr bíl. Aðeins bíll í toppstandi og skoðaður kemur til greina. Verður að vera á sumardekkjum. Uppl. í s. 4833568.

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Bátar

VEIDIPORTID
Grandagarður 3 • S: 552-9940
9,9hp 299.000.kr

SAIL
Gerið verðsamanburð!
www.veidiportid.is

Þjónusta

Garðyrkja

PROSTONE
» Jarðvinna
» Drenlagnir
» Hellulagnir
» Þökulagnir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

Bókhald

***Accountant**
Accountant ehf.
Laugavegi 178,
105 Reykjavík
S. 490-0095
info@accountant.is
www.accountant.is

Búslóðaflutningar

Gef tilboð í búslóðaflutninga í öllum stærðum. Áratuga-reynsla. Guðmundur. 864-7896

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

K2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
• FYRIRTÆKI
• FJÖLBÝLISHÚS
• SKIP
• VEITINGASTAÐIR

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

PROSTONE
» Smíðavinna
» Múrvinna
» Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

GLUGGA GERÐIN

Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.

Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Hafdals hótel við Akureyri

Nýlegt hótel, stór og góð herbergi. fallegt útsýni. 7. mín. akstursfjarðlægð frá miðbæ Akureyrar.
Bókanir á www.hafdals.is
Sími 898 8347

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

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

Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í mark hjá ÖLLUM í fjölskyldunni!

NORMX
Íslensk framleiðsla í 39 ár!

OPIÐ 10-14 Á LAUGARDÖGUM Í SUMAR!

Auðbrekku 6 200 Kópavogi Sími 565-8899 normx@normx.is

Húsaviðhald

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

RUNARMURARI.IS
Tröppuviðgerðir, Húsaviðgerðir, Þakmálning, Málning o.m.fl. runarmur@gmail.com S. 7743800

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Töfluskipti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

Önnur þjónusta

STARFSMENN
til fjölbreyttra starfa um lengri eða skemmri tíma

PROVENTUS
Starfsmannaþjónusta
551 5000
proventus@proventus.is
Ármúla 15, 108 Reykjavík
www.proventus.is

Keypt & Selt

Til sölu

mýranaut

Gæða ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

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

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

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

Upplýsingar í síma 782 8800

Kaupi gamla mynt, ísl. & erlenda brons, silfur og gullpeninga. Peningaseðla frímerki póstkort. Verðmet heil söfn. S. 615 2715.

Húsnæði

Húsnæði í boði

Ný, 60 fermetra íbúð á Selfossi til leigu. 160 þúsund á mánuði. Frekari upplýsingar í s. 895 5869.

3ja herbergja íbúð í Vesturbæ Reykjavíkur til leigu, laus fljótlega. Bílskúr með bílastæði getur fylgt. Uppl. í síma 8456140.

3ja herbergja íbúð í Þingholtunum með innbúi til leigu, er laus strax. Uppl. í síma 861-6841 milli kl. 16-18

3ja herb. íbúð til leigu, 90fm á Völlunum í Hafnarfirði. Uppl. í s. 892-0378

Atvinnuhúsnæði

Til leigu eða sölu 50 m2 bil + milliloft. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 109 þús.
S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Ábendingahnappinn má finna á BARNAHEILL.IS
ÁBENDINGALÍNA

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

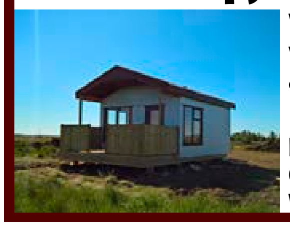
Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is

Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

Alla fimmtudaga og laugardaga
arnarut@frettabladid.is

Hafðu
það gott
í bústaðnum!

Konur klessa á veggi með tóman tank

Drífa Atladóttir og Hrafnhildur Sigmarsdóttir blanda saman austrænum fræðum jógavísinda við vestræn vísindi í námskeiðum og ferðum sem þær halda undir nafninu Íslenskar seiðkonur. Þær leggja áherslu á mýkt, mildi og að fólki sé ekki ýtt út í eitthvað sem það vill ekki.

Drífa Atladóttir og Hrafnhildur Sigmarsdóttir eru íslenskar seiðkonur. MYND/SUNNA BEN

„Hugmyndin að baki Seiðkonum var að okkur fannst vanta þessa nálgun, að blanda saman austrænum fræðum í jógavísindunum við vestræn vísindi og rannsóknir. Við erum báðar með akademískan bakgrunn. Drífa í uppeldis-, menntunar- og lýðheilsufræðum og ég í mannfræði og sálfræði og við vildum nýta þá styrkleika,“ segir Hrafnhildur.

Hún segir að nafnið komi frá konum sem voru taldar óstýrilátar, sjálfstæðar og oft á undan sinni samtíð .

„Okkur fannst nafnið fallegt og við vildum heiðra þessar konur,“ segir Drífa.

Þær eru með ólíkan bakgrunn og gera í raun allt aðra hluti dagsdaglega. Hrafnhildur starfar hjá Bjarkarhlíð við að aðstoða þolendur ofbeldis og Drífa rekur og á Jógastúdíó í Ánanaustum.

„Ég hef tekið eftir því í minni vinnu hversu miklu máli skiptir að vera með áfallamiðaða nálgun og það var eitthvað sem við Drífa vorum sammála um alveg frá upphafi. Að skapa öruggt rými þar sem fólk getur mætt til okkar algerlega á sínum forsendum. Það er engin krafa gerð um tjáningu eða að gefa upp ástæðu fyrir komu,“ segir Hrafnhildur og leggur mikla áherslu á orð sín.

Hún segir að þær leggi ekki einungis áherslu á andlega hlutann heldur einnig lífeðlisfræðileg ferli eins og taugakerfið þegar kemur að streitustjórnun og úrvinnslu áfalla. Þær leggja áherslu á að útskýra á mannamáli hvernig taugakerfið skiptist í drifkerfi og sefkerfi og hvernig áföll og erfið upplifun geta sett jafnvægi kerfanna úr skorðum.

Drifkerfið ofurnæmt og ráðandi

Hrafnhildur segir að margt í vestrænu samfélagi, eins og langvinn streita, áföll, kvíði, heimilisofbeldi og ofbeldi í nánum samböndum, geti haft þau áhrif að drifkerfi okkar verði ofurnæmt og ráðandi.

„Það eru fjölmargar rannsóknir sem sýna fram á að afleiðingarnar af því að vera með drifkerfið í sífelldri spennu eru þær að líkaminn getur þróað með sér fjölmarga heilsufarsbresti og örmagnast. Það er það sem er að gerast með svo margar konur í okkar samfélagi. Þær eru bara að klessa á veggi með algjörlega tóman orkutank,“ segir Hrafnhildur.

Drífa segir þær einbeita sér að konum. Það hafi ekki verið það sem þær ákváðu í upphafi en námskeiðin hafi þróast þannig og þeim þyki orkan sem fylgi konum sterk, heilandi og falleg.

„Við erum að hjálpa fólki að virkja hinn hluta taugakerfisins, sem er sefkerfið. Það virkar best þegar líkaminn er í algerri slökun og hvíld. Þá lækkar blóðþrýstingur og hægist á hjartslætti. Sefkerfið hjálpar líkamanum og huganum að búa til kjöraðstæður svo að líkaminn geti heilað sig sjálfur, gert við sig í friði,“ segir Drífa.

Þær nota bæði yin jóga og jóga nidra, sem eru gagnreyndar aðferðir til að virkja sefkerfið og kyrra drifkerfið. Þær nota einnig skálar, trommur, gong og áfallamiðaða hugleiðslu, sem þýðir að ekki er um að ræða beinskeitt, afgerandi eða krefjandi inngrip.

Lovísa Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Fá aðstoð við tjáningu

„Það er gert ráð fyrir því að þú hafir upplifað eitthvað erfitt og okkur ber að nálgast þig þannig,“ segir Hrafnhildur.

Drífa segir að þannig skapi þær aðstæður þar sem tilfinningaúrvinnsla geti farið fram á eigin forsendum fólks í öruggu rými.

„Það er svo valdeflandi þegar þú færð að gera hlutina á þínum forsendum. Ekki að þér sé stillt upp í hópi og þú krafin um einhverja tjáningu. Það er mörgum óþægilegt og þegar þú hefur lent í áfalli getur það haft þau áhrif að þú bara mætir ekki aftur,“ segir Drífa.

Þær segja að hafi fólk þörf á að tjá sig eða fá aðstoð við krefjandi tilfinningar eða upplifun, þá leggi þær áherslu á að vera til staðar þegar viðburði eða námskeiði lýkur.

„Þar kemur fagþekking okkar og sérfræðikunnátta að góðum notum. Oftar en ekki hef ég bent konum á að panta tíma hjá okkur í Bjarkarhlíð og þar er hægt að greina vandann í öruggu rými og koma fólki í viðeigandi stuðningsúrræði ef það kýs svo,“ segir Hrafnhildur og Drífa tekur undir það.

„Fólk kemur til okkar á sínum forsendum og vinnur þar af leiðandi einnig á sínum forsendum og þess vegna koma sumar konur aftur og aftur. Það er svo fallegt að sjá hvernig fólk er að hjálpa sér sjálft,“ segir Drífa.

Spurðar hvernig viðburðum þær standa fyrir, segja þær að það séu stakir viðburðir, námskeið, og utanlands- og innanlandsferðir.

„Við stöndum, meðal annars, fyrir námskeiði sem heitir Seiðkonuhringur. Það námskeið snýst um kerfisbundna eftirtekt og afvopnun á krefjandi tilfinningum í öruggu rými og er ákveðið þema tekið fyrir í hverjum tíma,“ segir Hrafnhildur.

Þær segja að vegna Covid-19 hafi þær auðvitað ekki komist í utanlandsferðirnar, en í staðinn hafi þær skipulagt ferðir í Sólheima í Grímsnesi þar sem konur geta dvalið heila helgi, endurnært sig og hlaðið.

„Þar tökum við námskeiðið okkar, Seiðkonuhring, á styttri tíma og dagskráin er þéttari, mikið er í boði, nóg af hvíld og maturinn æðislegur,“ segir Hrafnhildur.

Engin jóga-staðalímynd

Þær segja að fólk þurfi ekki að vera andlega þenkjandi til að koma á

Drífa og Hrafnhildur nota trommur í vinnu sinni með konunum sem koma á námskeiðin þeirra. MYND/SUNNA BEN

Þær segja að það eigi ekki að ýta fólki út í að gera upp erfið áföll. MYND/SUNNA BEN

Þær nota einnig gong á námskeiðunum MYND/SUNNA BEN

námskeiðin, eða uppfylla einhvers konar fyrirfram ákveðna formgerð af fólki sem stundar jóga.

„Við rekum okkur oft á að það séu skilaboðin þarna úti, að þú þurfir að vera svo rosalega andlega þenkjandi, vegan og allur pakkinn til þess að stunda líf í jóga-anda, en það er ekki rétt. Allir hafa þörf fyrir hvíld og endurheimt á orku. Þú getur verið í jóga og haft áhuga á því án þess að vera nokkuð andlega sinnaður og hvatinn getur verið bara að vinna með taugakerfið,“ segir Hrafnhildur.

Þær segja að öll nálgun á námskeiðum þeirra felist í áfallamiðaðri hugleiðslu og hreyfingum og það sé stöðug áhersla á að gera það í mýkt og mildi. Aukið tilfinningalæsi er lykillinn að því að losna við erfiðar tilfinningar.

„Það er ekkert verið að ýta fólki í að gera upp erfið áföll. Svoleiðis vinna á að eiga sér stað hjá sérhæfðum fagaðilum og heilbrigðiskerfinu. Góður ásetningur, heillandi skrípaleikir eða ofmat á eigin ágæti eru ekki næg forsenda til að vinna með fólki sem er að vinna úr áföllum. Þegar kemur að því að aðstoða fólk við úrvinnslu flókinna áfalla og alvarlegra geðraskana verða leiðbeinendur að þekkja takmörk sín og vísa til fagaðila,“ segir Hrafnhildur og bætir við:

„Við leggjum áherslu á að tilfinningar líkt og reiði, skömm, kvíði og vanlíðan megi koma upp. Þetta eru tilfinningar sem eru orðnar allt of neikvætt gildishlaðnar, sem er miður, því þær eru eðlilegar og eru bara tilfinningar sem eru partur af eðlilegri og heilbrigðri tilfinningaflóru. Okkur ber að þekkja þær og leyfa þeim að koma til okkar. Tilfinningar eru bara upplifun. Þær eru ekki einkennandi fyrir okkur, heldur eru þær einungis lýsandi fyrir það sem þú ert að upplifa hverju sinni og við eigum ekki að hræðast þær, heldur þekkja þær svo við getum gripið til heilbrigðra bjargráða þegar þær koma til okkar með offorsi.“

Hún segir að úrvinnsla erfiðra tilfinninga krefjist alltaf hugrekkis og finnst það mikil forréttindi að fá að starfa við þetta með konum á Íslandi, bæði í Bjarkarhlíð og með Seiðkonum.

Næsta ferð Seiðkvenna á Sólheima í Grímsnesi verður 27. til 29. ágúst. Viðburðir og námskeið hefjast með haustinu og allar nánari upplýsingar er að finna á islenskarseidkonur.is ■

Takmarkalaust Ísland

Valsmenn bjóða frítt á völlinn

Í tilefni afléttingu allra takmarkanna innanlands þá ætlar Knattspyrnudeild Vals að **bjóða ÖLLUM frítt á leik Vals og Fylkis** sem fram fer á Origovellinum Hlíðarenda á sunnudag kl 19:15.

Í Fjósinu verður Hamingjustund (happy hour) og Fálkarnir sjá um grillið.

Um leið og við hvetjum alla til að mæta á völlinn og fagna þessum tímamótum þá beinum við því sérstaklega til allra Valsmanna og meyja að mæta í rauðu og fjölmenna á völlinn.

Áfram Valur!

Fögnum frelsinu!

pepsi MAX DEILDIN

VALUR
FYLKIR

SUNNUDAGINN
27. JÚNÍ

ORIGOVELLINUM
KL. 19:15

Ljósmynd: fótbolti.net

Kuldinn er auðlind

Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser@hringbraut.is

Ásamt fámenninu, sjálfri náttúrunni og hversdagslegu argaþrasinu er kuldinn ein helsta auðlind Íslendinga. Einmitt þau mikilvægu forréttindi að vera hrollkalt á víðavangi fremur en að leka niður í svælu og hitabrælu.

Kuldinn hefur haldið lífi í íslenskri þjóð frá því eyjan fannst, haldið henni við efnið, komið henni á hreyfingu, hvatt hana til vinnu og krafið hana um úrlausnir, ýmist þær að grafa sig í fönn á heiðum uppi eða að moka öllum mannskapnum ofan í mold og mó, hvort heldur er á nesjum úti eða fram til dýpstu dala með klömbruhleðsluna allt í kring og torfið sperrt að ofan.

Síðar meir kom bárujárnið, séríslenskur skjöldur þjóðarinnar gegn þeim rjúkandi blauta vindi sem kallast úrkoma, vægast sagt, en er hraglandi í raun og sann, keyfandi steglingsfjandi.

Og loks var jarðvarminn lagður í hús, uppgötvun sem engri annarri þjóð en gegndrepa eyjarskeggjum hefði komið til hugar eftir veðurderring aldanna, nepjuna og næðinginn.

Íslandssagan fjallar í sem fæstum orðum um það að halda á sér hita. Komast af í köldu landi.

▣

Fátt er í rauninni ómerkilegra en að liggja marflatur á hvítri strönd, undir stórhættulegri og ágengri sól á hæsta himni og geta sig ekki hreyft og hrært sakir svækju og andnauðar, illa þefjandi og svitastorkinn – og hvað þá staðið undir sjálfum sér vegna svima og ógleði, svo og sviða í augum.

Hvergi er manneskjan tilgangslausari en svona á sig komin.

▣

Í sveitinni heima á Ströndum, þegar morgungrautnum sleppti, settu menn undir sig hausinn í dyragættinni í litla og lágreista moldarkjallaranum í sömu mund og þeir blésu hvasst í lófana, en héldu svo

> **Eftir margra ára ráf um reginbálka landsins höfum við fjallafélagarnir komist að þeirri vísindalegu niðurstöðu að gönguhiti má ekki vera nema tíu gráður, helst átta, jafnvel sex.**

út í óblíðan júlídaginn, hráslagafullan og nöturlegan, með köldu slátt í vöngum.

