Nauðgun notuð sem vopn

Christina Lamb segir kynferðislegt ofbeldi æ meira notað sem vopn í stríði. ➤ 22

Brjóstagjöf ung fræðigrein

Brjóstagjafaráðgjafar vilja skýrari stefnu til að viðhalda góðum árangri. ➤ 28

FRÉTTABLAÐIÐ

199. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR

LAUGARDAGUR 9. OKTÓBER 2021

Stendur á milli tveggja heima

Anna Birta Lionaraki segir framliðið fólk hafa birst sér frá unglingsaldri. Eiginleikann kallar hún hyperskynjun. Hún segir hið eiginlega hel vera innra. Mikilvægt sé því að heila sár sín í mannheimum. ➤ 20

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

NÝJASTA EPLA-UPPSKERAN ER KOMIN Í ELKO

ELKO

Ofurráðuneyti veldur áhyggjum

adalheidur@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Nýtt innviðaráðuneyti er líklega að verða að veruleika samkvæmt heimildum Fréttablaðsins. Hugmyndin hefur verið rædd frá í sumar og hefur hún verið nokkuð ítarlega rædd meðal formanna stjórnarflokkanna.

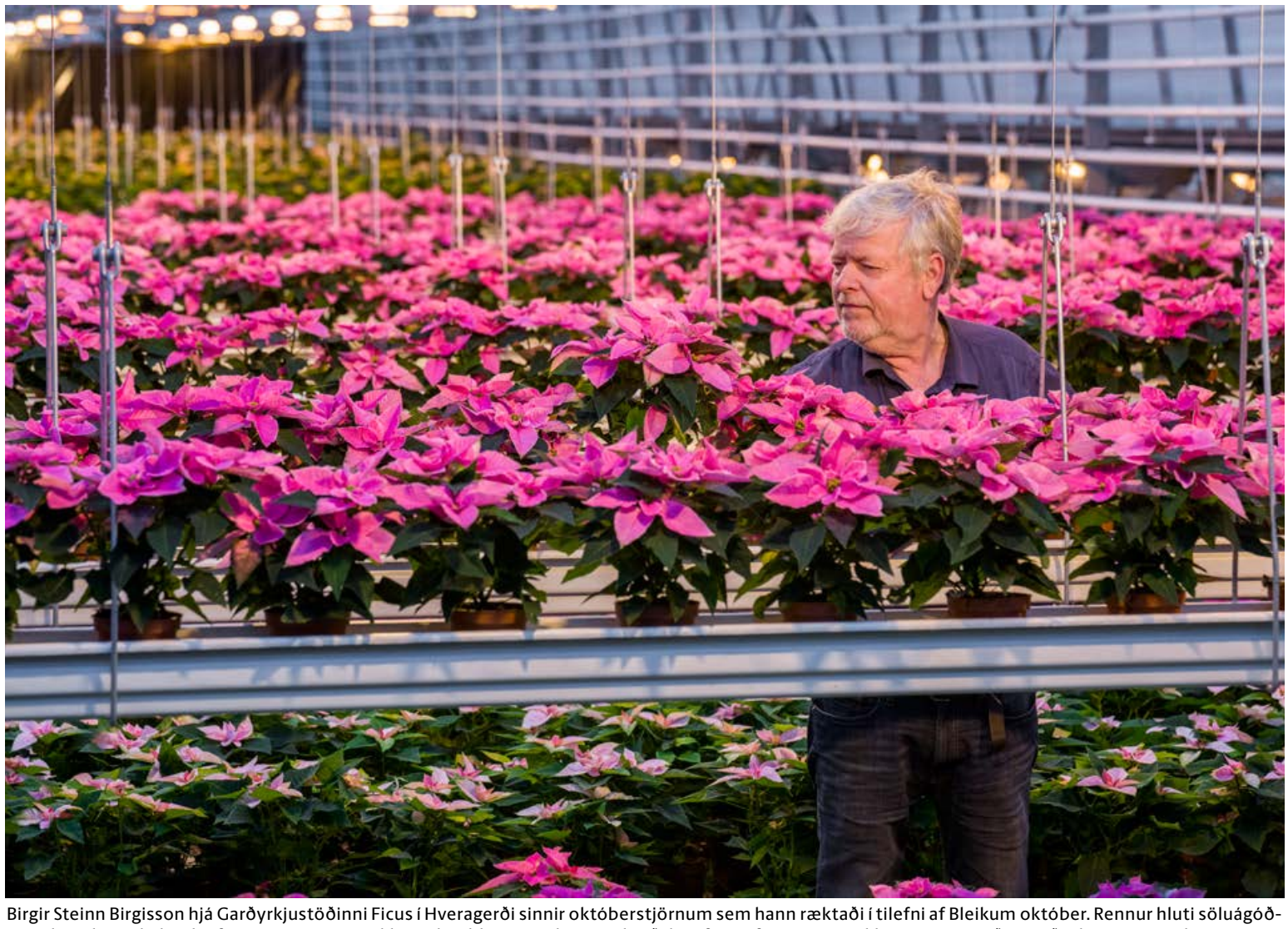
Hið nýja ráðuneyti hefur, frá því viðræður hófust, verið hugsað sem

Sigurður Ingi Jóhannsson, formaður Framsóknarflokksins

sigurlaun Framsóknarflokksins. Mun formaður flokksins, Sigurður Ingi Jóhannsson, að óbreyttu stýra því. Hins vegar fara áhyggjur vaxandi af því að hugmyndin sé að vinda um of upp á sig og nýja ráðuneytið stefni í að verða fullstórt fyrir smekk hinna stjórnarflokkanna.

Sem stendur er rætt um að auk málefna sveitarfélaganna og samgöngumála fari öll húsnæðis-, skipulags- og landnýtingarmál í ráðuneytið auk veigamikilla málaflokka á sviði orkumála og iðnaðar. Meðal ráðuneyta sem misst gætu mál til ráðuneytis yrðu, auk samgönguráðuneytisins, félagsmálaráðuneytið, umhverfisráðuneytið, iðnaðarráðuneytið og forsætisráðuneytið. ■

Ræktar októberstjörnur



Birgir Steinn Birgisson hjá Garðyrkjustöðinni Ficus í Hveragerði sinnir októberstjörnum sem hann ræktaði í tilefni af Bleikum október. Rennur hluti söluágóðans til styrktar Bleiku slaufunni. Birgir segir mikla ásókn í blómin en hann ræktaði þau fyrst í fyrra og átti ekki von á svo góðum viðtökum og raun bar vitni. Hann ræktar sjö liti af jólastjörnum og er uppskeran þetta árið tuttugu þúsund blóm. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Endurnýjað landslið Íslands lék við Armena í gærkvöldi. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ísak Bergmann tryggði Íslandi stig

hjorvaro@frettabladid.is

FÓTBOLTI Ísak Bergmann Jóhannesson skoraði mark íslenska karlalandsliðsins í fótbolta þegar Ísland gerði 1-1 jafntefli við Armeníu í undankeppni HM 2022 á Laugardalsvellinum í gær.

Ísak, sem kom inn á sem varamaður í hálfleik, er yngsti markaskorari í sögu íslenska landsliðsins, 18 ára gamall.

Ísland mætir Liechtenstein í næstu umferð undankeppninnar. Þar leiða saman hesta sína tvö neðstu lið riðilsins. ■

GLEYM MÉR EI

MINNINGARSTUND

15. OKTÓBER 2021 KL 18:00

Alþjóðlegur dagur tileinkaður missi á meðgöngu og barnsmissi.

Laugarneskirkju

Verður líka streymt á Facebook
gleymmereistyrktarfelag

Uppsögn Ólafar geti breytt hluthafahópi Icelandair

Efling segir að ef Icelandair verði dæmt brotlegt í Félagsdómi muni stærri fjárfestar þurfa að selja bréf sín vegna samfélagsábyrgðar. Flugfreyjur og flugmenn fordæma uppsögn hlaðkonu og vilja að hún verði afturkölluð.

bth@frettabladid.is

VINNURÉTTUR Viðar Þorsteinsson hjá Eflingu – stéttarfélagi segir að helstu hluthafar í Icelandair hljóti að standa frammi fyrir áleitnum spurningum vegna uppsagnar trúnaðarmanns hlaðmanna á Reykjavíkurflugvelli, Ólafar Helgu Adolfsdóttur. Fjárfestar séu bundnir af skuldbindingum um samfélagsábyrgð sem þeir hafi sjálfir gefið út.

„Við höfum lagst í skoðun á þessu og það er ljóst að allir stærstu fjárfestar Icelandair eru bundnir af viðmiðum um samfélagslega ábyrgar fjárfestingar. Það á bæði við Bain Capital, stærsta eigandann, sem og lífeyrissjóðina og Arion banka sem eiga stærstu hlutina í Icelandair hér innanlands," segir Viðar.

Að sögn Viðars gæti brot af þeirri alvarleikagráðu sem hann segir verið að fremja á Ólöfu virkjað ákvæði í reglum um ábyrgar fjárfestingar.

„Það er í kortunum að þessir hluthafar gætu þurft að selja hlut sinn í Icelandair ef fyrirtækið verður dæmt brotlegt í Félagsdómi, sem er nánast öruggt," segir Viðar.

Sem dæmi segir í stefnu um ábyrgar fjárfestingar hjá lífeyrissjóðnum Gildi að tengist fyrirtæki skráð á innlendan markað broti á sviði umhverfismála og félagslegra málefna sé markmið sjóðsins að beita sér sem eigandi fyrir því að látið verði af því broti.

Uppsögn Ólafar Helgu Adolfsdóttur er sögð geta haft óvænt áhrif. MYND/AÐSEND

Viðar Þorsteinsson hjá Eflingu

„Ef slíkar aðgerðir bera ekki fullnægjandi árangur mun sjóðurinn taka til skoðunar sölu viðkomandi eignarhlutar í heild eða að hluta," segir hjá Gildi.

Viðar fullyrðir að ólögleg uppsögn trúnaðarmanns myndi augljóslega alltaf falla undir „brot á sviði félagslegra málefna" í skilningi stefnu Gildis. Sams konar klausur séu í stefnum annarra lífeyrissjóða sem eiga hluti í Icelandair, til dæmis Brúar lífeyrissjóðs og LSR.

Flugfreyjur í Flugfreyjufélagi Íslands (FFÍ) og Félag íslenskra atvinnuflugmanna (FÍA) bættust í gær í hóp þeirra sem styðja Eflingu í að uppsögn Ólafar verði afturkölluð.

Áður höfðu flugvirkjar ályktað um sama mál.

„Með þessari framgöngu telur FFÍ að Icelandair sé að gera alvarlega atlögu að uppsagnarvernd trúnaðarmanna á vinnustöðum," segir í yfirlýsingu flugfreyja og flugmenn eru ekki síður harðorðir og lýsa fullum stuðningi við Eflingu í málinu.

„FÍA fordæmir því þessar aðgerðir Icelandair, sem jafnframt eru studdar af SA [Samtökum atvinnulífsins] og skorar um leið á Icelandair að draga uppsögnina til baka," segir í yfirlýsingu flugmannanna.

Fréttablaðið sendi Boga Nils Bogasyni, forstjóra Icelandair, fyrirspurn í þremur liðum en fékk ekki svör.

Upplýsingafulltrúi Icelandair segir í skriflegu svari að félagið hafi engu að bæta við yfirlýsingu sem send var Fréttablaðinu í vikunni. Þar var harmað að málið hefði farið í fjölmiðla og sagt að vafi léki á að Ólöf hefði verið trúnaðarmaður er henni var sagt upp. ■

Auður til framtíðar

Nýr framtíðarreikningur, tvöfalt hærri vextir.

Stofnaðu framtíðarreikning hjá Auði og tryggðu barninu þínu tvöfalt hærri vexti á framtíðarsparnaðinn.

skv. aurbjorg.is

audur.is

audur

Dóttir Kviku

Tölur vikunnar

89,5%
Íslendinga á aldrinum 40-49 ára eru fullbólusett.

0,25%
hækkun stýrivaxta þýðir að stýrivextir fara í 1,5% samkvæmt ákvörðun Seðlabankans í vikunni.

1.270
íbúðir á að reisa á Akranesi á næstu árum, þar af 400 á hinum eftirsótta Sementsreit.

7,7
milljarðar króna af 10 milljörðum fara í útboð í verkefni Reykjavíkurborgar við stafræna umbreytingu.

11,9
milljónir skjala eru í Pandóruskjölunum. Skjölin koma frá fyrirtækjum sem sérhæfa sig í að setja upp aflandsfélög og aflandssjóði.

Fjórar í fréttum

Ólöf Helga Adolfsdóttir

trúnaðarkona hjá Icelandair

„Þetta var mikið sjokk. Ég hef ekki verið rekin áður," sagði Ólöf við Fréttablaðið í vikunni eftir að henni, einu konunni í hlaðdeildinni, var sagt upp hjá Icelandair.

Hildur Þórisdóttir

fulltrúi í sveitarstjórn Múlaþings

„Fólk er náttúrulega ennþá kvíðið. Það tekur langan tíma að komast yfir hamfarir sem ógna tilveru og lífi íbúa," sagði Hildur vegna hamfaraveðurs og flóða á Norður- og Austurlandi.

Lenya Rún Taha Karim

frambjóðandi til Alþingis

„Er þetta ekki annars það sem allir svölu krakkarnir eru að gera?" sagði Lenya Rún um kæru sína til Alþingis vegna talningar í Norðvesturkjördæmi til Alþingis.

Sara Björk Gunnarsdóttir

knattspyrnukona

„Ég vonast til þess að verða konum innblástur til að gera þetta og sýna að það er val að þurfa ekki að kjósa á milli þess að eiga fjölskyldu og atvinnumannsferilsins," sagði Sara Björk um meðgönguna og ferilinn. ■

Ísland geti reynst skaðabótaskylt ef ekki er staðið við loftslagsmarkmið

Doktor í lögfræði varar við því að standa ekki við skuldbindingar Parísarsáttmálans, Ísland geti reynst skaðabótaskylt vegna annars alþjóðasamnings.

arib@frettabladid.is

Vanúatú hefur beðið um álit Alþjóðadómstólsins í Haag á skyldum ríkja til að bregðast við loftslagsbreytingum. Yfirborð sjávar hefur hækkað um 6 millimetra á ári frá 1993. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

UMHVERFISMÁL Hætta er á að íslenska ríkið kunni að verða dæmt skaðabótaskylt á grundvelli hafréttarsamnings Sameinuðu þjóðanna og til greiðslu skaðabóta ef ekki verður staðið við skuldbindingar Parísarsáttmálans um samdrátt í losun gróðurhúsalofttegunda. Þetta segir Snjólaug Árnadóttir, nýdoktor við lagadeild Háskólans í Reykjavík.

Líkt og greint var frá fyrr í vikunni er ekkert sem bendir til að Ísland muni ná því markmiði að draga úr losun um einn tíunda hluta af 29 prósenta samdrætti ár hvert á tímabilinu 2021 til 2030, í þeim geirum sem íslensk stjórnvöld bera beina ábyrgð á. Það eru vegasamgöngur, sjávarútvegur, landbúnaður, úrgangur og smærri iðnaður.

Árni Finnsson, formaður Náttúruverndarsamtaka Íslands, segir blasa við að Ísland verði á endanum beitt refsiaðgerðum.

Guðmundur Ingi Guðbrandsson umhverfisráðherra segir ljóst að Ísland og önnur ríki þurfi að grípa til hertra og frekari aðgerða. Þar sé aðgerðaáætlunin frá 2020 lykilstjórntæki sem efla þurfi og styrkja.

„Umhverfisstofnun vinnur nú að uppfærðum framreikningum á losun gróðurhúsalofttegunda á Íslandi, miðað við uppfærða eldsneytisspá Orkustofnunar. Þegar þeir útreikningar liggja fyrir fáum við gleggri mynd af stöðunni," segir Guðmundur.

Snjólaug segir að sem aðili að hafréttarsamningnum beri Íslandi skylda til að draga úr mengun hafsins. Ef ekki takist að leysa úr ágreiningi þurfi málið að fara fyrir dómstóla. Umhverfisverndarákvæði samningsins eru mörg hver opin, hefur þá verið litið til annarra samninga við túlkun þeirra.

> Þau fá þá ekki bara ávítur eða vægar refsiaðgerðir heldur dóm sem er bindandi að þjóðarétti og slíkur dómur gæti jafnvel skyldað Ísland til greiðslu skaðabóta.

Snjólaug Árnadóttir, doktor við Lagadeild HR

Vísar Snjólaug í Alan Boyle, einn fremsta fræðimann heims á sviði alþjóðlegs umhverfis- og hafréttar, sem fært hefur fyrir því rök að fyrrnefnd ákvæði hafréttarsamningsins megi túlka með hliðsjón af Parísarsamningnum.

„Það þýðir að losun gróðurhúsalofttegunda í hafrýmið og afleiðingar þess, svo sem hækkandi sjávarmál og súrnun sjávar, varði fyrrnefnd ákvæði og ríki geti gerst brotleg við hafréttarsamninginn ef þau grípa ekki til fullnægjandi aðgerða til að draga úr þessari mengun," segir hún.

Með tengingu Parísarsamningsins við sáttmálann er hætta á að Ísland, sem og fleiri ríki, verði dæmd brotleg ef þau uppfylla ekki skuldbindingar sínar. „Þau fá þá ekki bara ávítur eða vægar refsiaðgerðir heldur dóm sem er bindandi að þjóðarétti og slíkur dómur gæti jafnvel skyldað Ísland til greiðslu skaðabóta," segir Snjólaug.

Vanúatú hefur þegar beðið um álit Alþjóðadómstólsins í Haag á skyldum ríkja til að bregðast við loftslagsbreytingum.

„Biðin eftir álitinu mun líklega taka einhver ár en í þessum efnum er þó ekki ráðlegt að bíða og vona það besta. Ísland þarf að grípa strax til aðgerða til að mæta þjóðréttarlegum skuldbindingum sínum um samdrátt í losun gróðurhúsalofttegunda. Hinn valkosturinn gæti orðið dýrkeyptur."