Og erindið var einbeitt. Að kappsfull vinnan kæmi einhverjum hita í skrokkinn. Og þess þá heldur að tekið væri til hendinni.

Afköstin voru eftir því. Sumarkuldinn var vinnuhvetjandi, örvandi, ertandi. Og kannski eins gott. Ella fraus í æðum blóð.

▣

Af og til verður mér hugsað til þessara stunda í íslenskum sveitum á síðari tíma arki mínu um íslensk fjöll og firnindi. Svo sem einn miðsumardaginn á Hornströndum um árið, en þá hafði sunnanþeyrinn leikið um björg og bala um nokkurra daga skeið uns veðrið sneri áttum, skyndilega, svo skall á með norðanbrælu og njóðaskratta.

Eitthvað hreyfði hún nú við manni og greikkaði skrefin, kuldaskrælan sú arna. Og þegar komið var miðja vegu upp í Hafnarskarðið á milli Háumela og Veiðileysufjarðar byrjaði að snjóa.

Þetta var fyrsta helgin í júlí. Það gránaði í fjöll. Það var tveggja stiga frost.

Og maður hugsaði sem svo í sömu svipan og augunum var blimskakkað yfir Hælavík og Hornvík í norðri að hér hafi menn ekki legið í leti á öldum áður. Og fráleitt svo. Hornstrendingar voru auðvitað harðduglegt fólk sem vann í kapp við tímann af því að veðrið bannaði því allar bjargir, svo oft og iðulega – og stundum lét sumarið bíða eftir sér, lengi vel – og stundum kom það ekki.

▣

Gekk Vatnaleiðina á austanverðu Snæfellsnesi um daginn í góðra vina hópi. Þriggja daga þjakk. Um heiðar, dali og skörð. Framhjá Hlíðarvatni, Hítarvatni, Langavatni, Vikravatni og allt að Hreðavatni, fimmtíu kílómetra stjákl, um tvö þúsund metra hækkun, þrír dagar, með pokann á bakinu, kakó á brúsa og malinn fullan af lifrarpylsu, harðfiski og flatbrauði, þessari heilögu þrenningu sem haldið hefur lífi í landsmönnum – og gigtinni í skefjum.

Morgnarnir eftirminnilegir. Eftir albjartar júnínæturnar. Kuldinn kom manni af stað og ekkert verið að tvínóna við að taka saman tjaldið og aðrar manns föggur. Og kaldir fingur kunna sín ráð.

Fyrri nóttina var einnar gráðu hiti. Seinni nóttina var fjögurra gráðu hiti.

Altso, íslenskrar júnínætur. Dæmigerðar.

Vikuna fyrir Jónsmessu.

Hásumar.

▣

Eftir margra ára ráf um reginbálka landsins höfum við fjallafélagarnir komist að þeirri vísindalegu niðurstöðu að gönguhiti má ekki vera nema tíu gráður, helst átta, jafnvel sex. Tveggja stafa hitatölur eru göngufólki aðeins til ama og trafala, draga úr því mátt, letja það til að taka tindana tvo, fremur en einn, eða engan.

Það er ekkert sem ýtir eins vel við manni og vindkæling og verulegur þræsingur. Hvort tveggja hleypir kappi í kinn. Maður á að ganga sér til hita.

▣

Lenti í því um árið að rápa niður Lónsöræfin í einhverri þeirri mestu hitabylgju sem riðið hefur yfir sunnanverða Austfirði. Mælarnir þöndu strikin upp í 27 gráður sem var staðfest hitamet á Eyjabökkum í upphafi túrsins. Á þriðja degi, þegar förinni var beint niður Kollumúlann, var hnúkaþeyrinn svo kæfandi að stöku manni lá við yfirliði.

Þá hefði nú kuldinn verið kræsilegri. Og hans var sárt saknað.

▣

Og gott ef það var ekki síðasta sumar á lalli upp á Súlur í útlitsfögrum Eyjafirði sem ég ætlaði bara ekki að hafa það af. Á göltri neðan úr Lamba fram á Glerárdal í 25 gráðu hita og stafalogni var svo komið fyrir karli að hann átti erfitt með andardráttinn, farinn úr hverri spjör að ofan, gegnheitur, deigrakur.

Og hitinn letur. Fann það svo sannarlega. Hábölvaður hitinn.

Og þar sem brattinn efra var hvað harðastur var þolið byrjað að bila. Aldrei þessu vant var maður að bugast. En samt undir rest, löðrandi í svita og með óbragð á vörum, var toppnum náð, með herkjum.

Steig svo á vigtina niðri í sundlaug síðdegis. Hafði misst fjögur kíló. Meira en nokkru sinni eftir erfiði af þessu tagi. Vanari fjallamenn segja það vera á mörkunum. Og öllum er þeim, vel að merkja, illa við hita.

▣

Kuldinn er auðlind. Hann hefur verið helsta hreyfiafl þjóðarinnar frá því Ísland byggðist. Einmitt, Ísland. Og það er ekkert athugavert við það nafn.■

Höfundur er sjónvarpsstjóri Hringbrautar, sem rekin er af Torgi, sem jafnframt gefur út Fréttablaðið.

GALWAY Garðborð. Grá borðplata, svartir fætur. Ø120 cm. 89.900 kr. **Nú 67.425 kr.**
RECLIPS Garðstóll. Svartur eða grár. 34.900 kr. **Nú 26.175 kr.**

ECLIPSE Garðborð. 200x110 cm. Sporöskjulaga. Bambus. 199.900 kr. **Nú 149.925 kr.**
CANNES Garðstóll. Græn seta, viðarfætur. 19.900 kr. **Nú 14.925 kr.**

ESRUM Blómapottur. Plast. Ø38 x H34,5 cm.
5.495 kr. **Nú 4.121 kr.**

NARKE Sólbekkur á hjólum. Stillanlegur.
L186 cm. 46.900 kr. **Nú 35.175 kr.**

FLOGAN Vagn á hjólum. Gúmmíviður og málmur.
L92 x B52 x H78 cm. 57.900 kr. **Nú 43.425 kr.**

BORGIO V2 2ja sæta + legubekkur. Polyrattan. L249 x D152 cm. 209.900 kr. **Nú 157.425 kr.**

ALMA Hægindastóll. Stillanlegur.
74.900 kr. **Nú 56.175 kr.**

©ILVA áskilur sér rétt að leiðrétta auglýsar villur.

LILIUM Sessa 50x50 cm. 4.495 kr. **Nú 3.371 kr.** Sessa 40x40 cm. 2.995 kr. **Nú 2.246 kr.**
Púði 50x20 cm. 3.495 kr. **Nú 2.621 kr.**

CONCORDE XL Garðborð. Grátt duraboard, álfætur. 100x189/253 cm. 134.900 kr. **Nú 101.175 kr.**
RENA Garðstóll. Staflanlegur. 16.900 kr. **Nú 12.675 kr.**

RISI Garðsett. Borð + 2 stólar. 39.700 kr. **Nú 29.775 kr.**

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
mánudaga - föstudaga 11:00-18:30, helgar 12-18

ILVA Akureyri Mánudaga - föstudaga 11-18,
laugardaga 10-17, sunnudaga 13-17

netgíró
VALITOR

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND

Merkisatburðir

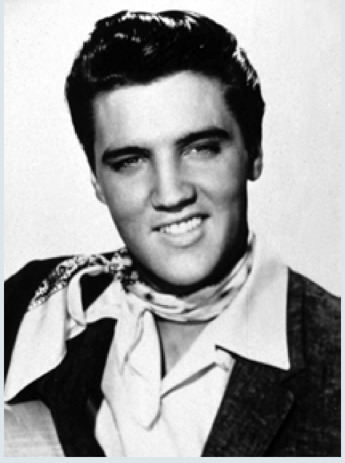
1823 Kötlugos hefst með stórhlaupi úr Mýrdalsjökli sem skemmir jarðir í Mýrdal og Álftaveri.

1921 Kristján X., konungur Íslands og Danmerkur, kemur í heimsókn til landsins.

1928 Boranir hefjast eftir heitu vatni í Laugardal í Reykjavík.

1977 **Elvis Presley** kemur í síðasta sinn fram á tónleikum.

1992 Danmörk vinnur Evrópukeppni karla í knattspyrnu með 2-0 sigri á Þýskalandi.



Söfnunin tekur á sig ýmsar myndir. Hér er Viktor Pétur með risahvönn. MYND AÐSEND

Bronsgular rætur, dimmblá ber

Litir jurtaríkisins eru helsta viðfangsefni Viktors Péturs Hannessonar myndlistarmanns. Hann opnar í dag sýninguna Borgarfjarðarblómi í Hallsteinssal, í Safnahúsinu í Borgarnesi.

gun@frettabladid.is

„Ég er loks búinn að ramma inn. Þetta eru 50 verk af öllum stærðum og gerðum. Það minnsta er 20x30 en það stærsta 2,5 metrar á lengd, það er aðallega byggt á rabarbarastilkum og einu bláberi," segir Viktor Pétur Hannesson myndlistarmaður, rétt áður en hann byrjar að stilla upp verkum sínum í Safnahúsinu í Borgarnesi. Sýningin Borgarfjarðarblómi er opnuð þar í dag.

Viktor segist oft hafa haft viðkomu í Borgarfirði á undanförnum árum á ferðavinnustofu sinni, Afleggjaranum, – sem er húsbíll. „Í öllu sem ég geri í myndlistarmálum er keppikefli að sækja efnivið í umhverfið og ég byrjaði að fikta með plöntur 2017." Áður hafi hann fengist við matargerð úr íslenskum jurtum með félaga sínum. Við undirbúning að hátíð til heiðurs njóla hafi hann viljað gleðja félagann með mynd af þurrkuðum njólablöðum á kartoni en tímaskortur orðið til þess að hann tók hitapressu í þjónustu sína. „Þegar ég opnaði pressuna eftir hálftíma var blaðið soðið í sundur en undir var eiturgult prent, miklu fallegra en myndin mín hefði getað orðið. Ég hef verið í grafíktilraunum síðan og litapallettan farið sístækkandi."

> ”
> Ég tek ekki blóm sem vaxa bara á stangli og hef líka bara vissan tímaglugga til að sækja liti í ákveðnar plöntur.

Viktor Pétur útskrifaðist af myndlistarbraut Listaháskólans árið 2012 og lýkur námi við listfræðideild HÍ í haust. Hann segir námið gefa honum sjálfsöryggi til að fara eigin leiðir í listsköpuninni og þessi aðferð henti honum vel. „Á þennan hátt kynnist ég flórunni og eignast gott samband við jurtirnar. Efniviður minn getur verið allt frá bronsgulum njólarótum að vori til dimmblárra krækiberja á hausti. Hvatinn er liturinn og magnið, ég tek ekki jurtir sem vaxa bara á stangli. Hef líka bara vissan tímaglugga til að sækja liti í ákveðnar plöntur. Ekki get ég farið út í búð að kaupa þá heldur verð að bíða í tæpt ár."

Sýningin verður opin milli 13 og 18 virka daga og 13 til 17 um helgar. ■

✝

Elsku besta Solla okkar,

Sólveig Katrín Hallgrímsdóttir

Akurgerði 21, Akranesi,

lést af slysförum á gjörgæsludeild Landspítalans þann 17. júní. Útförin fer fram frá Akraneskirkju fimmtudaginn 1. júlí kl. 13. Athöfninni verður streymt á www.akraneskirkja.is

Sölvi Jón Sævarsson
Rachel Emily Cooper
Hallgrímur V. Jónsson
Supannee Runarun
Ása Arnfinnsdóttir
Gylfi Jónsson
Tinna Hallgrímsdóttir
Erla Arnbjarnardóttir
Ólafur Lárus Gylfason
Einar Ágúst Gylfason
fjölskyldur og vinir.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er

Sverrir Einarsson www.utforin.is Jóhanna Eiríksdóttir
ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

Nærgætni, hlýja og virðing Við andlát ástvinar

ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn
Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Útfararþjónusta í yfir 70 ár
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

✝

Móðir mín, tengdamóðir, amma okkar og langamma,

Guðrún Ólafsdóttir

Víðilundi 20, Akureyri,

lést þann 6. júní. Útförin fór fram í kyrrþey 22. júní síðastliðinn.

Heiða Hrönn Hreiðarsdóttir
Arnar Eyfjörð
Erika Mist Arnarsdóttir
Urður Ylfa Arnarsdóttir
Viktor Samúelsson
Ýmir Hugi Arnarsson
Klara Fanndís Sonjudóttir
Tinna Lind Helgadóttir

✝

Kær frænka okkar,

Eva Ólafsdóttir

lést föstudaginn 28. maí á Landspítalanum. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Margrét Ákadóttir
Merete Sveistrup
Vikar Pétursson
Jakob Jakobsson
Ásmundur Jakobsson
Aðalbjörg Jakobsdóttir
Steinunn Jakobsdóttir

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Jónas Blöndal

lést á heimili sínu þann 19. júní. Útförin fer fram frá Árbæjarkirkju þann 1. júlí kl. 11. Vefstreymi frá athöfninni verður aðgengilegt á slóðinni www.arbaejarkirkja.is.

Sigríður Guðráðsdóttir Blöndal
Magnús Blöndal
Bryndís Magnadóttir
Hjörtur Blöndal
Eyrún Þórðardóttir
Hjálmar Diego Haðarson
Sigrún Fossberg
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

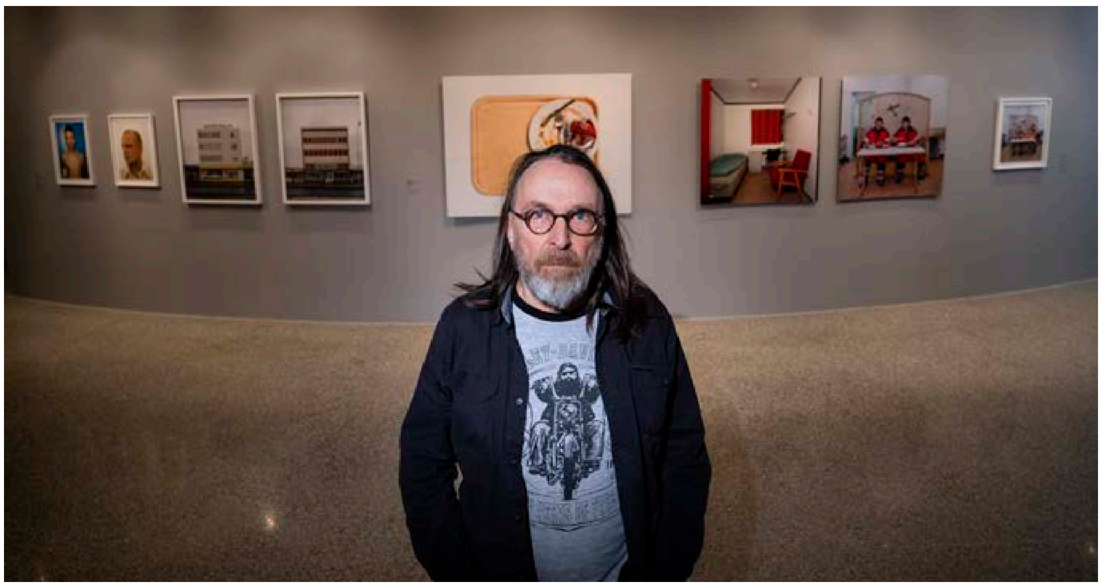
Þökkum samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu, móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Aðalheiðar Sigvaldadóttur

Mánatúni 9.

Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki Hlíðabæjar, Vitatorgs og Sóltúns, fyrir einstaka fagmennsku og alúð.

Gunnar Heiðar Guðjónsson
Anna Guðbjörg Gunnarsdóttir
Daði Björnsson
Guðmundur Ingi Gunnarsson
Patrizia Cipriani
Elín Heiður Gunnarsdóttir
Davíð Jens Guðlaugsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Spessi í Myndasalnum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Sögustund, músík og myndasýning

Eyþór Gunnars og Óskar Guðjóns spila lög eftir Jón Múla í Myndasal Þjóðminjasafns á morgun og Spessi ljósmyndari er með stutta leiðsögn á yfirlitssýningu sinni.

gun@frettabladid.is

„Það sem ég legg til þessarar dagskrár er smá saga um mynd á sýningunni minni. Hún tengist Jóni Múla, sem hefði orðið 100 ára í ár,“ segir ljósmyndarinn Spessi. Þar er hann að ræða um viðburð á eigin sýningu í Myndasal Þjóðminjasafns milli klukkan 14 og 15 á morgun, 27. júní.

„Það var þannig að Óskar Guðjónsson saxófónleikari setti saman hljómsveitina Delerað til að spila lög Jóns Múla í djössuðum útsetningum inn á hljómdisk og bað mig að myndskreyta plötuumslagið. Sú hugmynd endaði mjög stór og dálítið ævintýraleg. Þá sögu ætla ég að segja á morgun,“ segir Spessi. „En á umslaginu lentu ýmsir sem áttu leið um meðan á töku stóð, til dæmis tveir mormónar og Didda skáldkona. Jón Múli varð auðvitað að mæta og hann kippti með sér æskufélaga, Birgi Möller, þeir stilltu sér upp utan við Bókabúð Braga sem þá var á Vesturgötunni.“

Eftir frásögnina munu Óskar og Eyþór Gunnarsson spila lög eftir Jón Múla af sinni alkunnu snilld, að sögn Spessa. „Það er flygill í salnum, hann verður dreginn út á gólf og Óskar getur labbað um með saxófóninn. Það er fínt sánd þarna, mjög fínt.“ ■

Jón Múli mætti í myndatökuna með æskuvini sínum, Birgi Möller. MYND/SPESSI

---

†

Ástvinur minn og faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Kjartan G. Magnússon

læknir,

lést mánudaginn 21. júní. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 8. júní kl. 15.00. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast Kjartans er bent á Bergið headspace.

Maria Teresa Gonsalves
Sveinn Kjartansson **Lára Pálsdóttir**
Júlíana Elín Kjartansdóttir **Jósef Ognibene**
Jóhann Kjartansson **Ingilaug Erlingsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Þökkum innilega auðsýnda samúð vegna andláts og útfarar míns ástkæra eiginmanns, föður okkar, tengdapabba, afa og langafa,

Helga Sigurðssonar

véltæknifræðings, Skógarseli 43.

Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki krabbameinsdeildar Landspítala og HERU.

Árný Kristjánsdóttir
Gunnur Helgadóttir **Baldvin Þ. Kristjánsson**
Sigrún Helgadóttir **Jón Bragi Bergmann**
afa- og langafabörn.

---

†

Okkar ástkæri

Bjarni Steinarsson

málarameistari, Þorsteinsgötu 5, Borgarnesi,

lést fimmtudaginn 17. júní. Útför hans fer fram frá Borgarnesskirkju, fimmtudaginn 1. júlí kl. 14. Streymt verður frá athöfninni á kvikborg.is

Sigrún Guðbjarnadóttir **Steinar Ingimundarson**
Elín Valgarðsdóttir
Ölver, Logi , Sigrún, Ásrún , Eyrún, tengdabörn, barnabörn, systkin og aðrir aðstandendur.

---

†

Okkar elskulega

Unnur Ólafsdóttir

frá Kaðalsstöðum, síðar búsett að Miðhúsum í Strandabyggð,

lést á hjúkrunar- og dvalarheimilinu Brákarhlíð í Borgarnesi, miðvikudaginn 23. júní. Útför hennar mun fara fram frá Reykholtskirkju í Borgarfirði föstudaginn 2. júlí kl. 14.00. Streymt verður frá athöfninni á Kvikborg.is

Aðstandendur

---

†

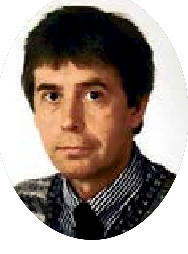
Elsku móðir okkar, tengdamóðir og amma,

Helga Guðbjörg Sigvaldadóttir

hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, Akranesi,

lést á hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, mánudaginn 21. júní. Útförin fer fram frá Akraneskirkju föstudaginn 2. júlí, kl. 13. Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirkju, www.akraneskirkja.is Blóm og kransar afþökkuð.

Halldór Sigurðsson
Sigvaldi S. Kibler
Aldís Mae Kibler
tengdabörn og barnabörn.



†

Ástkær bróðir minn,

Kristmundur Bjarnason

(Bóbó)

varð bráðkvaddur 10. júní. Útför hans hefur þegar farið fram í kyrrþey.

Guðlaug Bjarnadóttir

---

†

Ástkær eiginkona mín, móðir, systir og mágkona,

Sigríður Sveinsdóttir

lést 18. júní. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 30. júní kl. 13.

Jóhann Jóhannsson
Sveinn Garðar Jóhannsson
Bryndís Sveinsdóttir **Ásmundur Jónsson**
Jóhann Sveinsson **Birna Guðmundsdóttir**
Hulda Ólafsdóttir

---

†

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Þórgunnur Þórarinsdóttir

Kristnibraut 8,

lést á líknardeild LSH í Kópavogi 24. júní. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 1. júlí kl. 15.

Róbert Árnason
Gerður Róbertsdóttir **Óðinn Jónsson**
Þóra Björk Róbertsdóttir
Róbert Róbertsson
Bryndís, Hrefna, Elvar Snær, Hjörtur Ingi, Haukur Erik

---

†

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Sigrún Albertsdóttir

Krossmóa 5, Njarðvík,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja, miðvikudaginn 16. júní. Útförin fer fram frá Ytri-Njarðvíkurkirkju, þriðjudaginn 29. júní kl. 13. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Krabbameinsfélagið. Innilegar þakkir til starfsfólks krabbameinsdeildar Landspítalans og D-deildar á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja fyrir einstaka umönnun og hlýtt viðmót.

Eðvald Bóasson
Margrét Eðvaldsdóttir **Ingólfur Ingibergsson**
Albert Eðvaldsson **Inga Margrét Teitsdóttir**
ömmu- og langömmubörnin.

---

†

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Kristín Þorjónsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð mánudaginn 14. júní. Útför hennar fer fram frá Langholtskirkju þriðjudaginn 29. júní klukkan 15.00.

Einar H. Einarsson
Sigríður Einarsdóttir **Ólafur Ægisson**
Einar Þór Einarsson **Irina Gousseva**
Guðni Einarsson
Íris Ósk, Kristín Erla, Birna Dís, Daría Lind, Katrín Sól og langömmubörn.

---

†

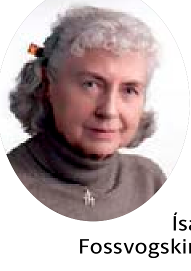
Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Viðar Arnar Baldursson

Baldursgötu 2, Keflavík,

lést föstudaginn 18. júní. Útförin fer fram frá Sandgerðiskirkju, þriðjudaginn 6. júlí klukkan 13.

Katrin Ovadottir Johannesen
Hannes Arnar Viðarsson **Aldís Stella Ásgeirsdóttir**
Esther Dröfn Viðarsdóttir **Steingrímur Agnarsson**
Jóhann A. Viðarsson **Guðlaug B. Sigurðardóttir**
Daníel Snær Viðarsson
Auður E. Guðmundsdóttir **Davíð Þorsteinsson**
Hrafnhildur R. Guðmundsdóttir **Ásmundur R. Ólafsson**
Álfheiður Snædís Guðmundsdóttir
og barnabörn.



†

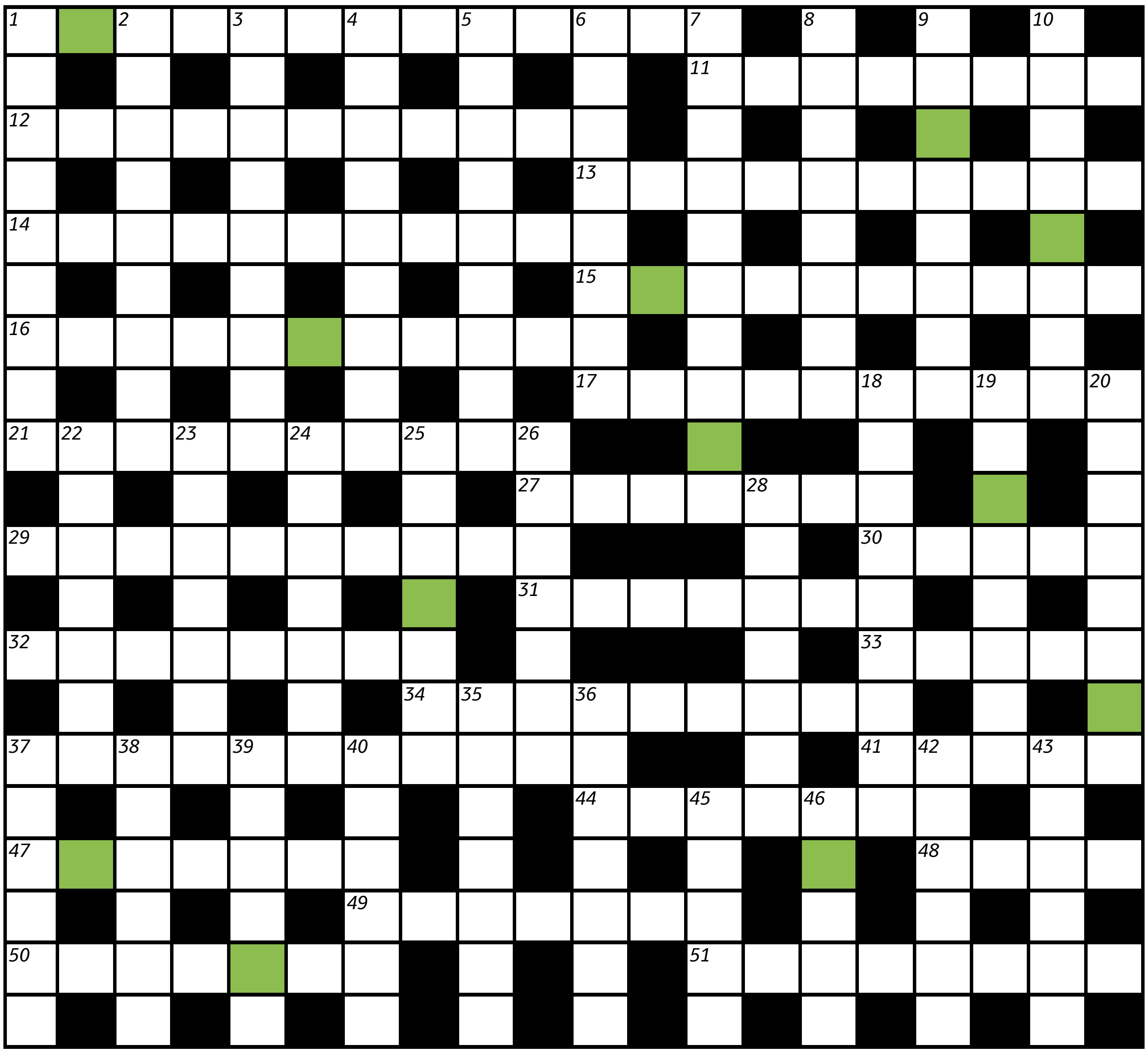
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Halldóra Gunnarsdóttir

Aflagranda 40, Reykjavík,

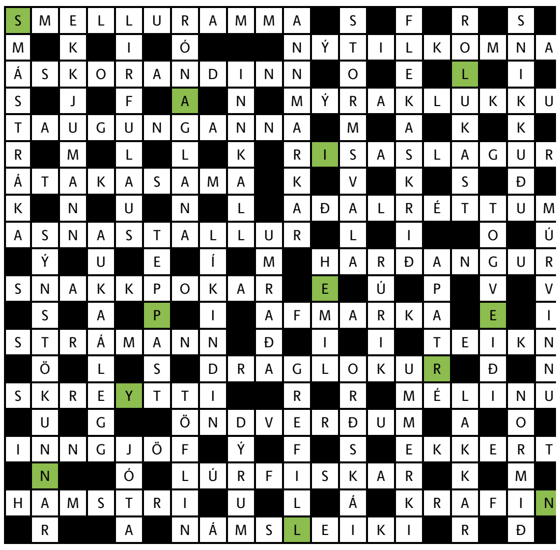
lést á hjúkrunarheimilinu Ísafold í Garðabæ. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju, fimmtudaginn 1. júlí kl. 15

Gunnar Hauksson **Guðrún Ingimarsdóttir**
Ingibjörg Hauksdóttir
Birgir Hauksson **Sóley Erlendsdóttir**
Ingvar Tryggvason **Aðalheiður Sigurðardóttir**
börn, barnabörn og barnabarnabörn.



LAUSNARORÐ Vísbending f. lausnarorð: Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist bygging (12). Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 1. júlí næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „26. júní“. ■

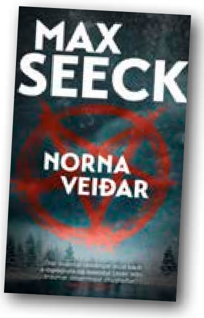
Lausnarorð síðustu viku var
EYRNASNEPILL



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur. ■

LÁRÉTT
1 Tengist helst illgresi að sinna sinni vinnu (13)
11 Brjál hins bilífa en óbreytta fólks (8)
12 Legg hvali í eldstó með viðeigandi hlífar í kring (11)
13 Varð vitni að framsali fyrir tilviljun (10)
14 Þegar mannúðin er svona léleg er skepnuskapurinn skammt undan (11)
15 Hreykin skrifa þau nöfn sín með góðu millibili (10)
16 Þessi sveit þarf stjórn, en helst mjög sveigjanlega (11)
17 Leita að rafmögnuðum úrræðum með jónuðum vökvum (10)
21 Hvíla hortugrar þjóðar sem þarf sitt svæði (10)
27 Verða vond ef umræða um kjarr er öll á yfirborðinu (7)
29 Mikil tilfinningavera, frumkvöðull Fýsnarannsóknafélagsins (10)
30 Ég fann ekki fuglinn, það var annar (5)
31 Uss, svona sett hylur allt (7)
32 Illkvittin fjarska mun fýsa/að fiskur sé en ekki ýsa (8)
33 Ei skal biðja bjána um lausn (5)
34 Fiskur mun skreyta fullt af fjöru (9)
37 Þessi samkunda heyrir stundum um tíðindi af sjálfri sér (11)
41 Malar og mixar og stoppar allt (5)
44 Sameinuðu broddstaf ýmsu sem engan snertir (7)
47 Ósjaldan tíndi Al í mig krónu umfram 500 kallinn sem ég átti að fá (7)
48 Hér er rétt að draga upp góðan díl (4)
49 Eftir smá nart tókst þeim að hætta að tuða (7)
50 Áreksturinn er barnalega orðaður, en dellan ekki? (7)
51 Blíð og loðin en geiflar sig þó (8)

LÓÐRÉTT
1 Töflur efla karabískan takt sem fýlupúki ræður ekki við (9)
2 Stjórnar hópum sem einkennast af óvitum (9)
3 Sé að þú færðir fundinn við þjálfara japanska landsliðsins inn á almanakið (9)
4 Hvort henta leðurbuxur betur fyrir sjómennsku eða bjór? (9)
5 Báru stóra kuðunga fyrir konunga (9)
6 Hér fer skip með eftirsjá og annan farm (8)
7 Þetta þing verður að engu ef þú ert andvígur því (10)
8 Ber vopn á hina vegna fóla í fjötrum (8)
9 Bið um leiði innan garðs sem heppilegur þykir (8)
10 Óþarfi að tala illa um litlu asíu (8)
18 Fallnar í skaut Ránar með rauðan þara (9)
19 Yngi upp græðlinga og fleira sem ferskt er (8)
20 Vætir ver miskunnsemi (8)
22 Helduðu að úði hafi áhrif í ganghjóli tímans? (7)
23 Undirstöðuaðferð við að smíða rúmgafl (7)
24 Enginn munur er á gæðum landasuðu (7)
25 Tæring og öl munu brjótast hér fram (7)
26 Afhjúpa pípur og meinloku um augnsjúkdóm (7)
28 Koma úr djúpinu þegar þau eru klár og klædd í lín (7)
35 Tel að saur mismuni fólki sem gefur honum gaum (7)
36 Kippti í karl sem flæktur var í fjötrana (7)
37 Einhvern veginn el ég þessa þorska (6)
38 Sveipa nót netju (6)
39 Uppsker skútyrði ef skepnurnar verða hræddar (6)
40 Borða heima með nagaðri sleif (6)
42 Gullslegin óvættur gerir vesælt fólk enn vansælla (6)
43 Átak fyrir væn börn og sterk (6)
45 Hví nuddum við þann sem við ofsóttum? (5)
46 Maður lýgur bara til að rugla þessa skessu (5)



VEGLEG VERÐLAUN
Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Nornaveiðar eftir Max Seeck** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Sigríður M. Kristjánsdóttir, Reykjavík.**

Sudoku

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

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

Einfaldleiki oft bestur

Keppt var meðal annars í „Mixed“ (karlar og konur spilafélagar) á NM á netinu (RealBridge) og þátttökuþjóðir þar voru sex. Danir náðu efsta sætinu en íslenska liðið hafnaði í fimmta sæti af sex. Spilarar í liði Íslands voru Sigrún Þorvarðsdóttir, sem spilaði við Kristján B. Snorrason, og Ólöf Ingvarsdóttir, sem spilaði við Sigurjón Björnsson. Í leik Íslands við Noreg 2 kom þetta spil fyrir í síðari umferð (tvær umferðir). Vestur var gjafari og AV á hættu.