Snjólaug hefur einnig ritað ítarlega grein sem er aðgengileg á vef Fréttablaðsins, frettabladid.is, þar sem hún varar við því að standa ekki við gefin fyrirheit. ■

Herra lagerinn outlet
líka fyrir konur

30-60%

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

Segir kjörstjórnarmann hafa verið einan með atkvæðaseðlum

gar@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA „Eftir að lokatölur eru tilkynntar að morgni 26. september hófst atburðarás sem á sér enga stoð í lögum," segir í kæru Karls Gauta Hjaltasonar til Alþingis vegna endurtalningar atkvæða í Norðvesturkjördæmi.

Karl Gauti segir í kæru sinni að formaður yfirkjörstjórnar í Norðvesturkjördæmi hafi ákveðið „upp á eigin spýtur, án kröfu frá nokkrum bærum aðila og án nokkurrar lagaheimildar" að telja atkvæðin aftur. Hann gagnrýnir atburðarásina harðlega.

„Getur sú lögleysa sem staðfest er að átti sér stað ekki ákvarðað niðurstöðu alþingiskosninga. Aðbúnaður kjörgagna var ekki í neinu samræmi við það sem lög bjóða," segir í kærunni. Lög hafi verið brotin í fjölmörgum mikilvægum þáttum og útilokað að það sem fram hafi farið geti verið lagt til grundvallar niðurstöðu í lýðræðislegum kosningum.

Karl Gauti Hjaltason var formaður yfirkjörstjórnar á Suðurlandi í 20 ár.

„Geðþóttaákvarðanir við slíkar aðstæður eiga sér enga lagastoð," segir í kæru Karls sem krefst þess að Alþingi Íslendinga ákveði að lokatölur eins og þær voru tilkynntar með formlegum hætti að morgni 26. september 2021 séu hinar einu réttu og marktæku.

„Eftir að talningu lauk um morguninn og lokatölur voru lesnar upp var fundi yfirkjörstjórnar frestað til kl. 13.00. Samt sem áður er nú ljóst að formaður yfirkjörstjórnar mætti rúmum klukkutíma áður (klukkan 11.46) og var þá einn innan um óinnsigluð kjörgögnin í nánast hálfa klukkustund, sem er í beinni andstöðu við skýr ákvæði kosningalaga," segir meðal annars í kæru Karls Gauta þar sem ítarlega er farið yfir fjölmarga aðra agnúa sem þingmaðurinn fyrrverandi telur hafa verið á endurtalningunni. ■

Inga Sæland fordæmir reglur sem svipta fólk afkomu á stofnunum.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Atlaga að fjárræði eldri borgara

bth@frettabladid.is

LÍFEYRISMÁL „Þetta er eins og með gamla fólkið sem er svipt fjárræði og sjálfræði," segir Inga Sæland, oddviti Flokks fólksins, um mál Jóhannesar Sigurjónssonar blaðamanns.

Jóhannes á að óbreyttu yfir höfði sér að missa ellilífeyri frá Tryggingastofnun, megintekjur sínar, þar sem hann hefur dvalið meira en 180 daga á spítala. Fréttablaðið fjallaði um mál hans í gær.

Reglurnar um þetta eru óréttlátar að sögn Stefáns Ólafssonar, sérfræðings í lífeyrismálum. Ef Jóhannes væri efnameiri yrði hann ekki fyrir skerðingu ráðstöfunartekna, sem stangast á við sjúkratryggingarétt.

Inga segir að það sé ekki eins og að fólk á spítala þurfi ekki að halda áfram að greiða sín gjöld þótt það liggi á spítala. Þarna virðist henni sem atlaga sé gerð að sjálfræði Jóhannesar. „Allt í einu á að taka af honum afkomuna af því að hann er veikur á sjúkrahúsi," segir Inga.

Málið sé eitt dæmi af mörgum sem sanni að skera þurfi almannatryggingakerfið upp samanber fjölda frumvarpa sem hún hafi lagt fram, en aðeins brot gengið eftir. ■

Sextán sveitarfélög í hættu á að verða sektuð vegna jafnlaunavottunar

Kópavogsbær og Akureyrarbær eru meðal þeirra sveitarfélaga sem ekki hafa lokið jafnlaunavottun, sem átti að klára fyrir tveimur árum síðan. Framkvæmdastjóri Jafnréttisstofu segir að tími fresta sé liðinn.

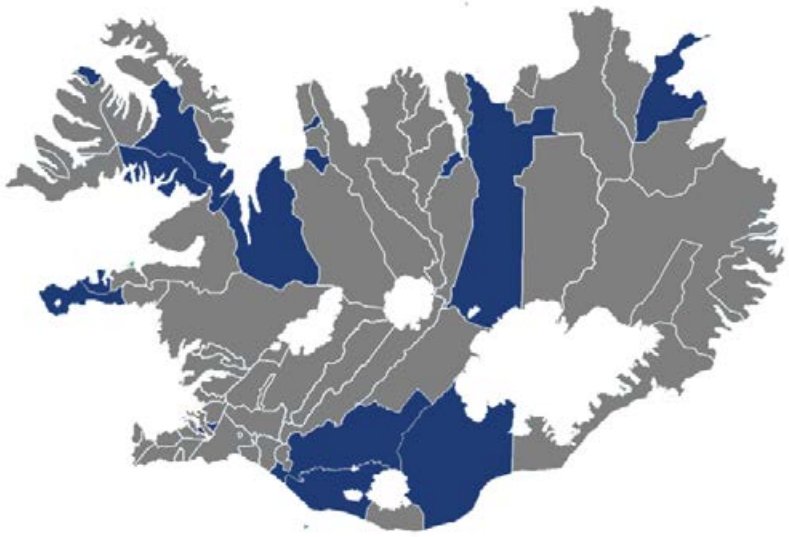
kristinnhaukur@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Sextán sveitarfélög sem ekki hafa fengið jafnlaunavottun eiga það á hættu að verða beitt dagsektum um áramót. Hafa þau trassað að klára ferlið sem þau áttu að ljúka fyrir tveimur árum síðan. Bæði Jafnréttisstofa og forsætisráðuneytið hafa þrýst á Samband íslenskra sveitarfélaga að ljúka málinu.

„Jafnréttisstofa hefur heimildir til þess að beita dagsektum og mun gera það ef þetta gengur ekki. Við erum hins vegar meðvituð um að við þurfum að gæta meðalhófs þegar kemur að íþyngjandi ákvörðunum," segir Katrín Björg Ríkarðsdóttir, framkvæmdastjóri Jafnréttisstofu. „Um áramótin skoðum við alvarlega hver staðan er með tilliti til hvort dagsektarheimildinni verði beitt."

Umrædd sveitarfélög eru af öllum stærðum og gerðum, víðs vegar á landinu. Þar á meðal tvö af þeim fjölmennari, Kópavogsbær og Akureyrarbær. En Jafnréttisstofa er einmitt staðsett á Akureyri. Einnig má nefna Stykkishólmsbæ, Snæfellsbæ, Rangárþing ytra og eystra, Blönduósbæ og Bolungarvíkurkaupstað.

„Sveitarfélögin eiga að ganga fram með góðu fordæmi," segir Katrín. Til að mynda vegna þeirra fyrirtækja sem starfa innan þeirra og þurfa að lúta löggjöfinni. 38 sveitarfélög hafa fengið jafnlaunavottun.



Jafnlaunavottun sveitarfélaganna átti að vera lokið árið 2019. Nú telur Jafnréttisstofa að frestir sem veittir voru, meðal annars vegna faraldursins, séu orðnir nógu langir.

Katrín Björg Ríkarðsdóttir, framkvæmdastjóri Jafnréttisstofu

Jafnréttisstofa er ekki inni í ferlinu hjá hverju og einu sveitarfélagi en fylgist með því hvort þau séu að vinna að því að fá vottun. Meðal annars hvort þau hafi gert samninga við vottunaraðila.

Bæði Akureyrarbær og Kópavogsbær hafa gert slíka samninga. Fulltrúar Kópavogs segjast ætla að klára málið á haustdögum en Akureyrar fyrir áramót.

„Vegna ófyrirsjáanlegra áhrifa faraldursins höfum við gefið tímafrest. En nú er þessi tími liðinn sem ætla má að faraldurinn hafi haft truflandi áhrif á ferlið og við viljum að sveitarfélögin spýti í lófana," segir Katrín. „Í upphafi óttuðumst við að lítil sveitarfélög ættu erfiðara með þetta en það er ekki raunin."

Hafa beri þó í huga að ekki öll sveitarfélög falli undir löggjöfina, aðeins þau sem hafi 25 starfsmenn eða fleiri. Eru því þau 18 fámennustu, eins og Árneshreppur á Ströndum og Tjörneshreppur í Þingeyjarsýslum, undanþegin.

Katrín segir engin dæmi um að sveitarfélög einfaldlega neiti að framfylgja lögunum eða sinni því ekkert að útvega vottunina. Þau séu hins vegar mislangt komin í ferlinu og henni finnst ganga óþarflega hægt hjá sumum þeirra. ■

Sveitarfélög sem ekki hafa fengið jafnlaunavottun

Akureyrarbær	Rangárþing ytra
Blönduósbær	Reykhólahreppur
Bolungarvíkurkaupstaður	Skaftárhreppur
Grundarfjarðarbær	Snæfellsbær
Húnaþing vestra	Strandabyggð
Kópavogsbær	Stykkishólmsbær
Langanesbyggð	Sveitarfélagið Skagaströnd
Rangárþing eystra	Þingeyjarsveit

Á námskeið
Endurmenntunar
eru allir velkomnir!

Hvað langar þig að læra?
Úrval stað- og fjarnámskeiða verða á dagskrá hjá ENDURMENNTUN í haust þar sem flestir ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi.

Kynntu þér málið á endurmenntun.is

Haltu jafnvægi í rekstri

Bókhald í áskrift með Business Central

Business Central er bókhaldskerfi sem heldur utan um starfsfólkið, viðskiptavinina, fjárhaginn, birgðirnar, innkaupin, söluna — og hreinlega allt það sem fyrirtækið þarf á að halda! Með fjölmörgum viðbótarlausnum útbúum við sérsniðið kerfi sem uppfyllir allar þínar kröfur.

Kynntu þér bókhaldslausnir Wise á wise.is og reiknaðu dæmið.

wise

Fé streymir um alltumlykjandi aflandshagkerfi

Pandóruskjölin, einn stærsti leki fjármálaupplýsinga sögunnar, afhjúpa auðævi auðmanna og þjóðarleiðtoga. Blaðamaður Stundarinnar, sem rannsakaði hlut Íslendinga í skjölunum, segir lekann staðfesta að aflandshagkerfi heimsins sé alltumlykjandi og kerfisbundið.

thorvaldur@frettabladid.is

Aðalsteinn Kjartansson segir skjölin af ólíkum toga. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

AFHJÚPUN Pandóruskjölin eru samansafn 11,9 milljóna ólíkra skjala frá fyrirtækjum sem sérhæfa sig í uppsetninga aflandsfélaga og aflandssjóða. Skjölunum var lekið til alþjóðlegra samtaka rannsóknarblaðamanna (ICIJ) sem deildi þeim með fjölmiðlum í 117 löndum.

Blaðamenn Stundarinnar, þeir Aðalsteinn Kjartansson og Ingi Freyr Vilhjálmsson, fengu það verkefni að rýna í skjölin, ásamt Jóhannesi Kr. Kristjánssyni hjá Reykjavík Media. Aðalsteinn segir verkefnið hafa verið nokkuð umfangsmikið.

„Það er búið að vera nokkurra mánaða vinna við að kemba þetta. Ég og Jóhannes Kr. Kristjánsson, hjá Reykjavik Media, höfum unnið saman við að vinna fréttir upp úr sams konar lekum sömu samtaka þannig að það lá beint við að við yrðum fengnir til að fara yfir þau íslensku nöfn sem kynnu að vera í þessum gríðarlega stóra leka.“

Gögnin eru af ólíkum toga. Uppruna þeirra má rekja til 14 fyrirtækja víða um heim og er heildarstærðin um 2,94 terabæti. Þótt marga Íslendinga sé að finna í skjölunum er fjöldi þeirra ekki nærri því jafn mikill og í Panamaskjölunum árið 2016 er Ísland sló heimsmet miðað við höfðatölu. Að sögn Aðalsteins eru Pandóruskjölin um margt frábrugðin fyrri lekum.

„Þarna er verið að leka upplýsingum frá þjónustufyrirtækjum sem stofna og reka aflandsfélög og sjóði sem ekki voru í beinu viðskiptasambandi við íslensk fyrirtæki eins og íslensku bankana. Það er kannski fyrst og fremst munurinn á þessum skjölum núna og þeim sem við köllum Panamaskjölin sem unnið var úr árið 2016. Þar vorum við með lögfræðiskrifstofu Mossack Fonseca sem var í beinum tengslum við íslenska bankamenn.“

Gögnin í Panamaskjölunum brugðu nýju ljósi á tímabilið um og eftir hrun og staðfestu það sem marga hafði lengi grunað um útbreiðslu aflandsfélaga innan íslensks viðskiptalífs. Aðalsteinn segir skrýtið andrúmsloft hafa ríkt í íslensku viðskiptalífi á því tímabili.

„Bankarnir seldu sín aflandsfélög eins og hverja aðra vöru. Það var bara eins og að fá debet- eða kreditkort eða sparnaðarreikning fyrir barnið sitt. Peningarnir sem voru í umferð á þeim tíma og reglurnar sem giltu um þetta voru bara allt aðrar. Í dag sjáum við færri íslenska einstaklinga í þessu en upphæðirnar eru líka allt aðrar og eðli þeirra gjörninga sem eru í gangi er allt annað.“

> Það er búið að hanna kerfi sem nær yfir allan heiminn sem er ekki ólöglegt en alltumlykjandi og peningar streyma þarna hægri vinstri.
>
> Aðalsteinn Kjartansson, blaðamaður á Stundinni

Er leki skjalanna að segja okkur eitthvað nýtt og heldurðu að hann muni breyta einhverju í hinu stóra samhengi umfram Panamaskjölin?

„Það sem þessi leki núna segir okkur kannski fyrst og fremst er að aflandshagkerfið er ekki afleiðing þess að eitt og eitt fyrirtæki bjóði upp á þjónustu sem er þess eðlis eins og birtist í Panamaskjölunum. Þarna erum við með leka úr fjórtán ólíkum fyrirtækjum sem sýnir, eins og ekki verður umflúið, að þetta er kerfi sem er hannað til þess að funkera svona.“

Aðalsteinn og aðrir hafa áréttað að ekki er ólöglegt að nota félög í skattaskjólum. Máli skipti hvernig skattgreiðslum sem snerta slík félög og eigendur er háttað.

„En þetta auðveldar þeim sem vilja stunda ólöglega starfsemi að stunda þá starfsemi og gerir það erfiðara fyrir yfirvöld, sama hvort það er á Íslandi eða annars staðar, að hafa hendur í hári þeirra sem stunda ólöglega starfsemi. Það er búið að hanna kerfi sem nær yfir allan heiminn sem er ekki ólöglegt en alltumlykjandi og peningar streyma þarna hægri vinstri. Og það er kannski það sem þessi leki sýnir og staðfestir.“ ■

Félagsmálaráðuneytið auglýsir styrki til félagasamtaka vegna verkefna á sviði félagsmála

Auglýst er eftir umsóknum um styrki frá íslenskum félagasamtökum til verkefna sem heyra undir málefnasvið félagsmálaráðuneytisins. Félagasamtök sem hljóta styrki á fjárlögum eða eru með samninga við ráðuneytið eða stofnanir þess, vegna skilgreindra verkefna, geta ekki sótt um styrki af safnliðum fjárlaga fyrir sömu verkefni.

Veittir eru styrkir til afmarkaðra verkefna sem miða að því að veita einstaklingum eða hópum stuðning, fræðslu og ráðgjöf samkvæmt áherslum félags- og barnamálaráðherra hverju sinni. Styrkir eru ekki veittir til lengri tíma en eins árs í senn. Þá má meðal annars veita til verkefna sem felast í því að:

- Útbúa fræðsluefni og standa fyrir fræðslustarfsemi.
- Vera málsvari og standa vörð um hagsmuni félagsmanna.
- Bjóða upp á stuðning og ráðgjöf.

Að þessu sinni verður lögð sérstök áhersla á verkefni sem stuðla að virkni, vellíðan og valdeflingar einstaklinga í viðkvæmri stöðu s.s. þá sem búa við félagslega einangrun, ofbeldi eða aðstæður sem hindra þátttöku í samfélaginu.

Hafi umsækjandi áður fengið styrk frá félagsmálaráðuneytinu til verkefnis skal fylgja greinargerð með upplýsingum um framkvæmd þess og ráðstöfun styrkfjárins, til þess að ný umsókn verði tekin til greina.

Umsóknarfrestur er til kl. 16.00 mánudaginn 8. nóvember 2021.

Umsókn sem berst eftir að umsóknarfresti er lokið verður ekki tekin til umfjöllunar. Úthlutun fer fram eigi síðar en 15. febrúar 2022.

Sækja skal um á rafrænu formi. Nánari upplýsingar og leiðbeiningar um umsóknir á rafrænum eyðublöðum er að finna á vef félagsmálaráðuneytisins (www.frn.is).

Stjórnarráð Íslands
Félagsmálaráðuneytið

Í Eldborg. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Borgi sviðsmanni bætur vegna slyss

gar@frettabladid.is

DÓMSMÁL Landsréttur hefur dæmt Hörpu og Sinfóníuhljómsveit Íslands til að greiða sviðsmanni þrjár milljónir króna í bætur vegna slyss árið 2012. Varanleg örorka mannsins var metin 22 prósent.

Slysið varð er maðurinn „leitaðist við að stíga upp á um það bil 60 sentímetra háan pall af um það bil 25 til 30 sentímetra háum palli í hljómsveitargryfju í Eldborgarsal Hörpu í því skyni að kalla til ljósamanns sem varð til þess að hann rann á brún efri pallsins og rak hnéð í hana“, eins og segir í dómi Landsréttar. ■

Dregið hefur úr skjálftavirkni við Keili. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Dauf skjálftavakt

thorvardur@frettabladid.is

JARÐSKJÁLFTAR Laust eftir miðnætti aðfaranótt föstudags varð skjálfti þrír að stærð við Keili en lítil skjálftavirkni hefur verið þar síðustu daga.