Norður
♠ 7
♥ ÁG642
♦ G1093
♣ G84

Vestur
♠ G962
♥ 1098
♦ D5
♣ ÁKD2

Austur
♠ ÁKD53
♥ 7
♦ ÁK82
♣ 963

Suður
♠ 1084
♥ KD53
♦ 764
♣ 1075

Á fjórum borðum af sex var lokasamningurinn fjórir ♠ í AV. Sigrún og Kristján sátu í NS á sínu borði og trufluðu eins og þau gátu í sögnum. Það dugði til þess að Kåre Bøge og Ranja Sivertsik fóru bara í 4. Ranja gaf fyrirstöðusögn í tígli, á austurhöndina og þegar vestur sagði 4 ♠, gafst Ranja upp og sagði pass. Ólöf og Sigurjón sátu í AV á hinu borðinu og Sigurjón hóf sagnir á 1 ♣ í vestur, eðlilegt sagnkerfi. Norður (Egil Homme) kom inn á 1 ♥ og Ólöf sagði 1 ♠. Suður stökk í 3 ♥ og þegar Sigurjón sagði 3 ♠ lét Ólöf einfaldlega vaða í 6 ♠, með einspil í hjarta. Taldi óþarfi að spyrja eitthvað í sögnum og vildi einfaldlega hafna í góðum samningi eftir opnun vesturs. Sex spaðar voru auðveldir til vinnings, án nokkura tilþrifa og Ísland græddi vel á þessu spili. ■

VERÐ HLAÐINN AUKABÚNAÐI

6.399.000 KR.*

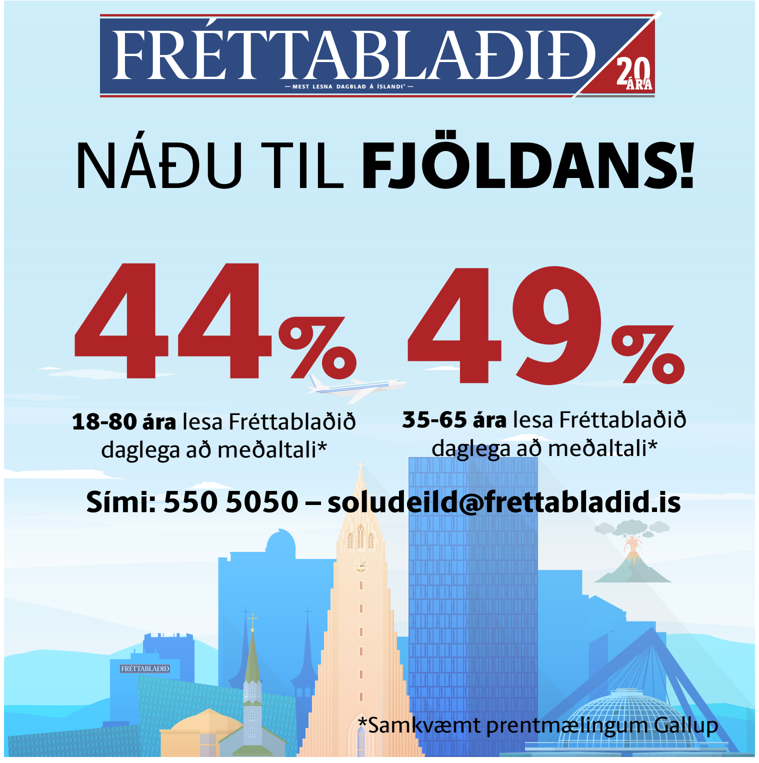
*SVARTUR LIMITED. AÐRIR LITIR 6.562.000

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á **JEEP.IS**

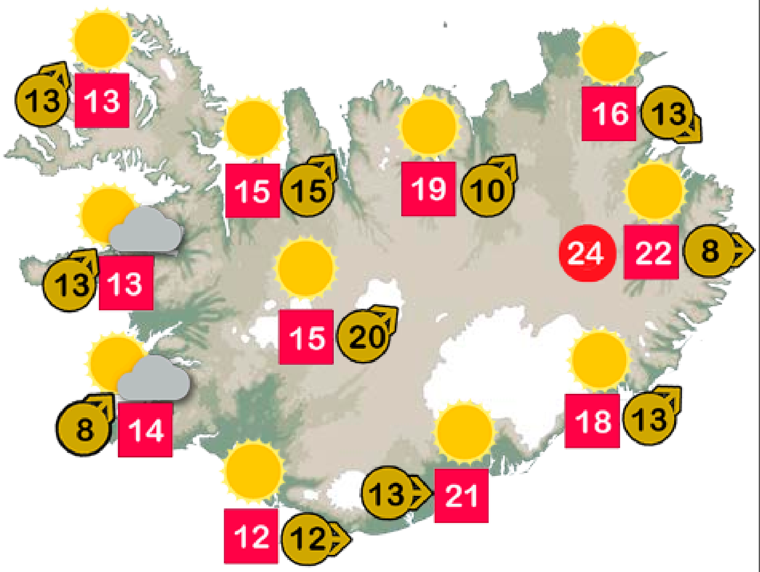
- STÆRRI VÉL 240 HÖ
- 360° MYNDAVÉL
- LÁGT DRIF
- LEÐURSÆTI OG MÆLABORÐ
- SNERTILAUS OPNUN AFTURHLERA
- FJARLÆGÐARSTILLTUR HRAÐASTILLIR

ISBAND

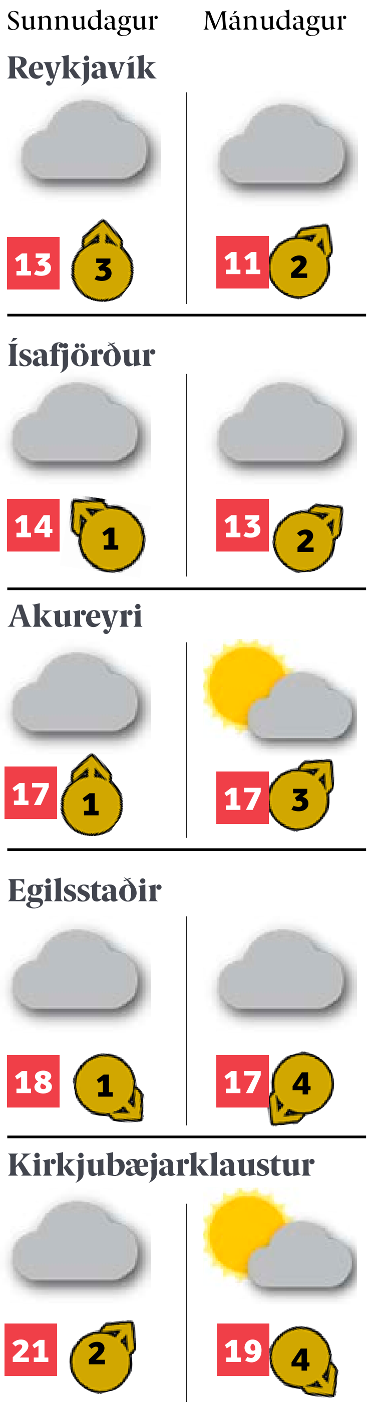
UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18



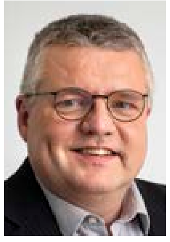
Veðurspá Laugardagur



Í dag verða suðvestan 8-18 m/s, hvassast á norðurhluta landsins. Mun hvassara verður í vindstrengjum við fjöll. Bjartviðri um allt land og hiti 12-24 stig, hlýjast á Austurlandi. Í gildi eru gular og appelsínugular viðvaranir á norðanverðu landinu fram á síðdegið. ■



Sól og hiti með vindstrengjum



Sigurður Þ. Ragnarsson
vedur
@frettabladid.is

Þá loksins að sólin og hlýindin komu og það af miklum krafti að þá því miður þarf að fylgja hvassviðri mjög víða. Það er þó ekki vindhraðinn á láglendi sem gerir veðrið varhugavert heldur hinir snörpu og um leið sterku vindhviðustraumar sem verða í nálægð við fjöll og skörðótt landslag sem geta gert ferðalöngum erfitt um vik. Á Suðurlandi má búast við vindhviðum í Mýrdalnum og sunnan Vatnajökuls sem kunna að slá í um og yfir 30 m/s. Á norðanverðu landinu verða strengirnir víða í námunda við fjöll og gæti vindhraðinn í hviðunum slegið í um og yfir 30 m/s. Austurlandið og landið vestanvert fara best út úr þessu þó fara þurfi með gát við fjöll.

Almennt getum við sagt að hvassast verði í norðanverðu landinu og verður svo fram á síðdegið og kvöldið en þá lægir. Það hvessir um tíma síðdegis á sunnanverðu landinu. Í kvöld verður víðast orðinn hægur vindur en þó leifar af strengjum til fjalla. Á morgun verður svo prýðisveður um allt land. ■

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

MG Marvel R Electric verður frumsýndur hjá BL við Sævarhöfða í október.

MG Marvel R Electric kynntur í október

Njáll Gunnlaugsson
njall
@frettabladid.is

MG frumsýndi í mars tvær nýjar kynslóðir rafbíla sem koma á Evrópumarkað á árinu. Annar bílanna er rafknúni jepplingurinn MG Marvel R Electric sem kemur í sýningarsalinn hjá BL við Sævarhöfða í október og verður verð bílsins frá 5.990.000 kr.

MG Marvel R Electric er tæplega 4.700 mm langur, rúmir 1.900 mm á breidd og 1.700 mm á hæð og mælist hjólhafið um 2.800 mm sem gerir farþegarýmið rúmgott fyrir farþega og farangur. Í afturhjóladrifnu útgáfunni er að auki 150 lítra farangurspláss undir hlífinni að framan. Þá er Marvel R Electric búinn 19,4 tommu snertiskjá fyrir afþreyingar- og upplýsingastjórnun og rúmlega 12 tommu stafrænu mælaborði.

Fjórhjóladrifin útgáfa MG Marvel R Electric er búin þremur rafmótorum; einum að framan og tveimur að aftan. Bíllinn er 288 hestöfl, drægi rafhlöðunnar er um 370 km og snerpan úr kyrrstöðu í 100 km/klst. 4,9 sekúndur. Afturhjóladrifna útgáfa MG R Electric er búin tveimur rafmótorum við drifrásina að aftan. Bíllinn er 180 hestöfl, drægið um 402 km og snerpa úr kyrrstöðu í 100 km/klst. 7,9 sekúndur. Hámarkshraði MG Marvel R Electric er takmarkaður við 200 km/klst. óháð útfærslum.

Upplýsingaskjárinn í miðjustokk Marvel R er 19,4 tommur.

Afturhjóladrifna útgáfa MG R Electric er búin tveimur rafmótorum við drifrásina að aftan.

Í MG Marvel R Electric er 70 kWst rafhlaða sem unnt er að hlaða úr 5% í 80% á aðeins 43 mínútum. Þá er bíllinn búinn svokölluðu vehicle-to-load rafkerfi sem leyfir meðal annars tengingu við annað og ótengt rafkerfi, til dæmis til að knýja loftdælu eða hlaða fartölvu eða rafskutlu. MG Marvel R Electric er búinn sívirkum nútíma öryggisbúnaði, m.a. MG Pilot-kerfinu sem inniheldur fjórtán mismunandi öryggiskerfi sem vara við aðsteðjandi eða mögulegum hættum í umferðinni. Þá er dráttargeta jepplingsins allt að 750 kg sem hentar léttum kerrum eða tjaldvögnum. ■

Mammoth 1000 fljótasti pallbíllinn

njall@frettabladid.is

Breytingafyrirtækið Hennessey í Bandaríkjunum hefur sett á markað sérstaka útgáfu af Dodge Ram pallbílnum sem kallast Mammoth 1000 TRX. Talan þúsund er tilvísun í afl bílsins sem er 1.012 hestöfl en bíllinn er búinn 6,2 lítra V8 vél með keflablásara.

Að sögn Hennessey er ætlunin að framleiða 200 slíka bíla; þegar er búið að selja meira en helming þeirra, en bílinn segja þeir vera aflmesta og sneggsta pallbíl sem framleiddur hefur verið.

Pallbíll Hennessey er byggður á Dodge Ram 1500 TRX en talsvert er búið að eiga við Hellcat vélina í honum. Kominn er nýr blásari og innspýting og er bíllinn nú aðeins 3,2 sekúndur í hundraðið. Kvartmíluna fer hann svo á aðeins 11,4 sekúndum. Sérstakur kælibúnaður er við vélina ásamt öflugu olíudælukerfi með sérstökum síum. Breytingar á ytra byrði eru breyttir stuðaðar, díóðuljósabúnaður, 20 tommu felgur og 37 tommu dekk. Bíllinn mun geta dregið tæp fjögur tonn. Með breytingum kostar pallbíllinn 18,5 milljónir en hann verður í boði á þeim markaðssvæðum sem selja Dodge bíla. ■

Mammoth pallbíllinn er aðeins 3,2 sekúndur að ná 100 kílómetra hraða.

Nýtt bílasölusvæði rís við Krókháls 7

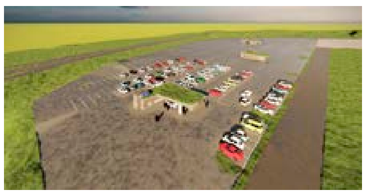
Framkvæmdir eru hafnar að nýju bílasölusvæði að Krókhálsi 7. Um er að ræða nýtt og fullkomið bílasölusvæði sem mun bjóða upp á gríðarlega gott úrval af notuðum bílum frá öllum helstu bílamerkjum.

njall@frettabladid.is

Nýja bílasölusvæðið mun bera heitið K7 sem vísar í Krókháls 7. Þar verða 5 bílasöluhús og hefur K7 meðal annars gengið frá samningum við Öskju – notaða bíla, Bílaland BL, Bílabankann og Bílamiðstöðina.

Staðsetningin á nýja bílasölusvæðinu er sérlega góð á milli Hestháls – þar sem BL er með sölu og þjónustu fyrir Jagúar og Land Rover – og Krókháls, þar sem Bílaumboðið Askja er til húsa, en Askja er umboðsaðili Mercedes-Benz, Kia og Honda. Aðgengi á milli Hestháls og Krókháls er því aukið sem bætir aðgengi viðskiptavina að fyrirtækjum á svæðinu. Í hverfinu er því að byggjast upp miðstöð bílaviðskipta og verður þetta nýja bílasölusvæði góð viðbót við þá flóru sem þegar er staðsett þar.

Aðgengi á nýja bílasölusvæðið er bæði frá Krókhálsi og Hesthálsi. Hleðslustöðvar verða á svæðinu enda rafbílasala að aukast á komandi árum. Fullkomin lýsing er á svæðinu og mikið verður lagt upp úr snyrtilegum frágangi. Lóðin er rúmlega 23 þúsund fermetrar að stærð og gert er ráð fyrir 800 stæðum. Það er Arkís sem sér um hönnun svæðisins og gert er ráð fyrir opnun á K7 í haust. ■



Tölvugerð loftmynd af svæðinu sýnir lágreistar byggingar sem henta þessu svæði vel.

Porsche 911 GT2 RS bíllinn ásamt Lars Kern sem var ökumaður á Nurburgring.

Porsche setur nýtt met á Nurburgring

njall@frettabladid.is

Porsche 911 GT2 RS hefur sett nýtt hraðamet á Nurburgring fyrir framleiðslubíl. Porsche bætti eldra met um 4,747 sekúndur svo að nýtt met er 6 mínútur, 43,3 sekúndur og var meðalhraðinn 186 km á klst. Bíllinn sem átti fyrra met var Mercedes-AMG GT Black Series. Sá sem setti metið var tilraunaökumaður Porsche að nafni Lars Kern, en hann hefur áður sett met fyrir Porsche á Nurburgring á Panamera og GT3.

Porsche GT2 RS bíllinn var með sérstökum Manthey keppnisbúnaði sem er sérhannaður fyrir Porsche framleiðslubíla. Gerðar voru breytingar á undirvagni, loftflæði og bremsum en ekkert gert til að auka kraft bílsins. Magnesíum-felgur léttu bílinn um 11,4 kíló og sérstök vindhlíf og loftdreifari úr koltrefjum gerðu sitt til að auka niðurþrýsting bílsins. Einnig var komið fyrir nýjum væng að aftan ásamt breytingum á framvæng og hjólskálum. Sérstakar keppnisbremsur fóru undir bílinn og átt var við fjöðrunarbúnað sem er stillanlegur fyrir brautarakstur. Keppnisbúnaður Manthey er oft notaður af GT eigendum á brautardögum og telst því löglegur, hægt er að panta hann gegnum söluaðila Porsche. ■

Listakonurnar sýna í þremur sölum Kling & Bang. FRÉTTABLAÐIÐ/ ÓTTAR

Bjartir litir og óhugnaður

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb
@frettabladid.is

Í Kling & Bang má sjá litríka og áhugaverða sýningu sem leggur undir sig alla þrjá salina. Sýningin er sameiginlegt verk Önnu Hrundar Másdóttur, Steinunnar Önnudóttur og Ragnheiðar Káradóttur.

„Ég sá tengingu í verkum okkar og finnst þær vera frábærir listamenn, og fékk hugmyndina um að við myndum vinna saman. Ég hafði verið með hefðbundna samsýningu í huga, þar sem verk okkar væru hlið við hlið. En þegar við fórum að spjalla þá kviknaði hugmyndin um að gera allt saman,“ segir Ragnheiður.

Á sýningunni eru bæði innsetning og ljósmyndir. Innsetningin er litrík og minnir á glaðlegt landslag, en þó býr eitthvað óhuggulegt undir. „Eitt af því sem tengir okkur er að við vinnum á fagurfræðilegum forsendum og nýtum innsæið, en fegurðin býr í mörgum ólíkum áferðum og efnum, líka í því sem við að öllu jöfnu upplifum sem ógeðslegt eða ljótt,“ segir Steinunn. „Því er breiddin í verkunum mikil, og þó að bjartir og fagrir litir grípi augað fyrst, er þarna einnig að finna ýmsan óhugnað.“

Mótsagnir í verkunum

Um titil sýningarinnar, Feigðarós, segir Ragnheiður: „Titillinn Feigðarós vísar til þessa þekkta minnis, að fljóta sofandi að feigðarósi. Maður sér fyrir sér einstakling sem flýtur áhyggjulaus, en er um leið með afmarkað sjónarhorn og ekki meðvitaður um allt sem er að gerast í kringum hann. Þetta er lýsandi fyrir það ástand sem mörg okkar eru í.“

Steinunn heldur áfram: „Það sem okkur var einna mest hugleikið var togstreitan á milli þess að vera meðvitaður um samtímamál og þátttakandi í því sem er að gerast í heiminum, en finna á sama tíma innri frið og njóta líðandi stundar.

> **Fegurðin býr í mörgum ólíkum áferðum og efnum, líka í því sem við að öllu jöfnu upplifum sem ógeðslegt eða ljótt.**
>
> Steinunn Önnudóttir.

Þetta tvennt sem maður vill hafa að leiðarljósi í lífinu fer ekki saman og vinnur svolítið hvort á móti öðru. Þessar mótsagnir endurspeglast í verkunum og gátu af sér titilinn.“

Hún segir ástandið í umhverfismálum vera þeim hugleikið og vera af sama meiði. „Við sem listamenn þurfum oft að standa frammi fyrir erfiðum spurningum um það hvort við eigum að leyfa okkur að nota þessi og hin efni sem skaða umhverfið og elta þannig okkar listrænu sýn, eða hvort við eigum að takmarka okkur við það sem er umhverfisvænt og fórna þannig hugmyndum okkar og sköpunarþörf.“

Um innsetninguna hlykkjast lækur eða kræklótt vatn. Í því gutlar þykkur vökvi sem minnir á jarðhræringasvæði hér á landi, nema hvað áberandi bleikur litur er á vatninu. „Ég bjó í Bandaríkjunum og þar er þekkt og vinsælt magameðal, Pepto bismol, sem er bleikt og þykkt. Sá litur greip augað samstundis,“ segir Anna Hrund. „Ég hef séð myndir af vötnum, til dæmis Lake Hillier, með svona ónáttúrulega bleikum lit sem vakti hrifningu mína. Í þeim tilfellum eru það

Innsetningin er litrík og minnir á glaðlegt landslag en þar býr líka óhugnaður.

þörungar sem gefa af sér þennan lit, en ég tengdi litinn strax við þennan seigfljótandi, bleika vökva sem Bandaríkjamenn drekka til að lina verki.“

Yfirborð og gervi

Í myrkvuðum sal við lok sýningarinnar má sjá seríu ljósmyndaverka sem virðast fljóta á litríkum bakgrunni. Á ljósmyndunum er að finna hluti sem minna á ýmsar óræðar leifar sem maðurinn skilur eftir sig í umhverfi sínu.

„Í myndunum finnum við hlutum, sem við bjuggum til, stað úti við og búum til sviðsetningar inni við fyrir fundna náttúrulega hluti,“ segir Ragnheiður. „Í þessum verkum erum við mikið að hugsa um yfirborð og gervi, hvað sé manngert og hvað náttúrulegt og hvar eigi að draga línuna,“ segir Steinunn.

Samhliða sýningunni, sem stendur til 4. júlí, kom út bókverk með textum eftir Bergþóru Snæbjörnsdóttur, Guðrúnu Evu Mínervudóttur, Gunnar Theodór Eggertsson og Tyrfing Tyrfingsson.

Textarnir spinna hliðarheim við sýninguna og gefa áhorfandanum tækifæri til að staldra lengur við verkin. Bókverkið er fáanlegt í Kling & Bang. ■

MICHELIN
Quality Dealer
2021
Michelin dekk
með sérstökum
sumarglaðningi
18. júní - 2. júlí
N1
Úlfar
KRÓNAN
GJAFAKORTIÐ ÞITT
10.000 kr.
Gjafakort
Krónunnar
fylgir með keyptum
umgangi*
Er bíllinn tilbúinn fyrir sumarið
N1 býður nú hin heimsþekktu Michelin gæðadekk með sérstökum sumarglaðningi. Notaðu tækifærið og vertu klár fyrir dásamlegt ferðasumar. Fyrsta flokks þjónusta, fagleg og örugg vinnubrögð.
Pantaðu tíma og komdu á eitthvert af 9 dekkjaverkstæðum okkar um allt land eða kannaðu málið á vefverslun.n1.is.
440 1000
n1.is
N1
ALLA LEIÐ
*Tilboðið gildir einungis fyrir einstaklinga, ekki fyrirtæki.
ENNEMM / SÍA / NM-000580

Hjörtur Ingvi í Saurbæ

Kolbrún Bergþórsdóttir

Sunnudaginn 27. júní kl. 16 mun píanóleikarinn Hjörtur Ingvi Jóhannsson flytja eigin verk undir nafninu 24 myndir í Hallgrímskirkju í Saurbæ, Hvalfirði.

Á þessum tónleikum spinnur Hjörtur á staðnum stuttar tónsmíðar úr öllum tóntegundum, á píanó í ákveðinni röð, auk þess að flytja valin lög sem áður hafa komið út, sem hluta af verkefninu. ■

Hjörtur Ingvi flytur eigin verk.

Söngur í Hafnarborg

Kolbrún Bergþórsdóttir

Á Sönghátíð í Hafnarborg í dag, laugardaginn 26. júní kl. 17, flytur Schola Cantorum íslenska kórtónlist undir stjórn Harðar Áskelssonar. Yfirskrift tónleikanna er Vinaspegill.

Á sunnudag, 27. júní kl. 17, eru tónleikarnir Íslensk kventónskáld á dagskrá Sönghátíðar. Björk Níelsdóttir sópran, Erla Dóra Vogler mezzósópran, Eyjólfur Eyjólfsson tenór, Hafsteinn Þórólfsson barítón og Eva Þyri Hilmarsdóttir píanóleikari, flytja tónlist eftir Þórunni Guðmundsdóttur, Jórunni Viðar, Hildigunni Rúnarsdóttur, Ingibjörgu Bjarnadóttur, Ingibjörgu Azimu Guðlaugsdóttur og Elínu Gunnlaugsdóttur. ■

Hörður Áskelsson.

Ég er alltaf að læra, segir Óskar Guðjónsson saxófónleikari. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Vil vera frjáls og leitandi

Kvartettinn Move heldur tónleika í Kaldalóni, Hörpu, miðvikudaginn 30. júní klukkan 20.00.

Kolbrún Bergþórsdóttir

„Þetta er kvartett sem varð til upp úr þeirri hugsun hvort ákveðin réttritunarstefna stjórni sköpun og túlkun á tónlist og hversu mikið megi leita. Má leita að hinu ranga og getur hið ranga orðið rétt ef hlustun og skilningur manna er orðinn nógu víður?“ segir Óskar. „Við félagarnir viljum vera frjálsir og leitandi. Við viljum gefa hverjum og einum leyfi til að vera hann sjálfur en samt inni í hóp þar sem við þurfum hver á öðrum að halda.“

Á tónleikunum verða flutt lög eftir Óskar. „Árið 2017 byrjaði ég að semja lög fyrir þennan kvartett og það tók mig tvö ár að komast á stað þar sem ég var farinn að semja tónlist sem mér fannst virka.“

Reif kjaft

Spurður hvernig lög þetta eru segir hann: „Þau eru melódísk, en geta bæði verið ögn þunglyndisleg og fjörug. Þau eru breiðari heldur en einhver ein stefna. Þegar maður er að fást við tónlist sem inniheldur ekki orð þá er mjög erfitt að lýsa henni, því inni í manni býr hún á sérstað sem engin orð ná utan um. Það má sennilega segja að þessi tónlist falli inn í hinn norræna jazzramma.“

Óskar byrjaði snemma að leika á saxófón. „Ég get ekki útskýrt hvað það var sem dró mig fyrst að saxófóninum. Það var eitthvað innra með mér sem kallaði á það. Ég átti ekki að fá að læra á saxófón, ég átti ellefu ára gamall að læra á klarínett. En ég þráaðist við og reif smá kjaft, fékk að byrja og gafst ekki upp og hef ekki enn þá gefist upp. Mér finnst ég samt alltaf vera á einhvers konar byrjunarreit. Ég er alltaf að læra.“

Mismunandi nálgun

Spurður hvað sé svo sérstakt við saxófóninn sem hljóðfæri segir hann: „Það sem er heillandi við saxófón er að hann er blæbrigðaríkt hljóðfæri, það er hægt að spila á hann á mjög ólíkan hátt og með mismunandi nálgun.“

Óskar hefur verið atvinnumaður í tónlist síðan hann var sautján ára. „Það hefur stundum verið erfitt en um leið óskaplega gefandi. Það er líka upplifun að kynnast starfandi tónlistarmönnum, sem er athyglisvert og afar skemmtilegt fólk.“ ■

Move

Kvartettinn skipa Óskar Guðjónsson saxófónleikari, Eyþór Gunnarsson píanóleikari, Valdimar Kolbeinn Sigurjónsson kontrabassaleikari og Matthías M.D. Hemstock trommuleikari.

> Það má sennilega segja að þessi tónlist falli inn í hinn norræna jazzramma.

Barbara Hannigan er stórstjarna í tónlistarheiminum.

Barbara Hannigan með Sinfóníuhljómsveitinni

kolbrunb@frettabladid.is

Kanadíska sópransöngkonan og hljómsveitarstjórinn Barbara Hannigan stjórnar og syngur með Sinfóníuhljómsveit Íslands á tvennum tónleikum í Hörpu á opnunarhelgi Listahátíðar í Reykjavík 2022.

Barbara Hannigan hefur vakið feikilega aðdáun um heim allan undanfarin ár, fyrir stórfenglegan söng, en ekki síður hæfileika sína sem hljómsveitarstjóri. Hún hefur starfað með fremstu sinfóníuhljómsveitum heims og frumflutt yfir 85 ný tónverk. Þá hefur hún sungið í helstu óperuhúsum heims.

Hannigan hefur hlotið ótal verðlaun fyrir list sína og má þar nefna Grammy-verðlaun fyrir plötuna Crazy Girl Crazy árið 2018 og hin virtu Léonie Sonning-verðlaun árið 2020.

Þegar Rolf Schock-verðlaunin féllu henni í skaut rökstuddi dómnefndin ákvörðun sína með þeim orðum að Hannigan væri „einstakur og framsækinn flytjandi sem nálgast tónlistina sem hún flytur með öflugum og lifandi hætti“.

Tónleikarnir fara fram í Hörpu 3. og 4. júní á næsta ári ■.

Spennistöð á Hjalteyri

kolbrunb@frettabladid.is

Myndlistarsýningin Powerhouse / Spennistöð verður opnuð í Verksmiðjunni á Hjalteyri í dag, laugardaginn 26. júní, kl. 14.00, með verkum myndlistarmannanna Sigurðar Ámundasonar, Boris Labbé, Páls Hauks Björnssonar, Francoise Morelli og Gústavs Geirs Bollasonar. Listamennirnir eru búsettir í Kanada, Íslandi og Frakklandi og vinna með skúlptúra, teikningar, kvikmynda- og vídeóverk.

Sýningin stendur til og með 25. júlí og er opin alla daga nema mánudaga frá 14.00-17.00. ■

Verk eftir Sigurð Ámundason.

Brjáluð ást í Fljótshlíð

kolbrunb@frettabladid.is

Sunnudaginn 27. júní kl. 15.00 verða tónleikar að Kvoslæk í Fljótshlíð.
Þar leikur Salonhljómsveitin L'amour fou (Brjáluð ást) fjölbreytta efnisskrá.

Salonhljómsveitin L'amour fou var stofnuð árið 1999 og samanstendur af þeim Hrafnhildi Atladóttur fiðluleikara, Guðrúnu Hrund Harðardóttur víóluleikara, Hrafnkatli Orra Egilssyni sellóleikara, Gunnlaugi Torfa Stefánssyni kontrabassaleikara og Tinnu Þorsteinsdóttur píanóleikara. ■

L'amour fou leikur á sunnudag.

Ársfundur Lífeyrissjóðs starfsmanna Búnaðarbanka Íslands hf. verður haldinn þriðjudaginn 29. júní nk. kl. 17:15 í höfuðstöðvum Arion banka, Borgartúni 19.

Dagskrá
• Skýrsla stjórnar
• Kynning á ársreikningi
• Gerð grein fyrir tryggingafræðilegri athugun
• Gerð grein fyrir fjárfestingarstefnu sjóðsins
• Tillaga stjórnar til breytinga á samþykktum sjóðsins
• Kjör endurskoðanda
• Kjör tveggja stjórnarmanna og varamanna þeirra
• Laun stjórnarmanna
• Önnur mál

Stjórn sjóðsins hvetur sjóðfélaga til að mæta á fundinn.
Fundargögn má nálgast á heimasíðu sjóðsins, **arionbanki.is/lsbi**.