„Hrinan heldur áfram en ekki af sömu ákefð og var fyrstu dagana,“ segir Elísabet Pálmadóttir, náttúruvársérfræðingur hjá Veðurstofunni.

Hægt hefur verið um eldgosið við Fagradalsfjall síðustu vikur. Elísabet segir að áfram sé vel sé fylgst með stöðunni á gosinu. ■

Rafmagnaður ferðafélagi.

Nýr Kia XCeed Plug-in Hybrid með 58 km rafdrægi.

Movement that inspires

Nýr Kia XCeed PHEV er rúmgóður og glæsilegur borgarjepplingur. Hann er ríkulega búinn, með hátt undir lægsta punkt sem eykur útsýni og gerir aðgengi þægilegt. XCeed PHEV er umhverfismildur með allt að 58 km drægi á rafmagni og honum fylgir 7 ára ábyrgð frá framleiðanda.
Eigum bíla til afhendingar strax.

Komdu og reynsluaktu nýjum XCeed PHEV.
Við tökum vel á móti þér.

XCeed Plug-in Hybrid verð frá:

4.790.777 kr.

Afborgun á mánuði 33.936 kr.**

*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustueftirlit gegn kaupanda ber kostnað af. Lestu meira um ábyrgðina á www.kia.com/abyrgd. **mv. 50% innborgun og lán til 84 mán. Vextir 4,60%. Heildargreiðsla láns er 2.848.789 kr. Árleg hlutfallstala kostnaðar er 5,56%.

Askja · Krókhálsi 11-13, 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland

**Askja býður öflugar hleðslulausnir fyrir allar stærðir fyrirtækja og heimila.
Nánar á askja.is/hledslulausnir**

7 ÁRA ÁBYRGÐ KIA*
LOFORÐ UM GÆÐI

Réttarhöld vegna forsetamorðs

thorvardur@frettabladid.is

BÚRKÍNA FASÓ Réttarhöld vegna morðsins á Thomas Sankara í Búrkína Fasó hefjast á mánudag. Hann var fyrsti forseti landsins, frá 1983 til 1987 er hann var myrtur í valdaráni undir stjórn Blaise Compaore.

Compaore og tólf aðrir eru ákærðir fyrir fjölda glæpa sem tengjast morðinu. ■

Thomas Sankara

Samkomulag 136 landa um skatta

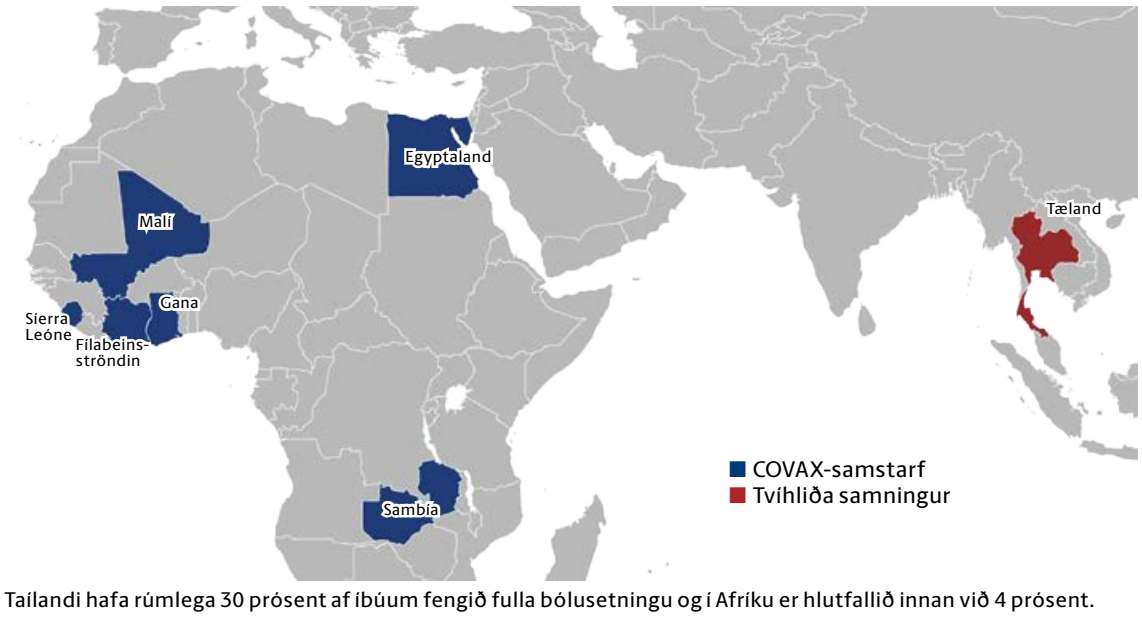
thorvardur@frettabladid.is

ALÞJÓÐASAMNINGAR Í gær samþykktu 136 lönd að taka þátt í samkomulagi um 15 prósenta lágmarksskattlagningu á fyrirtæki frá árinu 2023 til að gera fyrirtækjum erfiðara að fela fé í skattaskjólum og koma undan skatti. Talið er að hann muni skila 150 milljörðum dollara í tekjur fyrir löndin sem taka þátt. ■

Íslendingar gefa til Afríku og Asíu

Egyptaland, Malí, Sambía og Taíland eru meðal þeirra landa sem fá umframskammta af bóluefnum gegn Covid-19 frá Íslandi. Alls eru þetta nokkur hundruð þúsund skammtar af öllum þeim bóluefnum sem hafa verið notuð hér á landi.

kristinnhaukur@frettabladid.is



Í Taílandi hafa rúmlega 30 prósent af íbúum fengið fulla bólusetningu og í Afríku er hlutfallið innan við 4 prósent.

COVID-19 Ísland mun gefa hundruð þúsunda skammta af bóluefnum á komandi mánuðum til fátækari landa, bæði í gegnum COVAX-samstarf Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar og í samvinnu við Evrópusambandið. Þegar hafa sendingar af bóluefni AstraZeneca farið til Afríku.

Samkvæmt utanríkisráðuneytinu hafa 35.700 skammtar af bóluefni AstraZeneca verið sendir til Fílabeinsstrandarinnar og 1.920 skammtar til Gana. Í þessum tveimur ríkjum eru innan við 3 prósent íbúanna fullbólusett við Covid-19 og aðeins um 3,5 prósent í álfunni allri.

Þetta er þó aðeins byrjunin því að Ísland mun senda bóluefni til fleiri landa Afríku. Sveinn H. Guðmarsson, upplýsingafulltrúi utanríkisráðuneytisins, segir að fyrir liggi að skammtar af AstraZeneca fari meðal annars til Malí, Síerra Leóne, Egyptalands og Sambíu. Samanlagt gerir þetta tæplega 126 þúsund skammta, eða alla umframskammta Íslands af efninu.

„Allt kapp er lagt á að umframskammtar renni inn í COVAX eins fljótt og kostur er á," segir Sveinn. UNICEF sér um flutning á bóluefnunum.

Gjafir á öðrum bóluefnum eru enn á vinnslustigi en útdeiling þeirra mun hefjast bráðlega. Þar á meðal eru 153.500 skammtar af bóluefni Janssen, sem COVAX hóf nýlega móttöku á.

Unnið er nú að áætlun um gjafasendingu af bóluefni Pfizer, en það verður gert í samræmi við áætlun sóttvarnalæknis um örvunarbólusetningu. Það sama á við um bóluefni Moderna, sem einnig er notað í örvunarbólusetningu. Enn sem komið er hefur COVAX ekki hafið móttöku á efni Moderna þó það sé í vinnslu.

> **100 þúsund skammtar af bóluefni Pfizer fara beint frá Íslandi til Taílands.**

Fyrir utan COVAX, eða Gavi sem er bólusetningarhluti þess samstarfs, hefur heilbrigðisráðuneytið í samstarfi við Evrópusambandið ákveðið að senda þá umframskammta sem þegar eru í landinu af bóluefni Pfizer til Taílands. Er það gert í gegnum tvíhliða samning því ekki er heimilt að gefa bóluefnaskammta sem þegar hafa borist til landsins til COVAX.

Sveinn segir að tímasetning Taílands-sendingarinnar liggi ekki fyrir á þessari stundu. Alls eru þetta rúmlega 100 þúsund skammtar. Bólusetningarstaðan í Taílandi er skárri en í Afríku, en engu að síður eru aðeins rétt rúmlega 30 prósent tælensku þjóðarinnar fullbólusett. ■

Besta verðið til Gran Canaria í vetur

Aventura tryggir þér bestu hótelin á Gran Canaria á **miklu betra** verði:

Í **beinu flugi** með **Play**.

Flug **alla miðvikudaga** til Gran Canaria í vetur.

Las Faluas

Frábær staðsetning í hjarta Ensku strandarinnar -íbúðir með 1 svefnherbergi.

Verð frá kr. 79.990
m.v. 2 fullorðna með 1 barn, vikuferð, 19.jan.

Jardin Atlantico

Vinsæll valkostur Íslendinga í hjarta Ensku strandarinnar. Íbúðir með 1 svefnherbergi.

Verð frá kr. 83.975
m.v. 2 fullorðna, 1 barn, 7 nætur, 19.janúar.

Labranda Marieta

Frábæra kostur í hjarta Amerísku strandarinnar - sívinsæll valkostur.

Verð frá kr. 129.900
m.v. 2 fullorðna, 7 nætur, 19.janúar.

Ótrúleg verðlækkun

Sol Barbacan

Einn vinsælasti gististaður Íslendinga til margra ára, í hjarta Ensku strandarinnar.

Verð frá kr. 134.430
m.v. 2 fullorðna, 7 nætur, 19.janúar

Lopesan Costa Meloneras

Eitt glæsilegasta hótelið á Maspalomas. Frábær staðsetning og aðbúnaður.

Verð frá kr. 194.450
m.v. 2 fullorðna, 7 nætur, 19.janúar

HL Miraflor Suites

Falleg smáhýsi á Ensku ströndinni, með frábærri aðstöðu fyrir fjölskyldur.

Verð frá kr. 88.650
m.v. 2 fullorðna og 2 börn, 19.janúar, 7 nætur

Zumbaveisla með Lóreley

16. mars í 7 nætur

Verð frá kr. 164.900

Zumbakennarinn Lóreley býður til Zumbaveislu á Kanarí þar sem gist er á hinu nýendurnýjaða Abora Buenaventura **** og er hálft fæði innifalið. Lóreley verður með frábæra dagskrá þar sem Zumba og önnur hreyfing er í fyrirrúmi og allir koma heim endurnærðir á sál og líkama.

60+ með Kristínu Tryggva

16. febrúar, 2,3 eða 4 vikur

Verð frá kr. 249.900

Glæsileg ferð með Kristínu Tryggva þann 16. Febrúar. Gist á hinu vinsæla Eugenia Victoria hóteli í hjarta Ensku strandarinnar. Frábær dagskrá allan tímann og hálft fæði innifalið.

Aventura **Finndu bestu verðin á www.aventura.is**

Aventuraholidays ehf.
Sundagarðar 2
104 Reykjavík

S: 556 2000
sala@aventura.is

Heimaskítsmát

Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser@frettabladid.is

Alþjóðleg fjármálafyrirtæki eru að flýja Bretland. Því er spáð að helsta kaupahéðnahverfið í Lundúnum verði brátt ekki svipur hjá sjón. Fyrirtækin sem þar hafa verið eru lögð á flótta til Lúxemborgar, Frankfurt og Sviss.

Veitingahúsakeðja í Bretlandi sem selt hefur mexíkóska kjúklingarétti um árabil hefur ákveðið að loka 48 stöðum. Ástæðan er einföld. Það er kjötskortur í landinu, svo alvarlegur að forráðamenn keðjunnar sjá ekki fram úr vandanum.

Íslensk kona sem lengi hefur verið búsett í Lundúnum man ekki eftir öðrum eins vöruskorti í hverfinu sínu frá því hún settist þar að. Í samtali við Fréttablaðið segir hún að þá sjaldan bensínstöðin í grennd sé opin myndist röð upp alla götuna.

Það er verið að sjúga vitið úr gömlu heimsveldi sem er heimaskítsmát eftir fölskustu þjóðaratkvæðagreiðslu sem nokkurt þjóðríki hefur staðið fyrir á síðustu tímum. Og landsmenn eru að átta sig á stöðu mála, jafnt í hverfinu sínu og atvinnulífinu – og ónefnd eru þá háskólasamfélögin um allt land sem eru að tapa styrkjum og nemendum.

„Þetta er búið að vera hægfara bílslys síðan 2016," sagði íslenski viðmælandinn í téðri frétt blaðsins, um óánægjuna með Brexit sem fer hratt vaxandi á meðal almennings. Ný könnun YouGov sýnir að 18 prósent Breta eru nú sátt við Brexit, en voru 38 prósent í júní.

Frá byrjun sumars hefur þeim Bretum sem ósáttir eru við útgönguna sem kosið var um fyrir fimm árum fjölgað um 15 prósent. Nú segja 53 prósent þeirra að hún hafi misheppnast. Og það eru allir reiðir. Brexit-sinnar segjast ekki hafa fengið sitt Brexit. Og Brexit-andstæðingar segja verstu sviðsmyndina hafa ræst.

Bretland var auðvitað aðili að fjórfrelsinu með fulltingi ESB-aðildar. Einn þáttur þess er frjáls för og búseta íbúa innan sambandsins og fullt frelsi til starfa á við heimamenn í hvaða aðildarlandi sem er.

Hátt í þrjár milljónir Austur-Evrópubúa, einkum Pólverjar, fluttu til Bretlands eftir að austrið bættist í ESB-hópinn og tóku þar að sér erfiðustu og verst launuðu störfin, svo sem í flutningageiranum, landbúnaði og verkamennsku hvers konar.

Eftir Brexit hefur þetta fólk hrakist til baka þar sem það fékk ekki lengur dvalar- og starfsleyfi. Og það sem Brexit-forkólfar héldu fram, að heimamenn myndu fylla í störfin, hefur einfaldlega ekki gerst. En, guð blessi drottninguna. ■

> Brexit-sinnar segjast ekki hafa fengið sitt Brexit. Og Brexit-andstæðingar segja verstu sviðsmyndina hafa ræst.

Gunnar

Mín skoðun

Svindlarar og siðferði

Sif Sigmarsdóttir

Stjórnmálafræðingurinn knái Hannes Hólmsteinn Gissurarson hélt fyrirlestur í vikunni þar sem hann sagði skattasniðgöngu vera dyggð. Byggði hann ályktunina á siðferðiskenningum heilags Tómasar af Aquino, þrettándu aldar munks og guðfræðings.

Á sama tíma bárust fréttir af vafasömum fjármálagjörningum kaþólsku kirkjudeildarinnar Hersveitar Krists, trúarreglu sem þekkt er fyrir stórtækt barnaníð. Í Pandóruskjölunum, stærsta leka á fjármálaupplýsingum í sögunni, sést að Hersveitin átti háar fjárhæðir í leynilegum aflandssjóðum.

Öldum saman hafa heimspekingar leitað að upptökum siðferðisins, lögmálum þess og tilgangi. Svo torskildar eru tilfinningarnar sem bærast með okkur þegar við stöndum frammi fyrir spurningum um rétt og rangt að margir hafa dregið þá ályktun að siðferði hljóti að vera einhvers konar yfirnáttúrleg lög að ofan.

Nichola Raihani er dýrafræðingur sem stundar rannsóknir á þriflum, lítilli fisktegund sem lifir við kóralrif og nærist á sníkjudýrum og dauðum hreisturflögum annarra fiska. Þrifillinn og „viðskiptavinurinn" njóta góðs af samstarfi þar sem annar fær máltíð, hinn húðsnyrtingu. Einn hængur er þó á. Þriflinum finnst betra að snæða lifandi líkamsvef viðskiptavinarins. Hvernig er samstarfi viðhaldið þegar annars aðilans er stöðugt freistað að svindla?

Raihani komst að því að það er gert með tvennu móti. Annars vegar með refsingu: Þegar hópur þrifla hreinsar viðskiptavin og einn bítur, syndir viðskiptavinurinn í burtu og allir verða af máltíðinni; þeim sem beit er refsað af hinum þriflunum. Hins vegar álitshnekki: Fylgist tilvonandi viðskiptavinur með störfum þrifils, vandar hann sig betur við að styggja ekki núverandi viðskiptavin.

Í nýútkominni bók sinni heldur Raihani fram að þær aðferðir sem tíðkast í samskiptum þrifla og viðskiptavina séu í raun það sem heimspekingar hafa öldum saman kallað siðferði í mannlegu samfélagi. Raihani er ekki ein þessarar skoðunar. Hæfni mannsins til að vinna saman í stórum hópum er lykillinn að yfirburðum hans. Mannfræðingurinn Oliver Scott Curry skoðaði siðferðisgildi í sextíu samfélögum. Niðurstöðurnar sýndu að öll samfélög fylgdu sömu siðferðisreglunum, óháð trúarbrögðum. Curry segir samstarf og siðferði það sama; siðferði sé lausn mannkynsins á vandamálum sem koma upp við samvinnu þess.

Annars konar dýrlingar

Uppljóstranir í Pandóruskjölunum um skattasniðgöngu, misbjóða nú siðferðisvitund fólks um heim allan. Tony Blair notaði aflandsfélag til að kaupa fasteign í London og spara sér 55 milljónir íslenskra króna í stimpilgjald. Konungur Jórdaníu á í laumi lúxushúseignir í London og Malibú þótt land hans reiði sig á þróunaraðstoð.

Við háskólann í Amsterdam var nýverið gerð rannsókn þar sem þátttakendur köstuðu teningi og unnu fé. Því hærri tölu sem þeir sögðust hafa fengið því hærri upphæð unnu þeir. Aðstæður voru með þrennu móti: 1) Ekki var fylgst með teningakastinu svo þátttakandi gat svindlað að vild. 2) Fylgst var með en trúnaði heitið. 3) Fylgst var með og þátttakanda sagt að upplýsingum um framferði hans yrði deilt með öðrum. Í ljós kom að þótt fylgst væri með fólki svindlaði það ekkert síður. Þegar þátttakendur áttu hins vegar á hættu að hegðun þeirra fréttist, snarminnkaði svindlið.