LENGJU DEILDIN

Lengjudeildarmörkin

Mánudaga kl. 20.00

Hringbraut fylgist með Lengjudeildinni í sumar. Hörður og Hrafnkell fara ítarlega yfir úrslit og mörk í leikjum Lengjudeildar karla í knattspyrnu alla mánudaga kl. 20.00, bara á Hringbraut.

Íslenskur Toppfótbolti

HRINGBRAUT

Laugardagur

Hringbraut

18.00 433.is (e) 433.is er frétta- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.
18.30 Sir Arnar Gauti (e) Lífsstílsþáttur með Arnari Gauta sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitingahúsamenningu, arkitektúr og margt fleira.
19.00 Á Meistaravöllum Gamlir og nýir KR-ingar láta gamminn geisa um félagið sitt.
19.30 Heima er bezt (e) Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits
20.00 Saga og samfélag (e) Saga og samfélag er þáttur þar sem málefni líðandi stundar verða rædd í sögulegu samhengi.
20.30 Sir Arnar Gauti (e) Lífsstílsþáttur með Arnari Gauta.

RÚV Sjónvarp

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Rán - Rún
07.21 Poppý kisukló
07.32 Lundaklettur
07.39 Tölukubbar
07.44 Eðlukrúttin
07.55 Bubbi byggir
08.06 Millý spyr
08.13 Unnar og vinur
08.35 Stuðboltarnir
08.46 Hvolpasveitin
09.09 Grettir
09.21 Stundin okkar
09.45 Hvað getum við gert? Menntun
09.50 Þeirra Ísland Vinna, ást, stríð
10.20 Smáborgarasýn Frímanns
10.35 Sumarlandabrot
10.40 Komdu að sigla
11.05 Kappsmál
11.55 Landinn Landinn 9. maí
12.25 Íslendingar Dægurlagahöfundar
13.20 Líkamstjáning - Ágreiningur
14.00 Heillandi hönnun
14.30 Bækur og staðir
14.40 Húsmæðraskólinn
15.55 Músíkmolar
16.05 Heimur myndasagna með Robert Kirkman
16.50 99% norsk
17.20 Draugagangur
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Krakkar í nærmynd
18.17 Herra Bean
18.28 Frímó Sápuópera og Undirál-lögum
18.40 Rammvillt Vindsokkurinn
18.45 Landakort Hrossaskiturinn bjargaði járngerðinni.
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Saman að eilífu A Dog's Journey
21.35 Men in Black III Svartstakkar III
23.20 The Lincoln Lawyer Þjónn réttvísinnar
01.15 Dagskrárlok

Stöð 2 Golf

09.55 PGA. The 9
10.15 Ryder Cup Official Film 2018
11.30 European Tour Bein útsending frá BMW International Open.
16.00 Atvinnumennirnir okkar 3
16.30 2021 PGA Tour Champions Learning Center
17.00 LPGA Tour Bein útsending frá KPMG Women's PGA Championship.
20.00 PGA Tour Útsending frá Sony Open in Hawaii.

Sjónvarp Símans

06.00 Síminn + Spotify
11.15 The Block
12.20 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby
13.20 Gudjohnsen
14.00 Lambið og miðin
14.30 Líf kviknar
15.00 Trúnó
15.30 Kokkaflakk
16.00 Meikar ekki sens
16.30 The King of Queens
16.50 Everybody Loves Raymond
17.15 Lifum lengur
17.45 Með Loga
18.45 Life in Pieces
19.10 The Block
20.15 The Rewrite
22.00 Deepwater Horizon
23.45 Everest
01.45 Seeking a Friend for the End of the World
03.25 Síminn + Spotify

RÚV Rás eitt

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Vinill vikunnar
08.00 Morgunfréttir
08.05 Þar sem ennþá Öxará rennur Afdalasveit í alfaraleið
09.00 Fréttir
09.05 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Fólkið í garðinum
11.00 Fréttir
11.03 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
13.00 Bítlatíminn 2
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Út vil ek Ferðalög í sögum Steinunnar
17.00 Þar sem orðunum sleppir Óperan
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar Kapphlaupið á Suðurpólinn
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar Steen Vig & Bluesicians, Jimmy Knepper, Bill Evans og Charles Mingus
20.50 Úr gullkistunni Raddir að vestan
21.15 Bók vikunnar Smásögur heimsins, Asía og Eyjaálfa
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Litla flugan Hljómsveitir Ásgeirs Sverrissonar og Jóhannesar Eggertsssonar
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

Stöð 2 Bíó

11.10 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
12.35 Yesterday
14.35 Swimming for Gold
16.05 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
17.30 Yesterday
19.30 Swimming for Gold
21.00 Elizabeth Harvest
22.45 Doctor Sleep
01.10 Rambo. Last Blood Spennumynd frá 2019 með Sylvester Stallone. Vonir Johns Rambo um að fara að geta tekið því rólega á fjölskyldubúgarðinum fara fyrir lítið þegar ungri frænku hans er rænt.
02.50 Elizabeth Harvest

Stöð 2

08.00 Laugardagssögur
08.01 Sögur af svöngum björnum
08.05 Örstutt ævintýri
08.10 Ég er kynlegt kvikyndi
08.13 Örstutt ævintýri
08.15 Greinda Brenda
08.17 Börn sem bjarga heiminum
08.20 Vanda og geimveran
08.30 Monsurnar
08.40 Ella Bella Bingó
08.45 Blíða og Blær
09.10 Leikfélag Esóps
09.20 Víkingurinn Viggó
09.30 Latibær
09.40 Dagur Diðrik
10.05 Mörgæsirnar
10.25 Angelo ræður
10.35 Mia og ég
11.00 K3
11.10 Denver síðasta risaeðlan
11.20 Angry Birds Stella
11.30 Hunter Street
11.50 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.40 The Great British Bake Off
14.40 Golfarinn
15.15 The Titan Games
16.00 GYM
16.30 The Greatest Dancer
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.40 Sportpakkinn
18.53 Lottó
18.55 Impractical Jokers
19.20 Kapteinn Skögultönn og töfrademanturinn
20.35 After the Wedding
22.25 The Kitchen
00.10 Ready or Not
01.40 Hunter Street
02.05 The Great British Bake Off
03.00 The Titan Games
03.50 GYM

Stöð 2 Sport

09.00 Dominos Körfuboltakvöld
09.35 Þór Þ. - Keflavík Útsending frá fjórða úrslitaleik í Dominos deild karla.
11.15 ÍBV - Valur Útsending frá leik í Mjólkurbikar kvenna.
12.55 Stjarnan - KA Útsending frá leik í Mjólkurbikar karla.
14.35 Keflavík - Breiðablik Útsending frá leik í Mjólkurbikar karla.
16.15 Lindex mótið
16.45 Þór Þ. - Keflavík
18.25 Þór Þ. - Keflavík
20.05 Valur - Haukar Útsending frá fyrsta úrslitaleik í Olís deild karla.
21.30 Haukar - Valur Útsending frá seinni úrslitaleik í Olís deild karla.
22.55 ÍBV - Valur Útsending frá leik í Mjólkurbikar kvenna.

Stöð 2 Sport 2

08.10 Barcelona - Sevilla
09.45 Inter - AC Milan
11.30 Dortmund - Zenit St. Pétursborg
13.05 Juventus - Napoli
14.45 Finnland - Rússland
16.35 Milwaukee Bucks - Atlanta Hawks
18:30 EM í dag - Upphitun
18:50 Ítalía - Austurríki Bein útsending frá leik í 16-liða úrslitum í EM 2020.
21:00 Saga Evrópumótsins í fótbolta Í þættinum eru afrek Spánar á EM 2008 og Danmerkur á EM 1992 rifjuð upp.
21:25 Tyrkland - Wales
23:10 La Liga: Goals Galore - Messi
23:25 Ítalía - Sviss
01:00 LA Clippers - Phoenix Suns Bein útsending frá leik í NBA.

Sunnudagur

Hringbraut

18.00 **Matur og heimili (e)** Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun.
18.30 **Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.
19.00 **Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
19.30 **Höldum áfram** Hringvegurinn um Ísland farinn með Samtökum atvinnulífsins.
20.00 **Höldum áfram**
20.30-21.00 **Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.

RÚV Sjónvarp

07.15 **KrakkaRÚV**
07.16 **Refurinn Pablo**
07.21 **Hið mikla Bé**
07.43 **Poppý kisukló**
07.54 **Kúlugúbbarnir**
08.17 **Klingjur**
08.28 **Kátur**
08.30 **Hvolpasveitin**
08.53 **Hrúturinn Hreinn**
09.00 **Úmísúmí**
09.23 **Robbi og Skrímsli**
09.45 **Eldhugar**
09.49 **Sjóræningjarnir í næsta húsi**
10.00 **Skólahreysti**
11.10 **Rabbabari**
11.20 **Unga Ísland 1960-1970**
11.50 **Af fingrum fram** Ólafur Haukur Símonarson
12.35 **Martin Clunes. Eyjar Ameríku**
13.25 **Óli Prik**
15.00 **Popp- og rokksaga Íslands** Kjólfar blómabyltingarinnar
16.00 **Heillandi hönnun**
16.30 **Herra Bean**
16.55 **Erilsömustu borgir heims**
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **KrakkaRÚV**
18.01 **Stundin okkar**
18.25 **Menningin - samantekt**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.35 **Veður**
19.45 **Sumarlandinn**
20.20 **Gósenlandið Íslensk matarhefð og matarsaga**
22.00 **Svanurinn**
23.30 **Ófærð**
00.20 **Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

09.55 **PGA. The 9**
10.20 **Herminator Invitational**
10.50 **Herminator Invitational**
11.30 **European Tour** Bein útsending frá BMW International Open.
16.05 **LPGA Tour** Útsending frá Bank Of Hope Match Play.
18.30 **PGA Special. One Shot Away 2021**
19.00 **LPGA Tour** Bein útsending frá KPMG Women's PGA Championship.
22.00 **PGA Special. AT&T Every Shot Counts - Charity Event**

Sjónvarp Símans

06.00 **Síminn + Spotify**
11.15 **The Block**
12.20 **Bachelor in Paradise**
13.45 **The Bachelorette**
15.45 **For the People**
16.50 **The King of Queens**
17.10 **Everybody Loves Raymond**
17.35 **Ný sýn**
18.05 **Með Loga**
19.05 **The Block**
20.10 **Gudjohnsen**
20.50 **This Is Us**
21.40 **Black Monday**
22.15 **Gangs of London**
23.15 **Penny Dreadful. City of Angels**
00.15 **Love Island**
01.10 **Ray Donovan**
02.00 **Love Life**
02.30 **MacGyver**
03.15 **Seal Team**
04.00 **Motherland. Fort Salem**
04.45 **Síminn + Spotify**

RÚV Rás eitt

06.55 **Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 **Fréttir**
07.03 **HringsólUm Japan**
08.00 **Morgunfréttir**
08.05 **Söngvamál** Vísið rósblað
09.00 **Fréttir**
09.03 **Svona er þetta**
10.00 **Fréttir**
10.05 **Veðurfregnir**
10.15 **Bók vikunnar** Hefnd grasflatarinnar
11.00 **Guðsþjónusta í Grensáskirkju**
12.00 **Hádegisútvarp**
12.20 **Hádegisfréttir**
13.00 **Sögur af landi**
14.00 **Víðsjá**
15.00 **Lestin**
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Listahátíð í Reykjavík. Víkingur Heiðar leikur Debussy og Rameau**
18.00 **Kvöldfréttir**
18.10 **Fólkið í garðinum**
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Óskastundin**
19.40 **Þar sem ennþá Öxará rennur** Afdalasveit í alfaraleið
20.30 **Orð & ábyrgð. Köld eru kvennaráð**
21.30 **Úr gullkistunni** Raddir að vestan
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Á reki með KK**
23.10 **Frjálsar hendur**
00.00 **Fréttir**
00.05 **Næturútvarp Rásar 1**

Stöð 2 Bíó

09.20 **Finding Your Feet**
11.10 **Kindergarten Cop**
13.00 **Little Women**
15.10 **Finding Your Feet**
16.55 **Kindergarten Cop**
18.45 **Little Women**
21.00 **Bridget Jones. The Edge of Reason** Renée Zellweger er hér mætt aftur sem hin seinheppna og frábæra Bridget Jones.
22.45 **Blinded by the Light**
00.35 **The Nun**
02.10 **Bridget Jones. The Edge of Reason**

Stöð 2

08.00 **Uppskriftir fyrir svanga birni**
08.02 **Laugardagsklúbburinn**
08.05 **Rita og krókódíll**
08.10 **Regnbogasögur**
08.12 **Ég er fiskur**
08.14 **Örstutt ævintýri**
08.15 **Veira vertu blessuð**
08.17 **Ást er ást**
08.20 **Risastóra næpan**
08.22 **Lærum og leikum með hljóðin**
08.25 **Stóri og Litli**
08.35 **Blíða og Blær**
08.55 **Monsurnar**
09.10 **Víkingurinn Viggó**
09.20 **Adda klóka**
09.40 **It's Pony**
10.05 **K3**
10.15 **Mörgæsirnar**
10.40 **Lukku láki**
11.05 **Ævintýri Tinna**
11.25 **Angry Birds Stella**
11.35 **Top 20 Funniest**
12.15 **Nágrannar**
13.40 **Nágrannar**
14.05 **Friends**
14.30 **Supernanny**
15.10 **Impractical Jokers**
15.35 **Börn þjóða**
16.05 **Flipping Exes**
16.50 **First Dates**
17.35 **60 Minutes**
18.26 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.40 **Sportpakkinn**
18.55 **GYM**
19.20 **Grand Designs. Australia**
20.15 **Keeping Faith**
21.10 **Brave New World**
22.00 **Prodigal Son**
22.45 **The Bold Type**
23.35 **Queen Sugar**
00.15 **Empire**
01.00 **Empire**
01.40 **I Love You, Now Die**
03.00 **Friends**
03.20 **Supernanny**
04.05 **Top 20 Funniest**

Stöð 2 Sport

08.20 **Stjarnan - Selfoss**
09.40 **FH - Valur**
11.00 **Haukar - Valur**
12.30 **Fram - Afturelding**
13.55 **Breiðablik - Skallagrímur** Útsending frá leik í Dominos deild kvenna.
15.20 **Valur - ÍR**
16.35 **Selfoss - Breiðablik** Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
18.20 **FH - Valur**
19.30 **Dominos Körfuboltakvöld - Upphitun**
20.05 **Keflavík - Þór Þ.**
22.00 **Dominos Körfuboltakvöld**
22.40 **Aron Pálmason**
23.05 **HK - Breiðablik**

Stöð 2 Sport 2

08.05 **Bristol City - Norwich**
09.45 **Southampton - Shrewsbury Town**
11.25 **Manchester United - Leipzig**
13.05 **Milwaukee Bucks - Atlanta Hawks.**
15.00 **EM í dag - Upphitun**
15.50 **Holland - Tékkland** Bein útsending.
18.00 **EM í dag - Uppgjör**
18.30 **Juventus - AC Milan**
20.15 **La Liga. Goals Galore**
20.20 **Sevilla - Real Madrid**
17.35 **LA Clippers - Phoenix Suns**
00.30 **Playoff leikur** Útsending frá leik í NBA.

Mánudagur

Hringbraut

18.00 **Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.
18.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá
19.00 **Atvinnulífið - Ernir** Sigurður K. Kolbeinsson heimsækir íslensk fyrirtæki og kynnir sér starfsemi þeirra.
19.30 **Heima er bezt (e)** Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
20.00 **Lengjudeildarmörkin** Hörður og Hrafnkell fara yfir úrslit og mörk í Lengjudeild karla í knattspyrnu.
20.30-21.00 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.

RÚV Sjónvarp

11.00 **Heimaleikfimi**
11.10 **Sumarlandinn**
11.45 **Spaugstofan 2009-2010**
12.10 **Sögustaðir með Evu Maríu** Drangey
12.35 **Grænir fingur 1989-1990**
12.50 **Fagur fiskur** Hraðfiskur
13.20 **Landinn 27. október**
13.50 **Hljómskálinn**
14.20 **James Cameron. Vísindaskáldskapur í kvikmyndum**
15.05 **Villi Valli**
15.55 **Tobias og sætabrauðið - Skotland**
16.25 **Græni slátrarinn**
16.55 **Dýrin mín stór og smá**
17.40 **Músíkmolar**
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **KrakkaRÚV**
18.01 **Poppý kisukló**
18.12 **Loðmundur**
18.19 **Skotti og Fló**
18.26 **Lestrarhvutti**
18.33 **Stuðboltarni**
18.44 **Nellý og Nóra**
18.50 **Sumarlandabrot 2020**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.30 **Veður**
19.40 **Sumarlandabrot**
19.45 **Hvað getum við gert?**
19.55 **Stór kattardýr Big Cats**
20.45 **Hnappheldan Gift**
21.10 **Sumarið 85 Sommaren 85**
22.00 **Tíufréttir**
22.15 **Veður**
22.20 **Heimur myndasagna með Robert Kirkman Robert Kirkman's Secret History of Comics**
23.05 **Hefðir um heim allan Rituals**
23.55 **Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

08.00 **PGA Tour** Útsending frá Travelers Championship.
11.00 **PGA Tou**
14.00 **PGA Tour**
19.00 **PGA Highlights**
19.55 **PGA Tour** Útsending frá Travelers Championship.

Sjónvarp Símans

12.30 **Dr. Phil**
13.15 **The Late Late Show**
14.00 **The Block**
15.05 **Life Unexpected**
15.50 **90210**
16.50 **The King of Queens**
17.10 **Everybody Loves Raymond**
17.35 **Dr. Phil**
18.20 **The Late Late Show**
19.05 **The Block**
20.10 **Lambið og miðin**
20.40 **Love Life**
21.15 **MacGyver**
22.05 **Seal Team**
22.50 **Motherland. Fort Salem**
23.35 **The Late Late Show**
00.20 **Love Island**
01.15 **Ray Donovan**
02.05 **Younger**
02.30 **Bull**
03.15 **Hightown**
04.10 **Pose**

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** Danslagakeppni SKT
11.00 **Fréttir**
11.03 **Sumarmál. Fyrri hluti**
12.00 **Fréttir**
12.03 **Hádegið** Fyrri og seinni hluti
12.20 **Hádegisfréttir**
12.42 **Hádegið**
13.00 **Dánarfregnir**
13.02 **Sumarmál. Seinni hluti**
14.00 **Fréttir**
14.03 **Hringsól** Um Japan
15.00 **Fréttir**
15.03 **Út vil ek** París
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Víðsjá**
17.00 **Fréttir**
17.03 **Lestin**
18.00 **Kvöldfréttir**
18.10 **Brot úr Morgunvaktinni**
18.30 **Krakkakiljan** Sagan af bláa hnettinum
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Sumartónleikar**
20.30 **Lestin**
21.25 **Kvöldsagan. Njáls saga.** Sögulok
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Sumarmál. Fyrri hluti**
23.05 **Sumarmál. Seinni hluti**
00.00 **Fréttir**
00.05 **Næturútvarp Rásar 1**

Stöð 2 Bíó

11.05 **Spider-Man. Into the Spider Verse**
13.00 **The Wife**
14.35 **Mystery 101. An Education in Murder**
16.00 **Spider-Man. Into the Spider Verse**
17.55 **The Wife**
19.30 **Mystery 101. An Education in Murder**
21.00 **The Good Liar**
22.45 **Hot Summer Nights**
00.30 **I Still See You**
02.05 **The Good Liar**

Stöð 2

08.00 **Heimsókn**
08.20 **The Mentalist**
09.05 **Bold and the Beautiful**
09.25 **Divorce**
09.55 **The Goldbergs**
10.15 **One Born Every Minute**
11.00 **Lodgers For Codgers**
11.50 **Golfarinn**
12.15 **Last Man Standing**
12.35 **Nágrannar**
12.55 **Friends**
13.15 **Óbyggðirnar kalla**
13.45 **Manifest**
14.30 **Last Man Standing**
14.50 **Matarbíll Evu**
15.15 **Flirty Dancing**
15.55 **Suits**
16.40 **First Dates**
17.35 **Bold and the Beautiful**
18.00 **Nágrannar**
18.26 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.45 **Sportpakkinn**
18.55 **Flipping Exes**
19.35 **Making It**
20.20 **The Bold Type**
21.10 **Wentworth**
22.15 **Queen Sugar**
23.00 **60 Minutes**
23.45 **The Girlfriend Experience**
00.20 **S.W.A.T.**
01.05 **Shrill**
01.30 **Death Row Stories**
02.10 **The Mentalist**
02.50 **Divorce**
03.20 **The Goldbergs**
03.40 **One Born Every Minute**

Stöð 2 Sport

08.50 **Dominos Körfuboltakvöld**
09.25 **Pepsi Max Stúkan**
10.00 **Keflavík - Þór Þ.**
11.40 **Haukar - ÍBV**
13.05 **Haukar - Keflavík** Útsending frá leik í Dominos-deild kvenna.
14.25 **Stjarnan - Haukar** Útsending frá leik í Olís-deild karla.
15.40 **Snæfell - Fjölnir**
17.00 **HK - Breiðablik**
18.45 **Pepsi Max Upphitun**
19.05 **Leiknir R. - Víkingur R.** Bein útsending frá leik í Pepsi Max-deild karla.
21.15 **Pepsi Max Stúkan**
21.55 **Norðurálsmótið**
22.25 **Keflavík - Þór Þ.**
00.05 **Fylkir - ÍBV 2000** Fylkir barðist við Íslandsmeistara KR um Íslandsmeistaratitilinn þetta árið.

Stöð 2 Sport 2

08.10 **Cardiff City - Bristol City**
09.50 **Juventus - Barcelona**
11.35 **Atalanta - AC Milan**
13.15 **Atlético Madrid - Sevilla**
15.00 **EM í dag - Upphitun**
15.50 **Króatía - Spánn** Bein útsending.
18.00 **EM í dag - Uppgjör**
18.30 **Svíþjóð - Slóvakía**
20.10 **LA Clippers - Phoenix Suns**
22.00 **Playoff leikur** Útsending frá leik í NBA.
00.30 **La Liga. Goals Galore - Lucas Perez**
00.35 **La Liga. Goals Galore - Gerard Moreno**
01.00 **Phoenix Suns - LA Clippers** Bein útsending.

Grace Achieng trúði ekki að Ísland væri raunverulegt þegar hún heyrði fyrst af því, en það reyndist síðan draumalandið þar sem tískuóskir hennar rættust. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> „Þegar Eyjafjallajökull gaus rann það loks upp fyrir mér að Ísland væri til í alvöru.

Grace fann draumalandið á stefnumótasíðu

Kristlín Dís Ingilínardóttir
kristlin
@frettabladid.is

Æskudraumur Grace Achieng um að verða fatahönnuður rætist á næstu vikum þegar fyrsta fatalína Gracelandic kemur til Íslands. Landsins sem hún fann fyrir hálfgerða tilviljun, en reyndist síðan vera draumalandið.

Grace Achieng er fædd og uppalin í borginni Kisumu í Afríkuríkinu Kenía en elti drauma sína til Íslands og settist hér að fyrir rúmum áratug. Áður en hún flutti hingað hafði hún aldrei heyrt um Ísland og trúði ekki að það væri alvöru land.

„Ég var að spjalla við íslenskan mann á stefnumótasíðu og hélt að hann væri að ljúga að mér þegar hann sagðist vera frá Íslandi,“ segir Grace, hlæjandi. Henni hafi síðan gengið illa að finna þessa ísilögðu eyju á landakorti og því komið á óvart þegar landið komst í heimsfréttirnar.

„Þegar Eyjafjallajökull gaus rann það loks upp fyrir mér að Ísland væri til í alvöru,“ segir Grace og bætir við að saga hennar á Íslandi sé í raun ofin í tískumerkið hennar, Gracelandic. „Ég man þegar ég kom af flugvellinum í fyrsta skipti og fann eitthvað í loftinu hérna sem sagði mér að þetta yrði byrjunin á einhverju ævintýri.“

Grace reyndi að finna starf tengt tískuiðnaðinum á Íslandi, en hafði ekki erindi sem erfiði. „Ég elska tísku og hún er það eina sem mig hefur langað að fást við síðan ég var sex ára gömul,“ segir Grace sem man vel eftir því hvernig draumurinn kviknaði.

„Ég átti frænku sem var alltaf ótrúlega vel til höfð. Hún gat stigið inn í hvaða herbergi sem var og lýst það upp með nærveru sinni og ég leit rosalega mikið upp til hennar.“

Fötin skapa konuna

Þegar frænkan sú gaf Grace gulan sumarkjól breyttist líf hennar þannig að ekki varð aftur snúið. Foreldrar hennar voru efnalitlir á þessum tíma og var hún ekki vön því að eiga jafn vandaða flík. „Þegar ég fór í kjólinn í fyrsta skipti leið mér svo vel, eins og manneskju sem gæti sigrað heiminn.“

Í framhaldinu dró Grace alltaf upp kjólinn þegar henni leið illa, var lasin eða til að láta sér líða betur. „Ég mun aldrei gleyma tilfinningunni sem það gaf mér og það var sú tilfinning sem ég vildi kalla fram hjá öðrum.“

Þegar Grace var tíu ára deildi hún svefnherbergi með sex systkinum sínum. Þar eyddi hún löngum stundum í kojunni sinni við að fylgjast með klæðaburði fólks sem átti leið fram hjá svefnherbergisglugganum. „Það var það skemmtilegasta sem ég gerði að skoða fötin þeirra og hugsa: „Ég ætla að búa til svona“ eða „mig langar að gera eitthvað úr svona efni,“ segir Grace.

Allt að veði fyrir tískuna

Grace fékk útrás fyrir ástríðu sína í fyrsta skipti í menntaskóla. Þá sparaði hún hverja krónu til að geta keypt föt á flóamarkaðnum og stíliserað þau síðan eftir eigin smekk. „Þegar mamma gaf mér peninga fyrir nesti eða hádegismat, þá hljóp ég í skólann og sleppti hádegismat frekar en að eyða peningunum.“

Það var erfitt að skera sig úr í menntaskólanum þar sem strangar reglur giltu um klæðaburð og skólabúninga. „Ég man að sólar á skóm máttu bara vera í ákveðinni hæð, en ég keypti skó sem voru með örlítið hærri hælum en leyfilegt var.“

Skólastjórnendur komu fljótt auga á stílbrotið og vildu fá að mæla skóna. „Um leið og þau spurðu hljóp ég heim eins hratt og fætur toga,“ segir Grace kímin. Fyrir vikið var henni refsað og hún látin sitja eftir næstu daga. „Það var samt þess virði. Ég ætlaði ekki að leyfa þeim að taka skóna mína.“

Tískuverðbólga í skólastílnum

Um helgar gat Grace þó klætt sig upp og lenti þá iðulega í því að fólk spurði hvort hægt væri að kaupa fötin sem hún klæddist. „Oft vildi það borga tvöfalt hærra verð en það sem ég borgaði upphaflega.“

Í kjölfarið byrjuðu Grace og vinkona hennar að kaupa notuð föt, breyta þeim og selja í skólanum. Framtakinu var vel tekið og úr varð eins konar fyrirtæki sem þær héldu gangandi þar til stefnan var tekin á framhaldsnám.

Þá fluttist Grace til Mombasa þar sem hún lauk háskólanámi í markaðsfræði. Tískan fylgdi henni yfir landið og nýttist vel í náminu. „Mér fannst gaman að klæða vini mína og húsið mitt varð bara eins og farfuglaheimili þar sem samnemendur komu og fengu lánuð föt hjá mér.“

> „Þar sem ég fékk ekki vinnu við tísku ákvað ég að kaupa mér saumavél og efni og læra að gera þetta sjálf á netinu.

Giftist óvart

Þegar Grace var 25 ára kynntist hún Íslendingi á netinu og giftist honum óvænt í Mombasa stuttu síðar. „Við ætluðum að spyrjast fyrir um dvalarleyfi hjá sýslumanninum í Kenía og vorum búin að skipuleggja fund,“ útskýrir Grace. Sýslumaðurinn hafi síðan spurt þau hvort þau væru tilbúin. „Við vorum þarna í hversdagsfötunum okkar, hann í stuttermabol og ég í einhverjum kjól, og spurðum: „Tilbúin í hvað?“

„Nú, til að gifta ykkur,“ svaraði sýslumaðurinn um hæl.“

Þau hafi þá litið hvort á annað, yppt öxlum og ákveðið að slá til. Nokkrum mánuðum síðar flutti Grace til Íslands, þar sem hún hefur búið síðan 2010.

Sjálfmenntaður hönnuður

„Þar sem ég fékk ekki vinnu við tísku ákvað ég að kaupa mér saumavél og efni og læra að gera þetta sjálf á netinu,“ segir Grace, sem sótti einnig saumanámskeið og kynnti sér sjálfbærni. „Ég hef lært mjög mikið hér á Íslandi og margir hafa rétt mér hjálparhönd til þess að gera draum minn að veruleika,“ segir Grace hrærð.

Í heimsfaraldrinum gafst henni loks tími og svigrúm til að hanna fatalínu. „Ég vildi hanna föt sem láta konum líða vel með sjálfar sig á sama tíma og þau líta vel út.“

Grace hannaði einnig línuna alla með samfélagslega ábyrgð að leiðarljósi. „Til að byrja með vissi ég ekkert um tískusiðferði, en eftir að hafa rannsakað hvaða efni ég vildi nota og þess háttar, sá ég að þrátt fyrir að tískuheimurinn væri sveipaður þessum ljóma þá leynist ýmislegt í skugganum.“

Sjálfbær tíska

Heimildamyndin True Cost, sem fjallar um skaðleg áhrif hraðtísku (e. fast fashion) hafði mikil áhrif á Grace. „Það var sorglegt að sjá afleiðingarnar og hvernig fólkið sem framleiðir fötin er misnotað.“

Starfsfólkið býr víða við sára fátækt og er neytt til þess að vinna myrkranna á milli við skelfilegar vinnuaðstæður fyrir lítil sem engin laun. „Svo eru eiturefni, sem hafa ekki bara skaðleg áhrif á starfsfólkið heldur heilu þorpin, notuð við fatalitun og fleira.“

Markmið Gracelandic er að hanna vörur með hliðsjón af sjálfbærni. „Mig langar að fólkinu sem býr til fötin mín séu tryggðar öruggar vinnuaðstæður og sanngjörn laun,“ segir Grace, sem vill ekki vera sú eina sem græðir á fyrirtækinu. „Ég vil að allir græði á því sem ég er að gera.“

Fyrsta sendingin af fatalínunni er væntanleg í byrjun júlí en fólk getur tryggt sér sanngirnisvottaða flík á heimasíðunni Gracelandic.com strax í dag. „Ég vil að Gracelandic snúist bæði um tísku og um að styðja við annað fólk,“ segir Grace, sem stefnir á að opna barnaheimili í Kenía ef allt gengur vel. „Ég hef náð svo langt og núna langar mig að gefa af mér og hjálpa öðrum.“ ■

VELJUM ÍSLENSKT
Opið í dag, laugardag kl. 10–14
Komdu við, skoðaðu úrvalið og fáðu góð ráð!
Njóttu þín í garðinum
Nýttu tækifærið og fegraðu garðinn heima eða í sumarhúsinu. Við bjóðum landsins mesta úrval af hellum og hleðslusteinum fyrir veröndina, garðinn og innkeyrsluna.
Skoðaðu úrvalið á bmvalla.is
ÍST ISO 9001
bmvalla.is
Stöndum vörð um íslenska framleiðslu.
BM·VALLÁ

Dimma er skipuð Silla bassaleikara, Agli trommara, Stefáni söngvara og Ingó gítarleikara, sem segir bandið í toppformi eftir áralanga keyrslu. „Við erum búnir að vera alveg meðvitaðir um að þegar platan kæmi út yrðu menn að vera í formi og erum það allir núna.“ MYND/ ÓLÖF ERLA EINARSDÓTTIR

Dimma rís upp úr þögninni

Þórarinn Þórarinsson
thorarinn
@frettabladid.is

Samkomufrelsinu fegin ætlar þungarokkssveitin Dimma að fylgja sjöttu breiðskífu sinni, Þögn, eftir með tónleikahaldi og takmarkalausu stuði víða um land. Tilefnið er enda ærið þar sem platan rýfur fjögurra ára þögn og Ingó Geirdal gítarleikari fullyrðir að hún sé sú besta hingað til.