Að gefa sér þær forsendur að kaþólskur dýrlingur sé gild heimild um rétt og rangt er eins og að leita í smiðju Svarthöfða að uppeldisráðum handa nýbökuðum feðrum.

Pandóruskjölin sýna að það eru annars konar dýrlingar sem veitt geta aðhald þeim „þriflum" meðal okkar sem falla nú í freistni: Þeir kallast uppljóstrarar. ■

> Í ljós kom að þótt fylgst væri með fólki svindlaði það ekkert síður.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Björn Víglundsson **RITSTJÓRI:** Sigmundur Ernir Rúnarsson *ser@frettabladid.is*,
FRÉTTASTJÓRAR: Aðalheiður Ámundadóttir *adalheidur@frettabladid.is* Ari Brynjólfsson *arib@frettabladid.is*, Garðar Örn Úlfarsson *gar@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*

NÓI SÍRÍUS

KÖKUBÆKLINGURINN ER KOMINN!

cocoa HORIZONS

VORAR

Sirius Sælkerabakstur

Bökunarvörurnar frá Nóa Síríus eru fullkomnar í baksturinn.
Hvort sem það er silkimjúkt rjómasúkkulaði, kraftmikið suðusúkkulaði eða ljúffengt lakkrískurl, þá verður þinn sælkerabakstur enn betri með vörunum frá Nóa Síríus.

TAX FREE

www.husgagnahollin.is
VEFVERSLUN

Allir sófar og sófaborð á taxfree tilboði*

PINTO
U-sófi. Steingrátt bonded leður. 349 × 206 × 85 cm
322.573 kr. ~~399.990 kr.~~

CLEVELAND
Hornsófi. Dökk- eða ljósgrátt áklæði.
308 × 203/104 × 81 cm
161.292 kr. ~~199.990 kr.~~

VISION
Hornsófi með opnum enda til hægri eða vinstri.
Koníakslitað eða grátt bonded leður.
288 x 232 x 84 cm.
322.593 kr. ~~399.990 kr.~~

CHILUX
Tungusófi. Dökkgrátt áklæði. 260 x 160 x 95 cm
185.487 kr. ~~229.990 kr.~~

ANDROS
2ja sæta. Sléttflauel. 162 x 85 x 77 cm
145.162 kr. ~~179.990 kr.~~

DC 8900
2,5 og 3ja sæta
í svörtu eða
koníaksbrúnu leðri.

2,5 sæta. 196 x 86 x 80 cm
241.942 kr. ~~299.990 kr.~~

3ja sæta. 224 x 86 x 80 cm
266.137 kr. ~~329.990 kr.~~

DC 3600
2ja og 3ja sæta sófi
í koníakslituðu eða
svörtu savoy/split leðri.

2ja sæta. 143 x 80 x 80 cm
193.552 kr. ~~239.990 kr.~~

3ja sæta. 202 x 80 x 80 cm
241.942 kr. ~~299.990 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 í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru.

Þú finnur bæklinginn husgagnahollin.is

WOODSTOCK
Sófaborð. 120 x 60 x 47 cm
32.252 kr. ~~39.990 kr.~~

TAX FREE AF ÖLLUM SÓFABORÐUM

BOYD
3ja sæta sófi í slitgóðu Vic efni; sléttflaueli. Fætur úr svartmáluðum viði.
215 x 87 x 78 cm
129.032 kr. ~~159.990 kr.~~

TAX FREE AF ÖLLUM MOTTUM

NIRMAL
Motta. Grá/svört
160x240 cm
24.114 kr.
~~29.990 kr.~~

NIRMAL
Motta. Ben Rust/navy.
200x300 cm
40.244 kr.
~~49.990 kr.~~

NIRMAL
Motta. Jute Natural/svört
Ø220 cm
26.534 kr.
~~32.900 kr.~~

BOYD
Hægindastóll. 80 x 86 x 101 cm
64.512 kr. ~~79.990 kr.~~

RIA
3ja sæta sófi með mjúku ljósgráu áklæði. 192 x 83 x 79 cm
88.707 kr. ~~109.990 kr.~~

TAX FREE AF ÖLLUM PÚÐUM

60 x 60 x 35 cm
16.122 kr.
~~19.990 kr.~~

RETINA
Skammel með geymslu. Fimm mismunandi litir í sléttflaueli.
Grá, gul, koparrauð, bleik og dökkblá.

** Taxfree tilboðið gildir af öllum sófum og sófaborðum nema sérpöntunum og jafngildir 19,35% afslætti. Að sjálfsögðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði. Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.*

HÚSGAGNA HÖLLIN

Hefðu getað keypt öll lið á Englandi

Newcastle er orðið ríkasta knattspyrnufélag heims eftir yfirtöku sjóðs frá Saudí-Arabíu. Stuðningsmenn fagna en Amnesty International biður ensku deildina að breyta reglunum.

benediktboas@frettabladid.is

Stuðningsmenn Newcastle héldu sannkallaða þjóðhátíð fyrir utan St. James's Park þegar kaupin voru tilkynnt, enda hefur félagið verið hálf vonlaust síðan 2004. Nú er félagið það ríkasta í heimi og öll vötn renna til Newcastle.

Stuðningsmenn liðsins láta sig dreyma um titla hér og titla þar, leikmenn sem minna á fyrrverandi liðsmenn sem skemmtu áhorfendum og voru kallaðir the Entertainers. Það munaði litlu tímabilið 1995-1996 að félagið yrði meistari, en því var klúðrað á eftirminnilegan hátt. Liðið var tólf stigum á undan Manchester United í janúar, en þá fór allt í skrúfuna. Alan Shearer snéri svo heim tímabilið eftir fyrir 15 milljónir punda – og varð þar með dýrasti leikmaður heims. Heiðursmaðurinn Sir Bobby Robson stýrði liðinu inn í Meistaradeildina og það var gaman að fara á leiki með Newcastle.

Mike Ashley kom svo sem eigandi fyrir 14 árum og hefur stýrt félaginu með ótrúlegum hætti og var trúlega óvinsælasti eigandi liðs á Englandi. Það þykir hálfgert afrek að vera óvinsælli en Glazier-fjölskyldan, eigandi Manchester United.

Fjárfestarnir arabísku þurftu að sanna fyrir ensku úrvalsdeildinni að hópurinn væri aðskilinn ríkisstjórninni, sem er frekar erfitt, enda Mohammed Bin Salman krónprins skráður stjórnarformaður hópsins. Forsvarsmenn ensku úrvalsdeildarinnar samþykktu þó nýjar skýringar á eignarhaldi hópsins.

„Ef þeir hefðu vilja kaupa ensku úrvalsdeildina eins og hún leggur sig þá hefði það verið ekkert mál. Peningar eru ekkert vandamál. Núll," sagði Björn Berg Gunnarsson deildarstjóri greiningardeildar Íslandsbanka í þætti Hjörvars Hafliðasonar Dr. Football.

Það þarf þó að byggja félagið upp og æfingasvæðið. Það mun taka tíma. Sjóðurinn segist þó vera að hugsa langt fram í tímann en hvort það sé bara í orði en ekki á borði mun tíminn leiða í ljós. ■

Vellauðugur prins

Krónprinsinn Muhammad bin Salman á ekki aðeins knattspyrnufélagið Newcastle United, því hann situr á auði sem er nánast botnlaus. Auðæfi fjölskyldu hans eru metin á rúman trilljarð punda. Það eru ansi mörg núll. Það er því nægur peningur til að leika sér.

Fyrir utan Newcastle á hann dýrasta hús í heimi sem staðsett er í Frakklandi. Allir milljarðamæringar þurfa sinn bát og snekkjan The Serene er í hans eigu. Bill Gates leigði einu sinni þá snekkju á fimm milljónir dollara á viku. Þá er hann sagður hafa keypt sjaldgæft verk eftir Leonardo da Vinci á 340 milljónir punda. Það er þó ekki alveg staðfest.

Hverjir koma?

Fjárhagsreglur FIFA koma í veg fyrir að Newcastle geti sturtað peningum í leikmenn. Mike Ashley, fyrrverandi eigandi félagsins, rak það þó vel og benti fjármálasérfræðingurinn Kieran Maguire í samtali við breska fjölmiðla á að félagið gæti eytt yfir 200 milljónum í leikmenn næstu þrjú árin án þess að brjóta reglur FIFA.

Flestir eru sammála um að dagar Steve Bruce séu taldir og nýr stjóri komi inn. Miðað við að liðið er í 19. sæti deildarinnar er ljóst að það þarf styrkingu, en ekki vilja allir færa sig um set – jafnvel þótt feitari launatékki bjóðist í norðrinu.

Erlendir fjölmiðlar eru strax farnir að orða leikmenn við félagið. Flestir eru sammála um að Jesse Lingard geti vel hugsað sér að koma. Aaron Ramsey er annar sem er orðaður við norðrið. En það er ljóst að nýir eigendur vilja sýna styrk og kaupa eina stóra knattspyrnustjörnu.

Peningar og fótbolti fara vel saman

„Þegar horft er á hina einföldu staðreynd að nýir eigendur Newcastle eru ríflega tíu sinnum ríkari en eigendur Man. City er auðvelt að halda að það sé næsta stórveldi Evrópu. Peningar og fótbolti fara vel saman en það er ekki þannig að Newcastle geti einfaldlega keypt alla leikmenn heims.

Fjárhagsreglur FIFA, eins mikið grín og þær geta verið, munu svo sannarlega setja Sádunum stólinn fyrir dyrnar ætli þeir fram úr sér. Lykilatriðið er í raun ekki leikmenn eða þjálfari til að byrja með, heldur að finna aðilann sem mótar framtíðarstefnuna eins og Txiki Begiristain hefur gert hjá Man. City. Takist það verður Newcastle í fremstu röð um ókomna tíð með sinn botnlausa peningabrunn."

Unnið eftir langtímamarkmiðum

Amanda Staveley, sem leiddi kaupin og er orðin framkvæmdastjóri Newcastle, segir að langtímamarkmið félagsins sé að vinna ensku úrvalsdeildina. Sjálf á hún 10 prósent í félaginu eins og Reuben-fjölskyldan, en PIF-sjóðurinn á 80 prósent.

„Newcastle United á skilið að vera á toppi ensku úrvalsdeildarinnar. Við viljum komast þangað. Það tekur tíma, en við munum komast þangað," sagði Stavely, forstjóri PCP Capital Partners, í viðtali við Sky Sports.

„Við viljum vinna þessa titla, augljóslega. Að komast á toppinn í ensku úrvalsdeildinni, jafnvel í Evrópu, krefst þolinmæði, tíma og fjármuna," sagði Staveley.

Árangur strax, takk

„Þegar krónprinsinn í Sádí-Arabíu kaupir fótboltafélag þá er markmiðið alveg skýrt. Þeir ætla að búa til stórveldi og það á ógnarhraða. Ég sé þessa menn ekki sýna þolinmæði og fara í markvissa uppbyggingu. Árangur strax, takk.

Gríðarlegar óvinsældir Mike Ashley gera það að verkum að flestir stuðningsmenn Newcastle ráða sér ekki fyrir kæti, en í augum annarra verður þetta lið „vondu kallarnir" eftir mannréttindabrot nýrra eigenda sem eru á snærum ríkisstjórnar Sádí-Arabíu. En eitthvað segir mér að í norðrinu sé mönnum eiginlega slétt sama. Þeir eru alveg til í að lyfta bikurum og vera hataðir um leið."

Vildi ekki sjá þetta gerast

Hatice Cengiz, sem var kærasta blaðamannsins Jamal Khasoggi sem myrtur var fyrir þremur árum, blöskrar sú gleði sem ríkir í Newcastle eftir að fjárfestar frá Sádí-Arabíu keyptu félagið.

„Frá morðinu hef ég á hverjum degi leitað réttlætis fyrir Khasoggi. Ég vildi ekki sjá þetta gerast," segir Cengiz. Hún segir að stuðningsmönnum Newcastle virðist vera alveg sama um meint afbrot Khasoggi. Þeir hugsi aðeins um fjármunina sem félagið hefur nú aðgang að.

„Vegna afbrotanna sem það hefur framið ætti þetta fólk ekki að geta keypt enskt knattspyrnufélag," sagði Cengiz.

Geta náð sæti á ÓL á heimsbikarmótinu

kristinnpall@frettabladid.is

Ísland hefur ekki sent þátttakendur til keppni í öðru en skíðagöngu og alpagreinum frá 1960.

SNJÓBRETTI Það kemur í ljós á næstu vikum hvort Ísland sendir þátttakendur til keppni á snjóbrettum á Vetrarólympíuleikunum í Peking. Fram undan er heimsbikarmót í snjóbrettum þar sem Íslendingarnir sem eru með augastað á Ólympíuleikunum þurfa að ná góðum úrslitum til að klífa upp stigalistann í von um að tryggja sér þátttökurétt á ÓL.

Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands, ÍSÍ, er búið að staðfesta að fjórir einstaklingar fari fyrir Íslands hönd til Peking, tveir í skíðagöngu og tveir í alpagreinum og standa vonir til þess að fimmti einstaklingurinn bætist við hópinn. Það hefur engum Íslendingi tekist að komast inn á Vetrarólympíuleikana í snjóbrettum hingað til.

„Heiðarlega svarið er að það þurfi allt að smella til þess að við komum keppendum inn. Þetta er ekki eins og í öðrum greinum því það eru aðeins 32 bestu á heimsvísu sem komast inn að keppa hverju sinni. Strákarnir sem eiga möguleika á þessu eru á leiðinni á heimsbikarmót á næstunni þar sem góður árangur getur komið þeim inn á Ólympíuleikana," segir Friðbjörn Benediktsson, formaður snjóbrettanefndar Skíðasambands Íslands, aðspurður hvort Ísland komi til með að vera með fulltrúa í snjóbrettum í febrúar.

„Það er hins vegar takmarkað hversu margir mega koma frá hverju landi, svo að það er möguleiki til staðar. Ef þeir komast einhvers staðar nálægt 50.-60. sæti á heimslistanum þá eiga þeir möguleika á að komast inn á Ólympíuleikana," segir Benedikt enn fremur, aðspurður hvað þurfi til þess.

Hann telur raunhæft að miða í það minnsta á að Ísland sendi þátttakanda til leiks á Vetrarólympíuleikana í Mílanó 2026.

„Það er markmiðið að komast þangað, það er alveg klárt." ■

Kyrie Irving fylgdist með liðsfélögum sínum af hliðarlínunni á dögunum þegar hann mátti koma inn í höllina í Los Angeles. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Kyrie fórnar milljónum

kristinnpall@frettabladid.is

Hver leikur sem Irving missir af vegna samkomutakmarkana óbólusettra kostar hann um fimmtíu milljónir íslenskra króna.

KÖRFUBOLTI Það er engan bilbug að finna á Kyrie Irving þegar kemur að því að hafna bólusetningu við Covid-19 en stjörnubakvörðurinn var skráður á meiðslalista Brooklyn Nets í aðdraganda æfingarleiks Brooklyn Nets gegn Milwaukee Bucks aðfaranótt laugardags. Irving er hvorki heimilt að taka þátt í leikjum né æfingum Nets fyrr en hann þiggur bólusetningu samkvæmt reglum New York-fylkis en Irving virðist ætla að standa á sínu.

Nets er óheimilt að nefna hvaða leikmenn hafa þegið eða hafnað bólusetningu og var því ekki ástæða gefin fyrir fjarveru Irvings sem fylgdist með úr stúkunni í fyrsta æfingarleik vetrarins á dögunum. Tímabil Brooklyn hefst eftir tíu daga þegar Nets heimsækir ríkjandi meistara Milwaukee Bucks. Irving hefur sjö sinnum verið valinn í stjörnuliðið á tíu ára ferli í NBA-deildinni og unnið einn meistaratitil.

Nokkrir leikmenn NBA-deildarinnar hafa reynt að komast undan því að þiggja bóluefni á undanförnum vikum. Hafnaði deildin meðal annars beiðni frá Andrew Wiggins, leikmanni Golden State Warriors, um að fá undanþágu frá bólusetningu vegna trúar sinnar. Wiggins og fleiri hafa gefið eftir enda eru ríkisstjórar í Kaliforníu og New York búnir að setja kröfu um bólusetningu áður en einstaklingar fara inn í hallir líkt og leikir í NBA-deildinni fara fram í.

Fjarvera Irvings í gær kostaði hann 381 þúsund dollara, um fimmtíu milljónir íslenskra króna, sem nær til allra heimaleikja Brooklyn og allra leikja liðsins í Kaliforníuríki. Mun hann því verða af að minnsta kosti sextán milljónum dollara ef hann verður áfram í liði Brooklyn og hafnar bólusetningu. ■

BJORK@FRETTABLADID.IS

Afleiðingar engar

Christina Lamb, erlendur fréttaritari The Sunday Times, er væntanleg til landsins í næstu viku og mun hún tala á málþingi UN Women. Þar mun hún fjalla um nýjustu bók sína Líkami okkar, þeirra vígvöllur, eða Our Bodies, Their Battlefield.

Christina sem hefur starfað sem erlendur fréttaritari í yfir þrjátíu ár hefur undanfarin sex til sjö ár merkt mikla aukningu í kynferðislegu ofbeldi gegn konum í stríði. Hún segir ofbeldið notað sem vopn og það kerfisbundið. Þó við flest höfum heyrt slíkar fréttir leyfi ég mér að efast um að við höfum raunverulega horfst í augu við þessa grimmd.

Þetta viðurstyggilega vopn er notað um allan heim, ekki aðeins í fjarlægum löndum og það er notað til að niðurlægja og brjóta niður óvininn, sundra fjölskyldum og hræða fólk til flótta. Christina segir frá reynslu sinni í átakanlegu viðtali hér í blaðinu þar sem jafnvel má vara viðkvæma við viðbjóðslegum lýsingunum. En það viðbjóðslegasta er kannski að afleiðingar slíkra brota eru engar. Engar! ■

”

En það viðbjóðslegasta er kannski að afleiðingar slíkra brota eru engar.