„Dimma gaf síðast út plötuna Eldraunir 2017 þannig að það má segja að við rjúfum þögnina núna með þessari sjöttu breiðskífu okkar,“ segir gítarleikarinn Ingó Geirdal um nýju plötuna, sem ber viðeigandi titil, Þögn.

Þögn er jafnframt fyrsta hljóðversskífa Dimmu síðan trommarinn Egill Örn Rafnsson fyllti skarð Birgis Jónssonar, sem er floginn á braut og er nú skýjum ofar sem forstjóri flugfélagsins Play.

„Það er bara nákvæmlega þannig og Egill Örn kom mjög sterkur inn í hljómsveitina síðla árs 2018. Við erum allir búnir að þekkjast í tuttugu ár eða svo og ég, Silli og Stefán höfum allir spilað með Agli á einhverjum tímapunkti þannig að þetta small alveg saman strax á fyrstu æfingu.

Aldrei verið betri

Við erum nú á því, svo ég segi það bara alveg heiðarlega, að þetta sé okkar besta plata til þessa. Ég er ekkert að segja þetta bara vegna þess að hún er nýjust eða neitt slíkt. Þetta hljómar kannski hrokafullt en ég er bara að segja það af einlægni og heiðarleika. Þetta gekk bara svo gríðarlega vel og hljómsveitin er náttúrlega orðin sautján ára gömul þannig að það væri nú eitthvað skrýtið ef hún batnaði ekki með árunum,“ segir Ingó og hlær.

„Það er bara okkar mat og margra annarra að bandið hafi aldrei verið betra en akkúrat núna og mér finnst það heyrast og skila sér mjög vel á plötunni og stór þáttur í því er að við erum búnir að gera þetta svo lengi og að við höfum gefið okkur góðan tíma í þetta,“ heldur Ingó áfram og einlægnin leynir sér ekki.

Ingó í stuði með Bubba 2015 en er jafnvel hressari nú, enda bíta árin ekki á þungarokkara. FRÉTTABLAÐIÐ/ PJETUR

> „Það er bara okkar mat og margra annarra að bandið hafi aldrei verið betra en akkúrat núna og mér finnst það heyrast og skila sér mjög vel á plötunni.

Rauðvínsleginn vínill

„Já, já, já. Algjörlega,“ segir Ingó aðspurður hvort Dimma hafi á síðustu fjórum árum fundið vel fyrir þrýstingi og eftirvæntingu þéttra og traustra aðdáenda sveitarinnar eftir nýju efni.

„Upphaflega stóð til að gefa plötuna út 2019 og svo 2020 en þetta eru búnir að vera skrítnir tímar og þetta tafðist allt en við náðum líka að nýta okkur það til góðs með því að gefa okkur meiri tíma við vinnslu plötunnar. Bæði í upptökur og hljóðblöndun.“

Þögn er að sjálfsögðu fáanleg á helstu streymisveitum eins og Spotify en rokkhundarnir í Dimmu eru af gamla skólanum og gefa því vitaskuld einnig út á geisladiski og vínil. „Við erum nefnilega mjög „old school“ og höldum okkur bara við það,“ segir Ingó og hlær.

„Það er svo mikið af fólki sem hlustar á Dimmu sem er að safna plötunum þannig að hún er komin út í glæsilegum geisladiskapakka með 20 blaðsíðna bæklingi með myndum og öllum textum. Og svo er hún aðeins pressuð í 300 eintökum á rauðvínslitaðan vínil sem er væntanlegur núna um miðjan júlí,“ segir Ingó og lætur fljóta með að drjúgur hluti upplagsins sé þegar uppseldur í forsölu á Plötubúðin.is.

„Þess vegna erum við að leggja mikið í þetta. Ólöf Erla Einarsdóttir, grafískur hönnuður hjá Svart, hefur gert öll umslög fyrir okkur frá og með Vélráðum sem kom út 2014. Það eru nú flestir sammála um að umslagið á Þögn sé okkar besta hingað til og hún á allan heiðurinn af því.“

Ótakmarkað stuð

Dimma ætlar að fylgja Þögn eftir með tónleikaferð víða um land í sumar og haust sem nær hápunkti með útgáfutónleikum í Eldborgarsal Hörpu föstudaginn 8. október.

„Heldur betur. Algjörlega,“ segir Ingó þegar hann er spurður hvort mannskapurinn bíði ekki óþreyjufullur eftir því að komast á svið og rokka feitt fyrir almennilegan áhorfendaskara eftir margra mánaða takmarkanir.

„Við erum nýbyrjaðir að geta spilað aftur en höfum þó verið að spila við þessar takmarkanir sem nú er búið að aflétta og það má eiginlega segja að með útgáfutónleikunum munum við ekki bara fagna plötunni heldur líka nýjum tímum,“ segir Ingó og hlær við tilhugsunina um takmarkalaust stuð.

Bandið fer að hugsa sér til hreyfings í næsta mánuði en fer, eins og önnur allt öðruvísi hljómsveit íslensk, hljóðlega af stað. „Við verðum á ferðinni í júlí en ætlum ekkert að mjólka þetta algjörlega í sumar og dreifum þessu á haustið líka. Við munum halda nokkra svona smærri útgáfutónleika úti á landi, meðal annars á Græna hattinum á Akureyri og í Valaskjálf á Egilsstöðum, þannig að við verðum í toppformi á stóru útgáfutónleikunum í Eldborg 8. október.

Hávær upprisa

Dimma ætlar að spila Þögn eins og hún leggur sig á stóru tónleikunum. „Eftir hlé munum við svo leika öll okkar vinsælustu og þekktustu lög þegar eldri sleggjur verða teknar. „Það verður öllu tjaldað til og við höfum nú ekki verið þekktir fyrir að spara mikið þegar við höfum verið að halda þessa útgáfutónleika okkar þannig að þetta verður mikið sjónarspil sem við erum að leggja drögin að núna.“

Dimma er ekki heldur beinlínis þekkt fyrir þögn þannig að titill plötunnar virðist vera í einhvers konar þversögn við innihaldið. „Já, það má kannski segja það, en þrjár síðustu plöturnar, Myrkraverk, Vélráð og Eldraunir, mynda eiginlega ákveðinn þríleik þar sem umfjöllunarefnið er allt svona frekar myrkt og drungalegt,“ segir Ingó.

„En á Þögn kveður svolítið við nýjan tón og þema plötunnar er eiginlega upprisa og kviknaði svolítið út frá því að Þögn var fyrsta lagið sem var samið fyrir plötuna og upprisan hefst oft með því að rjúfa þögnina.“ ■

UEFA EURO2020
EM Í DAG
EM2020
Gummi Ben og Helena Ólafs fylgja þér í gegnum EM í sumar!
ALLA LEIKDAGA 21:00
ÍTA v AUS
16 LIÐA ÚRSLIT - Í KVÖLD 19:00
BEL v POR
16 LIÐA ÚRSLIT - SUNNUDAG 19:00
Tryggðu þér áskrift á stod2.is
NÓA KROPP
HAGKAUP
Coca-Cola

Lífið í vikunni 20.06.21 26.06.21

Komið að því

Nýtt þjóðhátíðarlag útvarpsþáttarins FM95BLÖ, Komið að því, er komið á Spotify og kjarni málsins felst í titlinum, þar sem það er komið að því að þátturinn mæti aftur í Herjólfsdal eftir messufall í fyrra.

Pólitískt leynimakk

Ábreiðubandið Bjartar sveiflur sneri aftur eftir nánast tveggja ára tónleikapásu. Arnar Ingi og Loji Höskuldsson upplýstu í Fréttablaðinu að lagavali sveitarinnar fylgi stundum mikið innbyrðis og hápólitískt leynimakk.

Transverkefnabók

Transaktífistarnir Ugla Stefanía og Fox Fisher fögnuðu útgáfu bókarinnar The Trans Survival Workbook í Bretlandi, en Ugla segir bókina mögulega geta hjálpað fólki að skoða kynvitund sína á listrænan og öðruvísi hátt.

Katla gýs stjörnum

Kötluþættir Baltasars Kormáks byrjuðu að gjósa á Netflix á þjóðhátíðardaginn og fengu ★★★★ í Fréttablaðinu þar sem vönduðum þáttum var lýst sem „skemmtilega vel heppnaðri þjóðsögu með hryllingsívafi og vísindatengingum“.

Ólafur Örn og Steinarr búast við góðri mætingu enda er spáð einstaklega góðu veðri. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Langborð og líf á Laugavegi

Í dag verður blásið til veislu á Laugavegi. Langborð verður sett upp á göngugötunni þar sem fólk getur skemmt sér saman. Ólafur Örn og Steinarr, vertar á vínstúkunni Tíu sopum, segja mikilvægt að leggja sitt af mörkum til að glæða Laugaveginn lífi.

steingerdur@frettabladid.is

Í dag verður efnt til heljarinnar veislu á Laugaveginum, Sumarmatstöðum, þar sem öllu verður tjaldað til, þar á meðal langborði á miðri göngugötunni. Þar verða í boði veitingar og drykkir, en verkefnið er samstarf Vínstúkunnar Tíu sopa, Sumac, Public House – Gastropub og Sumarborgarinnar Reykjavík. Veitingamaðurinn Ólafur Örn Ólafsson, einn eigenda Tíu sopa, hefur unnið ásamt fleirum á svæðinu í að glæða götuna lífi, sem hefur gengið framar vonum. Viðburðurinn var fyrst haldinn í fyrra. Þá var heimsfaraldurinn tímabundið í rénun og var gífurlega góð mæting, þétt setið allan daginn. Sagan mun vafalaust endurtaka sig í dag, þar sem spáð er góðu veðri og gleði færist í landann eftir afléttingu samkomutakmarkana í nótt.

„Okkur langaði að gera eitthvað skemmtilegt. Við sáum auglýst frá viðburðarpotti Reykjavíkurborgar, Borgin okkar, og við sóttum um. Fyrst vorum við að velta því fyrir okkur hvað við vildum gera. Þá kom þessi hugmynd, að halda hreinlega veislu. Að dúka upp langborð, þannig að við bara gerðum það,“ útskýrir Ólafur.

„Síðast var fullt frá því við opnuðum og til lokunar, sem var merkilegt því að auðvitað var heimsfaraldurinn enn í huga fólks. En við töldum reglulega og gættum fyllstu varúðar,“ bætir Steinarr Ólafsson við, vert á Tíu sopum.

Viðburðurinn hefst klukkan 14.00 í dag. MYND/GUNNAR DOFRI

„Við erum fyrst og fremst að hugsa um að hafa gaman,“ segir Ólafur.

„Svo er búin að vera stöðug traffík hérna á Laugaveginum undanfarið. Fólk er svona loksins að leyfa sér að sleppa sér. Fólk er að byrja snemma en margir eru líka til lokunar,“ segir Steinarr.

Ólafur Örn hefur verið mikill talsmaður þess að lítið sé til í því að lífið sé dautt á Laugaveginum.

„Það er fullt af fólki á Laugaveginum. Allir sem segja að Laugavegurinn sé dauður hafa einfaldlega ekki komið hingað lengi. Við viljum sýna fram á að ef fólki finnst vanta líf á Laugaveginn þá er um að gera að taka málin í sínar hendur, gera eitthvað til að sækja fólk. Við erum að gera nákvæmlega það, bjóða upp á skemmtilegan dag, góðan mat og hressandi félagsskap á göngugötunni. Nota hana fyrir það sem hún á að vera,“ segir Ólafur.

Vínstúkan mun standa fyrir viðburðaröð á fimmtudögum í allt sumar.

„Þetta er í samstarfi við Vonarstræti sem er hérna á efri hæðinni. Alla fimmtudaga klukkan fimm, tónlist eða grín, bara það sem okkur dettur í hug. Þetta er bara ein af okkar leiðum til að færa enn meira líf á Laugaveginn,“ segir Steinarr.

> ”
> **Allir sem segja að Laugavegurinn sé dauður hafa einfaldlega ekki komið hingað lengi.**
>
> Ólafur Örn.

Staðurinn er svo líka í samstarfi við Austurland Food Coop, og býður upp á grænmetis- og ávaxtamarkað fyrir utan Vínstúkuna alla laugardaga.

„Fyrsti dagurinn var um síðustu helgi og var mega hittari,“ segir Ólafur Örn.

„Það er bara allt að verða frábært. Fleiri ferðamenn, sól og gleði,“ segir Steinarr.

„Okkur langar bara að gefa lífinu sem er hérna pláss,“ bætir Ólafur Örn við.

„Það gerir okkar vinnu skemmtilegri,“ segir Steinarr. ■

AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@torg.is*, **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Auður Húnfjörð *audur@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson *hlynur@frettabladid.is* , Reynir Elís Þorvaldsson *reynir@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078:** Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is* FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, **TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*

KFC
NÚ DÖNSUM VIÐ!
Col. Harland Sanders

BYKO

Allt að 50% afsláttur!

SUMAR ÚTSALA

-25%
Napoleon grill

*ekki Honda

-25%
Bensínsláttuvélar*

*ekki rafmagns

-20%
Reiðhjól*

-25%
Trampólín

-25%
Garðhúsgögn

-30%
Reiðhjólahjálmar

Verslaðu á netinu *á byko.is*

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

-25%
Timburblómakassar

-25%
Bensínsláttuorf

-20%
Gjøco viðarvörn XO

-25%
Hekkklippur

-20%
Girðingaeiningar

-40%
Fræ

-30%
Blómapottar & garðskraut

-30%
Blóm, tré og runnar

-25%
Leikföng

-25%
Körfuboltaspjöld

-20%
Háþrýstidælur

Sjáðu öll tilboðin á byko.is

Á fimmtudögum er opið í timburverslun Breidd til 21:00

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

550 5000 RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is PRENTUN Torg ehf. DREIFING Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is

■ Bakþankar

Margrétar Kristmannsdóttur

Haugruglað eintak

Þegar ein kunningjakona mín ákvað að hella sér út í pólitík fyrir nokkrum árum ákvað hún að heimsækja foreldra sína áður en ákvörðunin yrði gerð opinber. Ástæða heimsóknarinnar var að búa gömlu hjónin undir þær umræður sem myndu fylgja henni þegar hún yrði orðin opinber persóna. Og eitt brýndi hún sérstaklega fyrir foreldrunum – aldrei nokkurn tíma mættu þau fara inn á kommentakerfi fjölmiðlanna eða fylgja eftir spjallþráðum, þar sem búast mætti við að dóttir þeirra væri til umræðu. Með þessu vildi hún verja foreldra sína fyrir þeim skrifum sem hún vissi að biðu hennar handan við hornið.

Og það þarf ekki að vera opinber persóna til að vekja nettröllin. Eftir síðustu bakþanka var ég sögð „haugruglað eintak og veruleikafirrt„ og fólk hvatt til að sniðganga fyrirtækið sem ég rek. Við verðum seint sammála um allt, en það eru svona skrif sem ég vil gagnrýna – þar sem rökræðan er engin og eingöngu hjólað í manninn. Við hljótum að geta rætt málin og sýnt hvert öðru gagnkvæma virðingu.

Því það er gott að búa á Íslandi, en við getum gert svo miklu betur á mörgum sviðum. Og í dag eru of margir sem veigra sér við að taka þátt í umræðunni því þeir óttast að lenda í hakkavélinni sem fylgir því að láta skoðun sína í ljós. En við þurfum okkar öflugasta fólk upp á dekk í þeim verkefnum sem fram undan eru og fúkyrðaflaumurinn má ekki verða til þess að draga úr okkur kjark.

Auðvitað segjum við stundum eitthvað sem við sjáum eftir en þegar kemur að rituðu máli er ágætis mælikvarði að birta eingöngu það sem við værum sæmilega sátt við að birtist t.d. á baksíðu Fréttablaðsins undir nafni og mynd. ■