Við mælum með

Er ég mamma mín?
Enn eru nokkrar sýningar eftir af verkinu Er ég mamma mín? eftir Maríu Reyndal. Í verkinu er saga tveggja kynslóða íslenskra kvenna túlkuð á snilldarlegan hátt, en það er magnað, fyndið og nánast óþægilegt að rifja upp breytingarnar sem orðið hafa á íslensku samfélagi frá því verkið gerist í kringum 1980. Ef þú ert fædd/ur fyrir þann tíma farðu í Borgarleikhúsið og taktu mömmu þína með. ■

Ævintýraheimur Fiska.is
Gakktu inn í ævintýraheim núðlunnar á Fiska.is á Nýbýlavegi. Þar er tryllingslegt úrval af instant núðlum frá allri Asíu auk almennt góðs úrvals af asískum mat, ávöxtum og grænmeti. Það tekur mann fram að jólum að smakka allar núðlutegundirnar en það er um að gera að taka nokkrar tegundir með úr hverri ferð og prófa sig áfram. ■

Þríeykið á bak við Brút, þeir Bragi Skaftason, Ólafur Örn Ólafsson og Ragnar Eiríksson. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Óhefðbundið á Brút

Veitingastaðurinn Brút var opnaður nú um helgina í hinu sögufræga Eimskipshúsi í Pósthússtræti 2. Þar er ætlunin að bjóða upp á ferska fiskrétti úr óhefðbundnu hráefni.

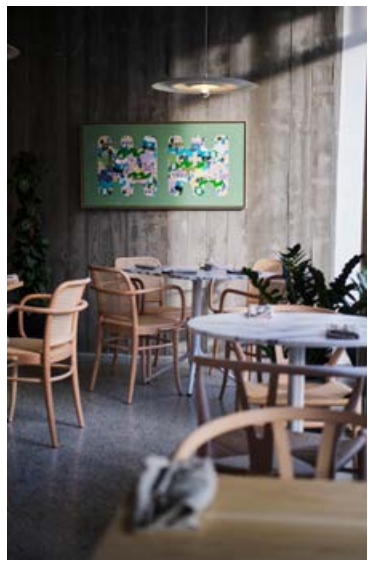
bjork@frettabladid.is

Á bak við veitingastaðinn stendur sama þrenningin og á bak við Vínstúkuna Tíu sopa, en það eru þeir Ólafur Örn Ólafsson, Bragi Skaftason og Ragnar Eiríksson, en við náðum tali af þeim síðastnefnda á lokasprettinum fyrir opnun.

„Þetta er búin að vera löng fæðing en ég held að við höfum verið farnir að ræða að opna stað í þessu rými áður en við opnuðum Vínstúkuna," segir Ragnar, en heimsfaraldur tafði opnun sem upphaflega var ráðgerð fyrir ári síðan. „Óli er því búinn að sitja yfir þessu og ofhugsa þetta að eigin sögn í tvö ár, en þetta er svolítið hans hugarfóstur," segir Ragnar og á þá við meðeiganda sinn Ólaf Örn Ólafsson vínþjón.

Hráefni sem sést sjaldan
Ragnar stýrir eldhúsi staðarins en hann var yfirkokkur á veitingahúsinu Dill þegar það hlaut Michelinstjörnu.

„Við ætlum að gera sjávarréttum mjög hátt undir höfði og nota óhefðbundið hráefni." Sem dæmi nefnir Ragnar beitukóng sem framreiddur verði eins og sniglar eru framreiddir í Frakklandi. „Við erum líka með reyktan ál og ufsa sem er frábær fiskur en er sjaldnast notaður á seðli."



Rýmið hefur verið fagurlega endurhannað af bresku innanhússhönnuðinum T. B. Bennett í útfærslu Traðar arkitektastofu. MYND/AÐSEND

”

Ég vil að hráefnið fái að njóta sín og sé ekki of mikið að yfirkeyra allt annað, ég segi alltaf að það voru bara þrír gæjar í Nirvana og það virkaði.

Bjart og létt yfirbragð einkennir staðinn þar sem íslensk samtímalist frá Gallerí Porti fær að njóta sín á veggjunum.

Boðið verður upp á íslenskan fisk og stuðst við evrópska matreiðslu með smá tvisti. Opið verður fyrir bæði hádegis- og kvöldverð og eins er ætlunin að bjóða upp á bröns frá og með næstu helgi. „Við ætlum að vera með óhefðbundið bröns hlaðborð, fisk og svolítið heilsusamlega nálgun, það verður ekki allt löðrandi í beikoni," segir Ragnar í léttum tón. „Ég vil að hráefnið fái að njóta sín og sé ekki of mikið að yfirkeyra allt annað, ég segi alltaf að það voru bara þrír gæjar í Nirvana og það virkaði," segir hann að lokum. ■

■ Í vikulokin

Ólafur Arnarson

Skrímsladeildin vann þótt flokkurinn tapaði fylgi

Össur Skarphéðinsson telur skrímsladeild Sjálfstæðisflokksins vera sigurvegara kosninganna. Henni hafi tekist að halda Gunnari Smára og Sósíalistaflokknum utan þings, klekkja á Kristrúnu Frosta hjá Samfylkingunni og skaða Viðreisn, reyndar með góðri aðstoð. Þar á Össur við aðkomu seðlabankastjóra, sem afflutti tillögur Viðreisnar í gjaldmiðilsmálum. Össur dáist að tímasetningu áhlaups skrímsladeildarinnar, sem sé „frá tæknilegu sjónarmiði líklega óaðfinnanleg. Menn með áratugareynslu að störfum."

Sjálfstæðisflokkurinn segist vera flokkur athafnafrelsis, lágra skatta, einkaframtaks og félagslegrar umhyggju. Í kosningabaráttu hamrar flokkurinn á stöðugleika og varar við glundroða, skattahækkunum og vinstri slysum. Þarna fer illa saman hljóð og mynd. Sjálfstæðisflokkurinn er ekki lágskattaflokkur í dag, og situr raunar í vinstri stjórn. Flokkurinn kallar reyndar veiðigjöld „skatta" og fallist menn á það má segja að Sjálfstæðisflokkurinn lækki „skatta". Sú „skattalækkun" nýtist þó sægreifum einum. Skattþrep staðgreiðslu voru lækkuð um síðustu áramót en persónufrádráttur var jafnframt lækkaður þannig að þeir launalægstu fengu enga skattalækkun. Veiðigjöld lækkuðu hins vegar talsvert vegna lagabreytinga ríkisstjórnarinnar.

Í dag hefur Sjálfstæðisflokkurinn það hlutverk helst að verja gífurlega hagsmuni sem stórútgerðin hefur af niðurgreiddum aðgangi að fisknum í sjónum. Grunngildum sjálfstæðisstefnunnar hefur verið fórnað og hætt er við að gamlir foringjar flokksins sneru sér við í gröfinni

”

Þarna fer illa saman hljóð og mynd.

sæju þeir hlutskipti hans í dag.

Sjálfstæðisflokkurinn gengur ekki lengur til kosninga með grunngildi sín að vopni. Innantómum klisjum er slengt fram, stefnan skiptir ekki máli. Skrímsladeildinni sleppt lausri. Sannleikurinn er afstæður. Tilgangurinn helgar meðalið. Sérhagsmunir stórútgerðarinnar skulu varðir. Össur er eldri en tvævetur í pólitík og veit hvað snýr fram og aftur á pólitískri skepnu. Skrímsladeildin vann þessar kosningar. Spurningin er: Hver vinnur stjórnarmyndunarviðræður? ■

07.10.21 - 10.10.21
MENNINGARHÁTÍÐ SELTJARNARNESS

Dagskrá menningarhátíðarinnar skartar fjölbreyttum sýningum og viðburðum víðsvegar um Seltjarnarnesið. Hér má sjá það helsta en ítarlegar upplýsingar um dagskrána eru á heima- og fésbókarsíðu Seltjarnarnesbæjar.

seltjarnarnes.is seltjarnarnes

9 OKTÓBER LAUGARDAGUR

9.30 **TKS býður í morguntrimm** - Sundlaug Seltjarnarness

10–15 **Sýningar og viðburðir á Bókasafni Seltjarnarness**

Morgunkaffi kl. 10-11 og léttir tónar **Margrétar Arnar** harmonikkuleikara

Þrautaleikir – Verðlaun og bókagjafir

Sköpunarkraftur kynslóðanna – Listasýningar

10–17 **MÁLVERK** – Sýning í Gallerí Gróttu
Guðrún Einarsdóttir myndlistarkona

10–15 **Barnadagskrá á Bókasafninu**

Ugluföndur og **Gróttuviti barnanna**
3D prentunarnámskeið kl. 11-13
Gunni Helga kemur **kl. 13**
Frostpinnafjör

12–16 **Viðburðir í Gróttu**

Sækúla, hljóðlistaverk í Gróttuvita eftir **Gunnar Gunnsteinsson**
Viti Project, myndlistarsýning **Mathilde Morant** í Vitavarðarhúsinu
Tálgaðu flautu með **Bjarna Þór** smíðakennara í Fræðasetrinu

13 – 16 **LEGOsafn og sýning** í Tjarnarbóli – Yfir 500 gömul og ný Legosett

13 – 17 **Lyfjafræðisafnið í Nesi** – Sýning í Safnatröð

17 – 18 **Kyrrðarstund með Bach** – Tónleikar **Árna Heimis Ingólfssonar** í Seltjarnarneskirkju

10 OKTÓBER SUNNUDAGUR

11 - 12 **Menningarmessa** í Seltjarnarneskirkju

13 – 14 **Menningarganga með Pálma Jónassyni** – Gamli Mýró
Æskan mín – Mýrarhús – Pálsbær – Eiðar

12–15 **Viðburðir í Gróttu**

Sækúla, hljóðlistaverk í Gróttuvita eftir **Gunnar Gunnsteinsson**
Viti Project, myndlistarsýning **Mathilde Morant** í Vitavarðarhúsinu

13 – 17 **Lyfjafræðisafnið í Nesi** – Sýning í Safnatröð

13 – 17 **MÁLVERK** – Sýning í Gallerí Gróttu
Guðrún Einarsdóttir myndlistarkona

17 – 18 **Óvenjulegir orgeltónleikar Friðriks Vignis** í Seltjarnarneskirkju

18 – 22 **Bílabíó á bílaplani leikskólans**

Kl. 18 – **Víti í Vestmannaeyjum**
Kl. 20 – **GREASE**

Allir velkomnir á meðan bílapláss leyfir. Popp og kók o.fl. selt á staðnum af handknattleiksdeild Gróttu.

Ath! Bílabíó er háð veðri

Skannaðu kóðann til að sjá nánari dagskrá Menningarhátíðar Seltjarnarness

Ókeypis aðgangur
á alla viðburði hátíðarinnar

Virðum sóttvarnir!

Viðburðir á Menningarhátíð Seltjarnarness taka mið af gildandi samkomutakmörkunum og sóttvarnarreglum. Spritt á öllum stöðum og skráningarblöð þar sem þörf krefur. Gestir menningarhátíðarinnar eru beðnir um gæta vel að persónubundnum sóttvörnum og virða nálægðarmörk og grímuskyldu eftir því sem við á.

SELTJARNARNESBÆR

Anna Birta Lionaraki segir framliðið fólk hafa birst sér frá unglingsaldri en eiginleikann kallar hún hyperskynjun. Hún miðlar nú skynjun sinni til annarra og heldur opinn miðilsfund í Hannesarholti undir lok mánaðar.

Það tók Önnu Birtu tíma að taka skyggnigáfu sína í sátt en það tókst henni með hjálp annars miðils, Bíbíar Ólafsdóttur.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Allt í lagi ef fólk skilur þetta ekki

Björk Eiðsdóttir
bjork@frettabladid.is

Ég er ein af mörgum með hyperskynjun, mín von er að með árunum verði fleiri rannsóknir á fólki með svona eiginleika hér á landi, því margir eru næmir á Íslandi og við erum öll svo tengd," segir Anna Birta. Hún vill meina að hyperskynjun sé í genunum og hljóti því að vera einhvers konar stökkbreyting.

Anna Birta er fædd á Íslandi en alin upp að mestu í Grikklandi. Hún er skráð sem Tryggvadóttir en hefur valið sér að nota eftirnafn stjúpföður síns, hið gríska eftirnafn Lionaraki. Tengsl Önnu Birtu við Grikkland eru sterk og í snotru húsi í Ölfusi þar sem hún býr ásamt átta ára dóttur sinni hljóma oftar en ekki grískar útvarpsrásir.

„Blóðfaðir minn lést áður en ég fæddist. Mamma var í framhaldi kölluð á fund læknamiðils í sveitinni vegna skyndilegs fráfallsins, Einars á Einarsstöðum, sem þá tilkynnti henni að hún væri barnshafandi og hughreysti hana." Það reyndist rétt og Anna Birta kom inn í líf móður sinnar níu mánuðum eftir andlát föður síns. „Þetta er sem sagt mín dramatíska innkoma í þetta líf," segir Anna Birta einlæg.

Rætur í Grikklandi

Þegar Anna Birta svo var komin í heiminn hélt móðir hennar í hótelstjórnunarnám til Bretlands þar sem hún kynntist grískum manni, Antonis Lionaraki, sem gekk Önnu Birtu í föðurstað.

„Þau gifta sig í Bretlandi og við flytjum í framhaldi til Grikklands þar sem ég er alin upp frá þriggja til átta ára aldurs. Í Grikklandi á ég stóra fjölskyldu og fer þangað oft á ári."

Þegar móðir hennar og stjúpfaðir skildu fluttu mæðgurnar til Íslands og svo aftur til Bretlands þegar Anna Birta var 12 ára. Menntaskólanum lauk hún svo á Ísafirði og þaðan lá leiðin svo aftur til Grikklands.

Ofurnæmni í menntaskóla

Það var á menntaskólaárunum sem ofurnæmni, eða hyperskynjun eins og hún kallar það, Önnu Birtu fór að láta á sér kræla. „Ég trúi því svo innilega að þetta tengist hormónum að einhverju leyti, það er eitthvað sem mig langar að finna út úr áður en ég dey. Ég held að ég hafi alltaf haft þessa eiginleika en þetta verður fyrirferðarmikið á unglingsárunum," segir hún.

„Ég sá mann sem var ekki úr þessum heimi og eins og algengt er hjá fólki sem sér, þá var fyrsta tilfinningin mín ónot."

Anna Birta bendir á að enginn sjái eins. „Mín skynjun er eins konar þrívídd, vinstra megin á hlið, þar kemur einhvers konar opnun þar sem ég sé fólk eða heyri en helsta upplifun mín er að sjá í munninum myndbönd og skynja eins og ég sjái í gegnum lykt. Þarna í þessu tilviki var hann pínu hálfgegnsær og mér fannst þetta mjög óspennandi á allan hátt og hafði engan húmor fyrir þessu," segir hún í léttum tón.

Aðspurð hvort hún hafi verið hrædd svarar Anna Birta játandi og bætir við: „Svo var ég bara unglingur og að spá í allt öðrum hlutum."

Maðurinn birtist Önnu aðallega í einu rými á heimili hennar og síðar kom í ljós að einmitt í þessu rými hafði maður svipt sig lífi. „Ef hjúpurinn okkar er ekki tilbúinn eða stilltur á þann hátt að geta niðurhalað þessum upplýsingum þá náttúrlega verður maður bara skelfingu lostinn."

Eftir menntaskóla fór Anna Birta til Grikklands, nánar tiltekið til Aþenu, að læra leiklist. „Ég var lánsöm að fá aðalhlutverk í leikhúsi ári fyrir útskrift. Svo ég upplifði drauminn minn um að verða leikkona," segir hún.

Lokaðist fyrir skynjunina

Þegar Anna Birta verður ófrísk að dóttur sinni lokast skyndilega fyrir hyperskynjunina. „Það stórkostlega gerist þá að það er eins og skrúfað sé fyrir alla skynjun," segir hún og kannast við svipaðar sögur frá öðrum konum, að skynjunin hafi eflst eða minnkað, jafnvel horfið á meðgöngu.

„Ég var ofboðslega sæl með þetta og fæddi árið 2013 inn í þennan heim mína dásamlegu dóttur, sem er mér allt. Tíu dögum eftir fæðinguna heyri ég hljóð eins og í hurð skella en fann að það var ekki úr þessum heimi og þá vissi ég að þetta væri komið aftur," lýsir Anna Birta og segist hafa fundið ískulda hrískast um sig. „Í framhaldi kom skynjunin margföld til baka. Þess vegna hef ég oft velt því fyrir mér hvort þetta sé ekki að einhverju leyti hormónatengt."

Anna Birta segist hafa orðið fyrir upplifun fljótlega eftir barnsburð sem ergði hana. „Ég leitaði þá til Bíbíar Ólafsdóttur miðils í von um að hún gæti lokað fyrir þetta. Hún sagði bara: Ég skil þig – en það er ekki hægt. Svo bætti hún við: Enda ertu arftakinn minn," segir Anna Birta. „Hún sagðist þó geta kennt mér betur að stilla þetta af." Anna Birta sótti svo fundi hjá Bíbí og fleirum í Sálarrannsóknafélaginu um tíma.

Óhefðbundnar upplýsingar

„Þegar leið á veturinn sá ég betur að hlutirnir sem mér voru sýndir gerðust. Í kjölfar leiðbeininga Bíbíar fór ég að æfa þennan vöðva og byrjaði að taka þetta í sátt."

> Ég sá mann sem var ekki úr þessum heimi og eins og algengt er hjá fólki sem sér, þá var fyrsta tilfinningin mín ónot.

Í kjölfar þess fóru Önnu Birtu að berast fyrirspurnir um lestur.

„Ég ákvað því að gera minn fyrsta lestur og hef nú starfað við þetta í átta ár." Aðspurð segist Anna Birta kalla sig miðil enda sé það hreint orð og nái ágætlega utan um starf hennar. „Maður fær einfaldlega óhefðbundnar upplýsingar á óhefðbundinn máta, sem maður reynir að miðla til fólks þegar það kemur til manns."

Anna Birta segist vera ein af mörgum með hyperskynjun en hennar von sé að með árunum verði gerðar fleiri rannsóknir á fólki með þennan eiginleika.

„Ef hægt væri að kortleggja á líkamlegan máta hvað veldur þessu næmi, þá hver veit, yrði þetta kannski viðurkennt? Heil-

brigðiskerfið gæti mögulega eflst ef miðlar, sjáendur eða heilarar ættu samfélagslegt rými. Þeir gætu þá aðstoðað ef þörf þætti við að greina óútskýrð mál, enda fáum við oft að sjá líkamann á annan hátt en aðrir," segir Anna Birta og grínast með að líklega muni einhverjum lesendum svelgjast á kaffi sínu við þessi orð.

Vill frekari rannsóknir

„Það getur auðvitað enginn staðfest þetta og því vildi ég óska þess að þetta væri rannsakað meira, enda er stór hópur fólks sem upplifir svipað og ég. Ég held að það sé einhver líkamleg starfsemi á bak við þetta. Það er til dæmis oft talað um að miðlar verði mjög veikir í nýrunum, það er mjög áhugavert," segir hún.

Anna Birta segist hafa nóg að gera. Covid gerði það að verkum að hún fór að halda fundina í gegnum netið og segist hún varla hafa trúað því hversu auðvelt það reyndist.

„Ég verð mjög líkamlega þreytt eftir fundi en finn minna fyrir því ef ég geri þetta á netinu."

Upplifði skömm og reiði

Anna Birta undirbýr nú opinn miðilsfund í Hannesarholti, en hún hefur áður haldið slíka fundi og vakti fundur hennar í Tjarnarbíói árið 2015 mikla athygli, og skapaðist fjörleg fjölmiðlaumfjöllun í kjölfarið. Sitt sýndist hverjum um miðilshæfileikana og slíka fundi almennt.

„Mér fannst voða eðlilegt að vera með miðilsfundi, en það voru ekki allir sammála og ég fékk alveg högg í fjölmiðlum fyrir það. Maður skilur það alveg," rifjar Anna Birta upp. „Þarna hafði ég möguleika á að skríða undir feld og aldrei gera þetta aftur, eða einfaldlega standa með þessu."

Anna Birta segist hafa upplifað mikla skömm og reiði og vill breyta almenningsálitinu. „Þar sem ég vil meina að þetta sé genatengt, er ekki ólíklegt að afkomendur mínir muni einnig upplifa þetta næmi, og ég vil þá ekki að þau fari í gegnum sama stríðið. Ég vil stofna stéttarfélag. Ég elska mig og samþykki þetta, en það hefur tekið tíma.

Það er ekkert hotline sem hægt er að hringja í í handanheimum, svo það sem ég sé er bara mín skynjun og hvernig heilinn minn hefur raðað þessu upp síðustu áratugi."

Meðvitund og undirmeðvitund

Anna Birta lýsir lestrinum þannig að hún sjái meðvitund viðkomandi sem og undirmeðvitund, ekki ósvipað og glugga í netspjalli.

„Meðvitund eins og hún birtist mér er tilfinningar og skynjun persónunnar á sjálfi sínu, hugsunum og gjörðum. Síðan sé ég undirmeðvitund, hún er hrá týpa sem er ómeðvirk, hreinskilin og áköf eins og barn.

Hún birtist mér hjá þindinni. Það er rétt eins og hún rétti mér vasaljós og biðji mig að ganga inn í innsta heim þar sem mér eru sýndar þær sorgir sem eru óunnar eða pásaðar. Hún, undirmeðvitundin, biður mig svo að færa upplýsingarnar til meðvitundarinnar."

Anna Birta segist sjá margar útgáfur af einstaklingnum, eina fyrir hvert ár sem hann hefur lifað.

„Innri sjálfin raðast upp og ég sé eins árs útgáfuna af viðkomandi og þar fram eftir götunum – til dagsins í dag.

Því næst eru særðu sjálfin, það er aldur viðkomandi þegar áfall átti sér stað. Ef við segjum að sorg sé sandur, þá bera særðu sjálfin poka af sandi. Við hendum bakpokunum af.

Fyrir mér er enginn dauði

Undirmeðvitund er með ákveðinn hugbúnað, ég líki henni við til dæmis Netflix. Segjum að þar séu 54 þáttaraðir eða ár af lífi þínu, og segjum að séu 33 áföll eða þættir, pásaðir. Rétt eins Netflix man hvar þú hættir að horfa síðast virðist vera líkamleg tilhneiging okkar að pása áföllin til að lifa af. Enda er sjaldnast boðið upp á áfallaúrvinnslu á þeirri ögurstundu. Þar fæ ég aðgang að minningum fólks, áfallaminni þess."

> Þarna hafði ég möguleika á að skríða undir feld og aldrei gera þetta aftur, eða einfaldlega standa með þessu.

Þangað segist Anna Birta leidd af innra barninu þar sem henni birtast myndir af staðnum auk lyktar. „Allt frá veggfóðri til veðurfars og ég skynja rétt eins og ég sjálf hafi orðið fyrir þeim sársauka sem þar er að finna. Ef mikið ofbeldi var í æsku viðkomandi heyri ég öskrin, ef áfengi var mikið notað fyllast vit mín af áfengislykt. Líkami minn fyllist eins konar bergmálsupplifun af fortíð viðkomandi, svo er mitt að segja frá öllu sem er sýnt og kóða það. Algengustu sárin, sem því miður virðast svo skelfilega algeng, eru kynferðisbrot og þagganir," segir Anna Birta og bætir við hversu ánægð hún sé með vitundarvakninguna sem orðið hafi í þeim efnum í krafti #MeToo.

„Þegar særða sjálfið hefur sýnt okkur minninguna sækjum við það og elskum það, svo í gegnum hækka og lækka takka tímans fer það úr tómi sorgarinnar í ljós. Því næst birtist framtíð eins og fljótandi myndbönd og svo kemur inn fólk að handan. Fyrir mér er enginn dauði, bara umbreyting orku úr einni tíðni í aðra og svo kærleikur. Heill heimur af kærleika. Þetta er eins konar ljósnæmisdans.

En mest er ég þakklát fólkinu sem hefur komið til mín, án þess væri þetta allt annar skynjunarheimur fyrir mig."

Ekkert með Önnu Birtu að gera

Anna Birta segist sjaldan bjóða upp á skyggnilýsingarfundi fyrir hópa, enda taki þeir á líkamlega. „Maður vill gera vel og gefa öllum af sér. Maður heyrir alls konar og þarf að reyna að vinsa úr," segir hún og rifjar upp skemmtilega minningu frá slíkum fundi. „Þá rétti mér kona úr handanheimum skraflborð og skrifaði þar fullt nafn sitt. Ég segi það upphátt og ættingi hennar er í salnum. Ég mun aldrei gleyma þessari handanheimsmanneskju, þetta var svo skemmtilegt."

Hún segir þá sem sækja slíka fundi oftast vera opna fyrir slíkum upplifunum, svo hún hafi ekki upplifað neikvæða gesti. „Ég hef oft grátið með þessu fólki en sjálf upplifi ég mig ekki sem persónu í þessu. Ég held að þetta hafi ekkert endilega neitt að gera með Önnu Birtu. En ef ég get hjálpað er það stórkostlegt."

„Það er allt í lagi ef fólk skilur þetta ekki, ég myndi ekki skilja þetta ef ég hefði ekki séð þetta sjálf," segir hún. „En mikið hef ég verið lánsöm að hitta fólk sem hefur dílað við hyperskynjun allt sitt líf." Anna Birta segist hafa hringt í það fólk til að fá ráð og samhygð, þegar skynjunin, eins og hún lýsir henni, verði hreinlega of mikil.

Þeirra sorg verður manns

„Þetta er eins og að fá aðgengi inn í sál fólks. Þess sorg verður mín. Manni finnst því að maður verði að gefa allt, alltaf. En svo er maður bara manneskja.

Það eru margir skyggnir og næmir á Íslandi en það eru ekki margir sem tala um það og þeir sem vinna í þessum geira eru yfirleitt með aðra vinnu líka," segir Anna Birta og bendir á að áður fyrr hafi margir verið fordæmdir vegna slíkra skynjana.

„Fyrir utan að vera í minni tilveru þá sé ég þetta sem stærra verkefni því ég er að berjast fyrir minnihlutahóp. Þetta þykir ekki fínt og fólk skammast sín fyrir þetta. Það að ég greiði skatta fyrir miðilsþjónustu er nýstárlegt og vonandi eykur það aðgengi og virðingu fyrir heilun af þessu tagi."

Anna Birta segir Íslendinga spennta fyrir dulvitundinni, en þar vefjist trúin stundum fyrir fólki.

„Það vefst oft fyrir fólki hvað eigi að gera við fólk sem sér. Hvort það sé rétt gagnvart guði eða ekki. Ég hef fengið til mín fólk sem hefur engst yfir því að það sé að gera eitthvað ósæmilegt."

Trúir á hið góða í fólki

Aðspurð segist Anna Birta sjálf trúa á guð á sinn rómantíska hátt.

„Ég trúi á kærleikann og hið góða í fólki. Ef guð er hafið þá erum við öll með dropa sem er sál. Fyrir mér er guð vitund, krafturinn sem knýr áfram heiminn. Við erum öll hluti af þeirri vitund." Hún bendir á að í trúarbragðaiðkun sé margt fallegt, en þar sé oft alið mikið á skömm og ótta en af því sem hún hafi séð í handanheimi sé enginn að brenna þar.

„Ég vil meina að hið eiginlega hel sé innra. Að þeir sem hafi meitt annað fólk komi til með að finna það innra með sér. Hel er í mannheimum, rétt eins og himnaríki. Við eigum möguleika á báðum heimum, það er svo margt erfitt hér, þess vegna er mikilvægt að heila sárin sín. Fara úr myrkri í ljós, þarf ekki að vera með miðilsfundi, bara að elska sig og byggja upp á þann hátt sem er bestur fyrir viðkomandi. Þetta er bara ein leið."

> Ég vil meina að hið eiginlega hel sé innra. Að þeir sem hafi meitt annað fólk komi til með að finna það innra með sér.

Anna Birta vill meina að eiginleiki sinn til að sjá og skynja sé genatengdur og vill að þetta verði rannsakað frekar.

Sjálf íhugaði Anna Birta að gerast prestur en er ekki viss um að hún hefði fengið vígslu. „Mér finnst svolítið áhugavert að það megi trúa á líf eftir dauðann, en það megi ekki sjá það."

Þetta á ekki að vera pukur

Það var ekkert sem sagði Önnu Birtu að fara að tala við dáið fólk, en hún segir þetta hafa komið og tekið yfir tilveruna. „Ég gerði aftur á móti samning við guð og vitundina um að gefa mér rými til að vera venjuleg líka, en það tók rosalega langan tíma og ég á mörgum það að þakka. Óháð minni persónu er þetta bara skynjun eins og hver önnur. Þetta á ekki að vera pukur og á ekki að vera skömm."

Anna Birta er nú að skrifa bók um upplifun sína og mun hún bera titilinn Ljósnæmi. „Bókin fjallar um leiðina mína í gegnum þessa næmni, að vera hefðbundin en samt skynja. Mér finnst mest spennandi hvar þetta liggur í líkamanum. Ég vil finna hörpustrenginn, hvar mætir sálin efninu og efnið sálinni? Þetta er eins og að standa á milli tveggja heima," segir Anna Birta og viðurkennir að stundum fái hún nóg af næmninni og langi bara að vera venjuleg. Aðspurð hvernig það gangi svarar hún hlæjandi: „Svona líka glimrandi vel!" ■

Nauðgun ódýrara vopn en byssukúla

Lovísa Arnardóttir
lovisaa@frettabladid.is

Christina Lamb, erlendur fréttaritari The Sunday Times, hefur á ferli sínum lagt mikið upp úr því að gefa konum rödd. Hún segir kynferðislegt ofbeldi í auknum mæli notað sem vopn gegn konum, í stríði, að ofbeldið sé kerfisbundið og furðar sig á því að enginn hafi enn verið sakfelldur fyrir slíkan glæp.

„Ég skrifaði bókina núna því ég var reið," segir Christina um Our bodies their battlefield. MYND/AÐSEND

Christina Lamb hefur verið erlendur fréttaritari hjá breska tímaritinu The Sunday Times í 33 ár. Hún er höfundur níu bóka og er einna þekktust fyrir bókina I am Malala, um baráttukonuna Malölu Yousafzai sem hún skrifaði með henni.

Nýjasta bók Lamb, Líkami okkar, þeirra vígvöllur, eða Our bodies, their battlefield, kom út árið 2019 og í íslenskri þýðingu árið 2020. Þar talar hún við konur sem eru þolendur kynferðislegs ofbeldis og afhjúpar hvernig herir, hryðjuverkamenn og vígasveitir, beita nauðgunum sem stríðsvopni í nútímaátökum til þess að niðurlægja, hræða og stunda kynþáttahreinsanir, og það í auknum mæli núna.

„Ég skrifaði bókina núna því ég var reið. Ég hef verið fréttaritari í 33 ár og hef að mestu skrifað um átök. Ég hef alltaf haft mestan áhuga á því hvaða áhrif stríð hefur á konur því það er áhugavert. Ég hef minni áhuga á átökunum sjálfum og meiri áhuga á því hvernig fólk heldur lífi sínu saman í stríði, og það eru yfirleitt konur sem sjá um það, en eru sjaldan viðurkenndar fyrir það."

Kynferðislegt ofbeldi aukist

Christina hefur ferðast víða um heim og rætt við konur í Rúanda, Filippseyjum, Afganistan, Bosníu og víðar og segir að ekki sé nægilega fjallað um myrka hlið þess sem konur upplifa í stríði.

„Það er notkun kynferðislegs ofbeldis og grimmdar. Síðustu sex til sjö ár hef ég séð meira af þessu og mér fannst það skrítið. Því hef ég reynt að skilja þetta og talaði við fleiri um þetta, um hvað væri verið að gera í þessu og forsöguna. Ég ætlaði mér ekkert endilega að skrifa þessa bók, en ég var reið," segir Christina.

Hún segir að hún hafi fyrst byrjað að hugsa um þetta fyrir alvöru þegar hún ræddi við jasídakonur sem íslamska ríkið hafði hneppt í þrældóm, á niðurníddum spítala á grískri eyju árið 2016.

„Ég vissi ekkert hvað hafði komið fyrir þær. Ég sá það bara í augum þeirra að eitthvað hræðilegt hafði komið fyrir. Það var ekkert ljós í augum þeirra og þær voru mjög aftengdar því sem var að gerast," segir Christina, sem var stödd á grísku eyjunum í miðri flóttamannakrísu.

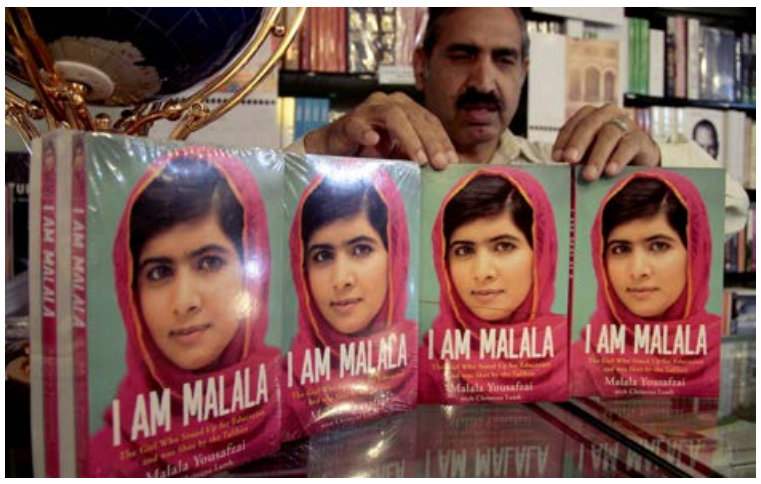
Hún segir að stuttu eftir það hafi hún ferðast til Nígeríu til að taka viðtöl við konur sem Boko Haram hafði rænt og svo eftir það, árið 2017, var hún í Bangladess í Róhingjakrísunni.

„Þar voru konur teknar af heimilum sínum, bundnar við tré og hópnauðgað fyrir framan börnin sín. Þetta eru allt hræðilegar sögur en, eins og það leit út þá var ekkert verið að gera í því. Það var enginn kærður í neinum af þessum málum og ég skildi það ekki," segir Christina sem segir það hafa verið hvatann að því að skrifa bókina.

> Þar voru konur teknar af heimilum sínum, bundnar við tré og hópnauðgað fyrir framan börnin sín.

Fleiri meðvitaðir um vanda

Hún segir enga lausn í sjónmáli en telur að fleiri séu, undanfarið, meðvitaðir um vandamálið. En að þegar fjöldinn sé svona mikill og dæmin mörg flækist málið.



Christina skrifaði bókina I am Malala með Malölu Yousafzai. MYND/GETTY

Læknirinn Mukwege á Panzi-spítalanum í Austur-Kongó. Verðir frá Sameinuðu þjóðunum gæta hans alla daga. MYND/GETTY

„Í Róhingjakrísunni flúðu 700 þúsund manns yfir landamærin á aðeins nokkrum mánuðum. Meira en helmingur þeirra var konur og börn og flestar konur sem ég talaði við þar höfðu einhverja slíka sögu að segja. Jasídakonurnar voru fleiri en þúsund. Boko Haram rændi tugþúsundum stúlkna. Þetta er svo mikill fjöldi og var augljóslega kerfisbundið. Þetta var ekki að gerast í óreiðu stríðsins, heldur var þetta að gerast því fólki var sagt að gera þetta. Það er enginn vafi á því að þetta er að gerast oftar og þetta er faraldur í svo mörgum löndum," segir Christina.

Hún segir að fyrir því séu nokkrar ástæður.

„Þetta er mjög skilvirkt vopn ef þú vilt niðurlægja óvin þinn og ná fram hefndum. Ef þú vilt hræða fólk og neyða það til að yfirgefa heimili sín, þá virkar þetta og kostar ekkert. Nauðgun er ódýrari en Kalashnikov-byssukúla, en stærsta ástæðan, og þetta er það sem veldur mér mestri reiði, er að refsileysið er algert. Það er ekki verið að sækja neinn til saka og því líður gerendum eins og þeir geti gert það sem þeir vilja. Það eru engar afleiðingar," segir Christina.

Heldurðu að það megi að einhverju leyti rekja til þess að eðli átaka hefur breyst?

„Já, algerlega. Ef þú ferð aftur til seinni heimsstyrjaldarinnar þá voru flest fórnarlömb stríðsins hermenn á vígvellinum, ekki í miðri borg. Nýleg átök og stríð hafa verið háð í miðjum borgum, eins og Mósúl eða Bagdad, og oft háð af aðilum sem ekki eru opinberir, eins og her, heldur hryðjuverkahópum eða uppreisnarmönnum sem ekki virða stríðslög."

Christina segir að lagalega hafi kynferðislegt ofbeldi í raun verið álitið stríðsglæpur í um 100 ár, en það hafi ekki verið fyrr en árið 1997, eftir borgarastríðið í Rúanda, sem fyrsta málið fór fyrir alþjóðlega stríðsglæpadómstólinn í Haag.

Hetjur í hryllingi

Í bókinni, þó að það séu sögur af hryllingi heimsins, er líka að finna hetjusögur sem geta gefið von.

„Eins og læknirinn Mukwege, hann rekur spítala í Austur-Kongó. Hann er kvensjúkdómalæknir og kom spítalanum upprunalega á fót því hann hafði áhyggjur af mæðradauða. En svo komu konur þangað sem hafði verið nauðgað, á mjög ofbeldisfullan hátt. Það hafði verið kveikt í kynfærum þeirra og hann hafði aldrei séð neitt þessu líkt. Hann hugsaði fyrst að þetta gæti ekki verið algengt, en svo fóru fleiri og fleiri konur að koma með álíka áverka og hann sá að þetta var kerfisbundið," segir Christina.

Mukwege hefur núna sinnt um 55 þúsund konum á spítalanum sínum sem hafa verið beittar kynferðislegu ofbeldi. Þar fá þær bæði aðstoð vegna líkamlegra afleiðinga ofbeldisins og andlegra og sálrænna afleiðinga. Þá býður hann konum, sem hefur verið útskúfað vegna ofbeldisins, að fá lán til að stofna fyrirtæki eða til að geta staðið á eigin fótum.

„Þessi maður hefur oftar en einu sinni stefnt lífi sínu í hættu. Hann hefur oft fengið líflátshótanir og þarf að búa á spítalalóðinni. Það eru verðir frá Sameinuðu þjóðunum sem gæta hans. Hann er eins og fangi," segir Christina.

Mukwege fékk friðarverðlaun Nóbels fyrir þremur árum fyrir þessa vinnu sína.

„Hann hélt þá að þetta myndi breytast, en það hefur ekkert breyst. Hann er enn að fá konur til sín og nú í auknum mæli. Síðast sagði hann mér frá sex mánaða stelpu og fjögurra ára dreng sem var komið með, þeim hafði báðum verið nauðgað. Það er erfitt að átta sig á þessum upplýsingum og því hvernig nokkur gæti notið þess á einhvern hátt að gera slíkt," segir Christina.

En það eru fleiri hetjusögur og hún nefnir Bakiru frá Bosníu, »

> Nauðgun er ódýrari en Kalashnikov-byssukúla, en stærsta ástæðan, og þetta er það sem veldur mér mestri reiði, er að refsileysið er algert.

STEINSMIÐJA AKUREYRAR

Hausttilboð

Steinn og sökkull, grátt granít,
grafskrift og skrautmynd (efst).
Uppsetning á höfuðborgarsvæði,
Norðurlandi, Akranesi og Borgarnesi.
Frí sending um allt land

Tilboð 1

Blómarammi - innanmál 45 cm

Verð:
Sett eins og á mynd : 498.000
Sett án blómaramma : 398.000
Steinn : 298.000

Tilboð 2

Blómarammi - 45 cm innanmál

Verð:
Sett eins og á mynd : 585.000
Sett án blómaramma : 485.000
Steinn : 385.000

Tilboð 3

Verð:
Steinn með lugt: 240.000
Steinn : 195.000

Paradiso

Svartur

Grár

Tilboð 4 á meðan birgðir endast
Hægt að setja tvö nöfn

Verð: Sett eins og á mynd : 350.000
Steinn án aukahluta : 255.000

s: 466 2800 / 899 9370 sala@minnismerki.is steinsmidjaakureyrar.is

» sem fékk nóg af því að sjá nauðgara ganga lausa.

„Henni var ekki bara nauðgað heldur táningsdóttur hennar líka, fyrir framan hana, og dóttir hennar kenndi henni alltaf um það því þær höfðu flutt aftur heim," segir Christina.

Bakira Hasecic fór að vinna að því með öðrum fórnarlömbum að finna nauðgara, hvar þeir eiga heima og taka myndir af þeim og afhentu þau lögreglunni og ákæruvaldinu upplýsingarnar.

„Nú er búið að sækja fleiri en 100 karlmenn til saka. Það er ótrúlegt," segir Christina af mikilli aðdáun.

Vilja réttlæti og viðurkenningu

Þannig að þó það sé langt um liðið, þá skiptir það miklu máli fyrir konur að fá einhvers konar réttlæti, er það ekki?

„Jú, allar konur sem ég hef talað við. Þegar ég spurði þær hvað þær vildu, sögðu þær allar réttlæti. En þær meintu ekki endilega allar það sama. Þær vildu ekki endilega fara með málið fyrir rétt og horfa framan í geranda sinn og fá hann sakfelldan. Oft meintu þær bara að fá viðurkenningu á því að þetta hefði komið fyrir þær," segir Christina.

Hún tekur sem dæmi svokallaðar „fróunarkonur" [e. comfort women] sem voru teknar frá Filippseyjum og öðrum löndum sem börn og fluttar til Japans í seinni heimsstyrjöldinni til að þjónusta hermenn.

„Það eru 75 ár síðan og þeim var nauðgað aftur og aftur. Þegar þær voru loks frelsaðar töluðu þær ekki um það, því það var mikil skömm í kringum þetta meðal fjölskyldna þeirra og samfélagsins. Það var ekki fyrr en ein þeirra steig fram fyrir um 25 árum og talaði um þetta að aðrar stigu fram. Núna eru þær orðnar gamlar, margar á níræðisaldri, og ekki margar eftir. Þær hafa næstum alla sína ævi þurft að búa við þöggun og skömm og eru ekki einu sinni nefndar í sögubókum. Þessar konur vita að þær munu deyja án þess að fá nokkurt réttlæti. Í einhverjum tilfellum eru afkomendur þeirra að vinna að því en tilhugsunin um að lifa í 75 ár án þess að geta talað um þetta er hryllileg."

Þetta gerist alls staðar

Kynferðislegt ofbeldi hefur verið mikið í umræðunni undanfarin ár í tengslum við #metoo-hreyfinguna, en ekki endilega þessi angi þess, sem Christina hefur fjallað og skrifað um í 30 ár. Hún segir að það megi ekki gleyma því að stríðsnauðganir eigi sér stað alls staðar í heiminum.

„Fólk segir við mig reglulega að þetta gerist aðeins í löndum langt í burtu. En ég ferðaðist til fimm heimsálfa til að skrifa þessa bók, tólf landa. Þetta gerist alls staðar. Sjáum Þýskaland við lok seinni heimsstyrjaldarinnar. Þetta er vopn sem er notað í átökum um allan heim, af mismunandi ástæðum, trúarlegum, í ættflokkadeilum, efnahagslegum, eða tengt hefnd."

„Fólk segir við mig reglulega að þetta gerist aðeins í löndum langt í burtu. En ég ferðaðist til fimm heimsálfa til að skrifa þessa bók, tólf landa. Þetta gerist alls staðar," segir Christina. MYND/GETTY

> Það hafði verið kveikt í kynfærum þeirra og hann hafði aldrei séð neitt þessu líkt.

Þú hefur séð það versta sem þessi heimur hefur upp á að bjóða og talað við fólk sem hefur upplifað það. En hefurðu enn von?

„Fólk segir oft við mig að því finnist það sem ég geri niðurdrepandi. Ég fer á alla þessu slæmu staði og sé hræðilega hluti. Sem er satt. En að einhverju leyti fær maður meiri trú á mannkynið því á öllum þessum slæmu stöðum finnur maður fólk sem er að gera ótrúlega hluti," segir Christina og segir Malölu gott dæmi um það.

Til að sinna starfi sínu þarf Christina stundum að verja sig vel. MYND/AÐSEND

„Ung stúlka sem stóð upp gegn talibönum og hætti lífi sínu. Það voru mikil forréttindi að fá að vinna að bókinni. Ég sé það í starfi mínu að menntun stúlkna er eitt af því sem breytir mestu. Það var því frábært að vinna með henni að þessu, því það er það sem hún berst fyrir. Það er svo auðvelt að vera niðurdregin yfir hörmungum heimsins, en Malala sýnir manni að ein manneskja getur breytt miklu. Eins og hún sagði hjá Sameinuðu þjóðunum: Eitt barn, einn kennari, ein bók og einn penni, geta breytt heiminum," segir Christina og að hún hafi þannig von vegna venjulegs fólks en að ríkisstjórnir valdi henni sífellt meiri vonbrigðum.

Áhyggjur af Afganistan ekki nóg

Christina er sjálf nýkomin frá Afganistan og segir að það sé eitt af því sem hún og Malala deili reglulegum skilaboðum um og miklum áhyggjum. Hún segir sigur talibana niðurlægjandi fyrir Vesturlönd og hefur miklar áhyggjur af því að þessu verði sópað undir teppið.

„Þetta er svo mikil niðurlæging fyrir Vesturlönd. Allir peningarnir sem fóru í þetta og allir sem týndu lífi sínu, Afganar og vestrænir hermenn. Fyrir hvað? Svo að talibanar gætu tekið yfir aftur? Það er erfitt að ná utan um þetta. Ég fór til Afganistan og það var erfitt að komast þangað svo öll mín athygli og orka fór í það. Ég byrjaði að skrifa um leið og ég kom, en svo þyrmdi allt í einu yfir mig. Ég get ekki hugsað um neinn annan stað sem ég hef skrifað um sem hefur breyst svona mikið á stuttum tíma til hins verra. Allir sem ég þekkti þarna voru í felum eða flúnir," segir Christina.

Hún segir að það hafi komið sér á óvart hversu hratt talibanar unnu en segir að þó svo að hertakan sjálf hafi tekið um tíu daga, hafi þetta verið miklu lengur í undirbúningi.

„Það er langt tímabil þar sem voru teknar margar slæmar ákvarðanir og það er það sem er mest niðurdrepandi við þetta. Að vestrænir leiðtogar virðast gera sömu mistökin aftur og aftur í þessum aðstæðum. Sama hvort það er Afganistan, Íran, Líbía, eða Sýrland. Og mistökin má eiginlega alltaf rekja til þess að það var ekki hlustað á fólkið á staðnum eða á hvað það þurfti á að halda, en okkar hugmyndum þröngvað upp þá það. Þetta er mest niðurdrepandi umfjöllun sem ég hef skrifað í mörg ár."

Lamb er væntanleg til landsins í næstu viku til að tala á málþingi UN Women á Íslandi. Þar mun Lamb fjalla um nýjustu bók sína, Líkami okkar, þeirra vígvöllur, eða Our bodies their battlefield. ■

Landsvirkjun

GRÆN VETNISVINNSLA

Í sterkri stöðu fyrir orkuskipti

Grænt vetni er umhverfisvænn orkugjafi sem má nota til að knýja bíla, skip og flugvélar og við búum yfir þeirri þekkingu sem þarf til framleiðslunnar.

landsvirkjun.is/framtidin

NÝTT!

201.is/lind

NÝR ÁFANGI KOMINN Í SÖLU Í SUNNUSMÁRA

SUNNUSMÁRI

201 KÓPAVOGI

Sunnusmári 2

- 3ja og 4ra herbergja íbúðir
- 78 – 131,9 fm
- Aukin lofthæð
- Steinn á borðum í eldhúsi og baði
- Hiti í gólfum
- Sér loftræstikerfi í hverri íbúð.
- Húsið er klætt að utan
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum, ísskáp og uppþvottavél

Aðeins 10 íbúðir eftir

OPIÐ HÚS

Laugardaginn 9. október kl. 13 – 14
Sunnudaginn 10. október kl. 13 – 14

Sunnusmári 4-6

- 3ja og 4ra herbergja íbúðir
- 87,1 – 108,9 fm
- Húsið er klætt að utan
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar með
- gólfefnum, ísskáp og uppþvottavél

Aðeins 6 íbúðir eftir

Aðkoma að húsinu frá bílaplani við Smáralind sunnanmegin (bakvið Smáralind)

201 SMÁRI

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA

Kristján Þórir Hauksson
Lögg. fasteignasali
696 1122
kristjan@fastlind.is

Dagrún Davíðsdóttir
Í námi til löggildingar
866 1763
dagrun@fastlind.is

Didrik Stefánsson
Lögg. fasteignasali
647 8052
diddi@fastlind.is

Hlynur Bjarnason
Lögg. fasteignasali
697 9215
hlynur@fastlind.is

Ásdís Rósa Hafliðadóttir
Lögfræðingur
661 0671
asdis@fastlind.is

Erla Dröfn Magnúsdóttir
Lögg. fasteignasali
692 0149
erla@fastlind.is

Hrafn Valdísarson
Lögg. fasteignasali
845 9888
hrafn@fastlind.is

Elías Haraldsson
Lögg. fasteignasali
777 5454
elias@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4 / Sími: 510 7900 / www.fastlind.is

Allir kaupendur og seljendur fá
Vildarkort Lindar
sem veitir **30% afslátt**
hjá eftirfarandi fyrirtækjum

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 & gluggatjöld:** 30% afsláttur af öllum vörum. **Vídd:** 30% afsláttur af öllum vörum. **Húsasmiðjan:** 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum. **ATH!** Afsláttur gildir ekki á útsölum.

Hér var unnið í að koma vatni til íbúa í norðurhluta Brasilíu þar sem híbýli fólks eru ekki upp á marga fiska. MYND/B.MAST/CRC

Ásgeir stundaði brimbretti.

Valdís gekk um fjöll og firnindi.

Eduardo hjólaði.

Fóru fjóra hringi í kringum jörðina

Þorvarður Pálsson
thorvardur@frettabladid.is

Starfsmenn Marels hreyfðu sig sem jafngildir fjórum hringjum í kringum jörðina undanfarinn mánuð, með það að markmiði að safna fé fyrir verkefni Rauða krossins í Norður-Brasilíu.

Marel og Rauði krossinn hafa frá árinu 2019 unnið saman að samfélagsverkefnum víða um heim. Í þeirri viðleitni stóð Marel fyrir átakinu Move the Globe meðal starfsfólks síns sem stóð frá 6. september til 4. október. Þá hreyfðu starfsmenn Marels um allan heim sig eins mikið og þeir mögulega gátu og ferðuðust þannig yfir 160 þúsund kílómetra, sem jafngildir fjórum hringjum í kringum jörðina. Um sjö þúsund manns starfa hjá Marel í meira en 30 löndum.

Þorsteinn Kári Jónsson, forstöðumaður sjálfbærni og samfélagstengsla hjá Marel, segir fyrirtækið leggja mikla áherslu á sjálfbærni og samfélagslega ábyrgð í sínum rekstri og Move the Globe sé þáttur í því.

Söfnuðu 37,2 milljónum

Markmiðið var að safna fé fyrir verkefni Rauða krossins fyrir íbúa og fólk á flótta í norðurhluta Brasilíu, en yfir 600 manns starfa fyrir Marel í landinu. Fyrir hvern hring í kringum jörðina lagði Marel til 50 þúsund evrur og 50 þúsund til viðbótar að átakinu loknu. Því söfnuðust 250 þúsund evrur, um 37,2 milljónir íslenskra króna.

Meðal þess sem starfsmenn fyrirtækisins tóku sér fyrir hendur var sjósund við Íslandsstrendur, að hjóla í vinnuna, brimbrettaæfingar, göngutúrar með fjölskyldunni og skokk á skrifstofunni. Til að mynda skoraði markaðsdeild fyrirtækisins hér á landi á markaðsdeildina í Kaupmannahöfn að halda hlaupabretti gangandi allan daginn, hlaupabretti var komið upp á báðum skrifstofum Marels og skiptust starfsmenn á að labba og hlaupa án þess að slökkva á brettinu í samfleytt sjö klukkutíma.

Megum ekki bugast

„Þetta var mjög gott framtak hjá Marel að samtvinna hreyfingu, lýðheilsu og ábyrgð," segir Kristín S. Hjálmtýsdóttir, framkvæmdastjóri Rauða krossins. „Þetta er fallegt samstarf og við erum þakklát því hvernig Marel nálgast sína samfélagslegu ábyrgð með okkur."

> Það má ekki bugast yfir þeim verkefnum sem heimsbyggðin stendur frammi fyrir, sem geta verið yfirþyrmandi.
>
> Björg

Rauði krossinn starfar um allan heim, segir Björg Kjartansdóttir, sviðsstjóri fjáröflunar- og kynningarsviðs Rauða krossins, enda fjölmennasta mannúðarhreyfing heims og samstarf við hana gefur fyrirtækjum tækifæri til að styðja við samfélög nánast alls staðar, líka á Íslandi.

„Það má ekki bugast yfir þeim verkefnum sem heimsbyggðin stendur frammi fyrir sem geta verið yfirþyrmandi," segir Björg. „Tilgangur Rauða krossins er að vernda líf og heilsu berskjaldaðra hópa og tryggja virðingu fyrir mannlegu lífi, í slíkum verkefnum skiptir allur stuðningur máli," bætir hún við. Hún segir að fyrirtæki á borð við Marel vilji styðja við verkefni sem Rauði krossinn stendur fyrir og fjármagnið nýtist vel. Fjármagnið sem safnaðist með verkefninu Move the Globe hjá Marel mun sannarlega koma sér vel fyrir íbúa í norðurhluta Brasilíu. Mikil áhersla sé lögð á nákvæmt bókhald hjá Rauða krossinum, um hvernig fjármagnið nýtist.

Gagnsæi og traust mikilvægt

„Það er gagnsæið og traustið sem skiptir máli og að við sjáum að við séum að reyna að gera heiminn betri í dag en í gær, með framlagi frá Íslandi. Þörfin er mikil á heimsvísu en allt skiptir máli. Við erum með þetta glæsilega fyrirtæki Marel, sem er með skýra sýn á hvernig það vill vinna og tekur starfsfólkið með í mannúðarverkefni."

Björg, Þorsteinn og Katrín. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kröfur til fyrirtækja um að sýna samfélagslega ábyrgð aukast sífellt, frá hluthöfum, starfsfólki og þeim samfélögum þar sem þau starfa. Kristín segir mikinn feng í að fá fyrirtæki til samstarfs. „Fyrirtækin eru með þekkingu, fjármuni og tíma starfsmanna, svo ýmsir möguleikar eru á samstarfi við Rauða krossinn til að gera heiminn betri í dag en hann var í gær," segir hún.

„Við teljum nauðsynlegt að fyrirtæki sem stundi alþjóðlega starfsemi séu með skýra sýn á það fyrir hvað þau standa," segir Þorsteinn.

„Þú þarft að gefa til baka líka, þú þarft að sýna að þú sért þátttakandi í samfélaginu. Síðan ertu með sjálfbærnimál, bæði innri málin á borð við fjölbreytileika og þátttöku starfsfólks og loftslagsmálin í okkar eigin rekstri. Áhrif okkar skipta okkur mjög miklu máli, hvaða áhrif við höfum á viðskiptavini okkar og þá sér í lagi hvernig við getum stuðlað að aukinni sjálfbærni og sjálfbærri þróun með starfsemi okkar. Það er okkar ábyrgð að fylgja eftir sýn okkar, sem er að umbylta því hvernig matvæli eru framleidd, gera það á sjálfbæran og hagkvæman máta. Þar sem við náum ekki að gera það með okkar vöruþróun eða sölu, getum við farið í samstarf við aðila sem eru með mannlega innviði til að vinna að okkar sýn," segir Þorsteinn.

> Þú þarft að gefa til baka líka, þú þarft að sýna að þú sért þátttakandi í samfélaginu.
>
> Þorsteinn

Erum með skýra stefnu

Hann segir að ákvarðanir um hvaða verkefni Marel styrkir séu teknar af forstjóranum, lykilstjórnendum og stjórn fyrirtækisins. Verkefnið í Brasilíu hafi verið skýrt og „samræmst okkar sýn og metnaði" að sögn Þorsteins.

„Við erum með skýra stefnu sem hjálpar okkur mikið að taka ákvarðanir. Fjármunirnir sem við leggjum til eru umtalsverðir, til dæmis í Brasilíu 37 milljónir króna. Við settum 162 milljónir króna í samstarfsverkefni með Rauða krossinum í Súdan. Marel hefur einnig styrkt vatnsverkefni Rauða krossins í Malaví um rúmlega 90 milljónir íslenskra króna. Við þurfum að vita að þetta sé að fara á réttan stað og sé gert með réttum hætti."

Ekki sé flókið fyrir fyrirtæki að leita til Rauða krossins eins og Marel hafi gert, enda búi starfsfólk hans yfir gríðarlegri þekkingu og reynslu.

Lítið hefur farið fyrir samstarfsverkefnum Marel og Rauða krossins fram að þessu og segir Þorsteinn skipta máli að nálgast málaflokkinn af auðmýkt. „Við viljum með því fyrst og fremst hvetja fleiri fyrirtæki til að kanna þessa möguleika og átta sig á því að ástandið þarfnast okkar, íslenskra fyrirtækja, bæði hérna heima og erlendis."

Björg segir að íslensk fyrirtæki vilji leggja sitt af mörkum en fresti stundum slíkri ákvörðun fram til næsta árs eða þarnæsta árs. „Það er frábært, komið til okkar á næsta ári, en af hverju ekki strax? Þessa ákvörðun er svo auðvelt að taka í dag.

Viðmótskraftur Rauða krossins verður ekki til staðar nema við séum í samstarfi við fyrirtæki og við höfum sannarlega fundið fyrir því á tímum Covid að fyrirtæki eru að sýna aukinn vilja til að taka þátt," segir Björg að lokum. ■

Farandfólk í Brasilíu

Vegna aukins fjölda farandfólks til Brasilíu er aðstaða til móttöku þess löngu komin yfir hámarksgetu. Þrátt fyrir viðleitni yfirvalda á staðnum er nauðsynleg þjónusta eins og vatn og hreinlætismál enn áskorun. Alþjóðadeild Rauða krossins í Brasilíu styður við innflytjendur í norðurhluta Brasilíu, þar á meðal flóttamenn og fylgdarlaus börn og samfélögin sem taka á móti þeim, með því að uppfæra grunninnviði og bæta þannig hreinlætismál og aðgengi að öruggu og nægjanlegu vatni og annarri nauðsynlegri þjónustu.

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 9. október 2021

Degi Leifs Eiríkssonar er fagnað í Vesturheimi í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Dagur Leifs

sandragudrun@frettabladid.is

Dagurinn í dag, 9. október, er í Bandaríkjunum tileinkaður Leifi Eiríkssyni. En hann er eins og þekkt er talinn vera fyrsti evrópski maðurinn sem steig á land, ásamt samferðafólki sínu, í Norður-Ameríku. Dagurinn fær þó ekki mikla athygli þar í landi, en á svipuðum tíma, eða annan mánudag í október, halda Bandaríkjamenn upp á Kólumbusardaginn, en þann dag er opinber frídagur þar vestra.

Á tímabili vildu margir frekar halda upp á dag Leifs Eiríkssonar en Kólumbusardaginn, en fyrrnefndi dagurinn náði aldrei sömu hylli og sá síðarnefndi af ýmsum ástæðum. Margir Bandaríkjamenn í dag vita hvorki af deginum, né tilvist Íslendingsins Leifs Eiríkssonar.

Ekkert merkilegt

Í dag er þó minni ágreiningur um það hvorum deginum beri að fagna eða hvor mannanna átti meiri þátt í innflutningi Evróputúa til Bandaríkjanna. Ýmsir telja að frekar ætti að fagna sérstökum degi frumbyggja, enda skipti ekki máli hvor kom fyrr, Leifur Eiríksson eða Kristófer Kólumbus, báðir uppgötvuðu stað sem þeir höfðu aldrei komið á áður, en það sé ekkert merkilegt í sjálfu sér því milljónir manna hafi þegar búið þar er þeir mættu á svæðið. ■

Lukka Pálsdóttir segist hafa áhyggjur af yngstu kynslóðinni varðandi heilsu hennar í framtíðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ástandsskoðun til betri heilsu

Greenfit er heilsubætandi fyrirtæki sem hefur það að leiðarljósi að aðstoða fólk við að bæta heilsuna á varanlegan hátt. Með ástandsskoðun er hægt að fyrirbyggja heilsuleysi. 2

Þverfaglegt sérfræðiteymi starfar hjá Greenfit. Lukka Pálsdóttir er annar eigandi fyrirtækisins en margir kannast við hana frá því hún rak heilsuveitingastaðinn Happ. Már Þórarinsson sem lengi stundaði keppnisíþróttir rekur Greenfit með Lukku, en ásamt þeim starfar hópur sérfræðinga hjá fyrirtækinu. Greenfit hefur starfað í tæplega tvö ár og segir Lukka ótrúlegt að sjá árangur fólks sem hefur komið í mælingar. „Við erum fyrst og fremst í heilsumælingum. Starfsemin er nýjung hér á landi og ég veit ekki til þess að þetta sé gert eins annars staðar. Við erum ekki líkamsræktarstöð en til okkar leita mjög margir sem eru í einhvers konar hreyfingu eða íþróttum. Ætli við séum ekki brúin á milli heilsuræktar og heilsugæslustöðvar," segir hún.

Við vildum opna augu fólks fyrir þessu vandamáli og gefa ráðleggingar til að bæta heilsu og ekki síður til að bjarga heilbrigðiskerfinu, segir Lukka.

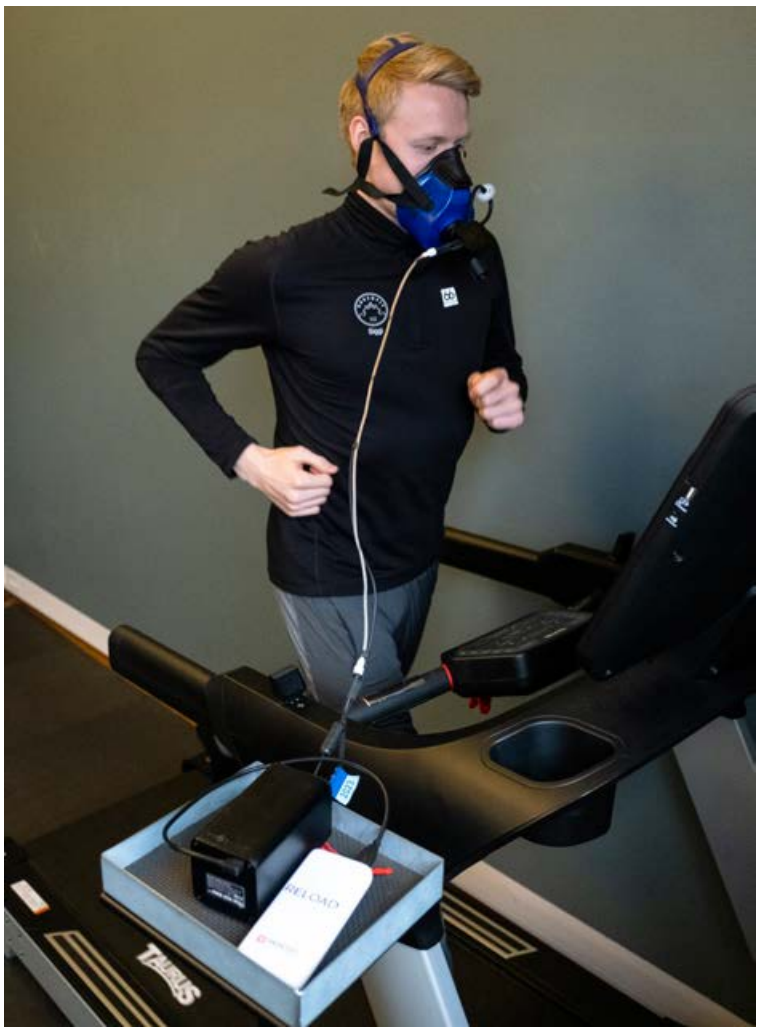
Fyrirbyggja heilsubrest

„Fólk á öllum aldri leitar til okkar. Allt frá þeim sem vilja stíga upp úr sófanum og bæta heilsuna yfir í þá sem eru á leið í heimsmeistarakeppni. Margir halda að svona mæling sé bara fyrir íþróttamenn en það er alls ekki þannig. Allir sem vilja bæta heilsuna geta komið til okkar í ástandsskoðun. Fólk fer með bílinn sinn í skoðun reglulega en það er ekki síður mikilvægt að ástandsskoða líkamann. Fólk fer til heimilislæknisins þegar eitthvað bjátar á, en það kemur til okkar ef það vill fyrirbyggja heilsubrest," útskýrir Lukka. „Við leggjum áherslu á að hámarka bætta heilsu óháð því í hvaða formi fólk er. Síðan eru fjölmargir sem koma til okkar til að bæta árangur sinn í íþróttum. Aðrir koma til að bæta líðan og lífsgæði," segir hún.

Efnaskiptin mæld

Lukka segir að gerðar séu grunnmælingar, efnaskipti eru mæld sem segja fólki hver brennsla líkamans er á sólarhring og hvernig hlutföll kolvetna og fitu skiptast í brennslunni. Einnig er gert álagspróf en það getur sagt til um hvernig best sé að æfa til að ná hámarksárangri. Loks eru skoðaðir helstu áhrifavaldar heilsunnar eins og blóðsykur, blóðfita og bólgur. Einnig er hægt að mæla hvort fólk sé með vítamínskort, eða vandamál tengd lifur eða nýrum. Ef einhverjir sjúkdómar koma í ljós er læknisheimsókn ráðlögð. Annars fær fólk ráðleggingar frá sérfræðingum Greenfit um hvað það getur gert til að bæta mataræði og hreyfingu.

„Grunnmælingin gefur fólki góða hugmynd um hvernig það er statt heilsufarslega séð. Út frá niðurstöðum gefum við fólki verkefni til að vinna að," segir Lukka. „Sumir þurfa að auka fitubrennslu eða róa öndun en aðrir þurfa að þjálfa á öðruvísi álagi. Hvert verkefni er einstaklingsmiðað. Það getur verið mikill fróðleikur í því að rýna í töluleg gildi í blóðsykri. Mjög algengt er að fólk sé með of há gildi og ég myndi segja að það væri aðkallandi að skoða það vandamál betur. Við tölum mikið um orkuskipti í bílum, að fara úr bensíni í rafmagn. Minna er talað um orkuskipti líkamans sem eru þó svo mikilvæg fyrir heilsu okkar. Fólk hefur verið að skipta úr fitubruna í kolvetnabruna sem veldur bæði heilsubresti og vanlíðan, finnur til dæmis fyrir aukinni þreytu. Mörg okkar hafa tapað hæfni til að nota orkugjafa okkar rétt, en það er hægt að þjálfa það upp aftur. Hluti af meðferðinni hjá okkur er að skoða mataræði fólks og gefa ráð til að bæta það. Almennt eru Íslendingar mjög duglegir, vilja hreyfa sig og ná árangri. Margir eru að æfa vitlaust á alltof miklu álagi sem skilar því þreytu í stað árangurs. Við erum þess vegna oft að hægja á fólki og benda því á að fara í rólegri hlaup eða fjallgöngur. Með þessari breytingu sér fólk fljótt árangur. Þegar fólk er of kappsamt gefst það frekar upp á þjálfuninni," segir Lukka og bendir á að ofþyngd sé sömuleiðis algengt vandamál.



Álagsprófið getur hjálpað þeim sem æfa á röngu álagi.

Lífsstílssjúkdómar algengir

„Við einblínum ekki á þyngd heldur efnaskipti. Þegar þau hafa verið löguð léttist fólk, sem er bara bónus. Við horfum alltaf á manneskjuna út frá heilbrigði og efnaskiptum. Það hefur komið okkur á óvart að fá staðfestingu á því sem við höfum oft heyrt marga lækna hafa áhyggjur af, það er hversu algengt er að sjá hækkandi blóðsykur og hækkað insúlínviðnám. Þetta erum við líka að sjá í okkar tölum. Hátt insúlínviðnám er einn stærsti áhættuþátturinn þegar kemur að ýmsum langvinnum sjúkdómum. Áunnin sykursýki er augljósasta tengingin en einnig getur insúlínónæmi haft áhrif á ófrjósemi, PCOS hjá ungum konum, hjarta- og æðasjúkdóma auk margra annarra þátta. Það má í rauninni segja að kólesteróli hafi verið kennt um þann skaða sem sykurinn veldur. Áhugavert er líka að skoða tengsl insúlínviðnáms og Covid-19. Komið hefur í ljós að þeir sem hafa veikst illa af Covid eru margir með hækkað insúlínviðnám án þess að vita af því. Nokkrir sem hafa verið að glíma við eftirköst af sjúkdómnum hafa leitað til okkar. Þeir hafa margir átt það sameiginlegt að vera með skerta getu til fitubruna og/eða of hátt insúlín," upplýsir Lukka.

Ástandsskoðun kemur í veg fyrir að fólk fái heilsubrest en efnaskiptin eru mæld ásamt fleiru.

> **Við einblínum ekki á þyngd heldur efnaskipti. Þegar þau hafa verið löguð léttist fólk, sem er bara bónus. Við horfum alltaf á manneskjuna út frá heilbrigði og efnaskiptum.**

Áhyggjur af unga fólkinu

„Við höfum verulegar áhyggjur af ungu kynslóðinni. Við höfum verið að mæla unglinga sem koma verr út en foreldrarnir varðandi efnaskipti. Stundum eru þetta krakkar sem stunda íþróttir og í góðu formi. Þau eru samt með forstig sykursýki. Þegar skoðaðar eru neysluvenjur eru þau mikið í orkudrykkjum, unnum matvælum og koffíndrykkjum. Það eru röng skilaboð að maður þurfi orkudrykk ef stundaðar eru íþróttir. Ef heldur fram sem horfir þá erum við að fara að taka börnin okkar með á elliheimilið. Heilsu ungu kynslóðarinnar hrakar örar en okkar eldri. Það var sorgleg en þörf umfjöllun um ofþyngd barna í þættinum Kveik. Við verðum að taka þessa umræðu út frá heilbrigði en ekki fara í vörn. Hækkuð lifrar- og sykurgildi er stórt framtíðarvandamál. Við verðum að taka höndum saman og fara í víðtækar aðgerðir til að sporna við þessu vandamáli. Heilbrigðiskerfið er að springa vegna lífsstílssjúkdóma. Það má ekki þagga niður þessa umræðu. En við getum breytt þessu. Við getum svo sannarlega breytt þessu með betri upplýsingum, samstilltu átaki og hvatningu."

Lukka og Már stofnuðu Greenfit þegar þau uppgötvuðu hversu margir væru með röng efnaskipti án þess að hafa hugmynd um það. „Við vildum opna augu fólks fyrir þessu vandamáli og gefa ráðleggingar til að bæta heilsu og ekki síður til að bjarga heilbrigðiskerfinu. Það sem gerir starfið okkar skemmtilegt og er hvetjandi, er að sjá þann árangur sem fólk nær eftir að hafa komið til okkar. Fólk er duglegt að segja okkur frá árangri sínum og bættum lífsgæðum. Það er alltaf hægt að bæta heilsu sína og hver og einn ber ábyrgð á sjálfum sér. ■

Greenfit er staðsett á Snorrabraut 54, sími 780 6226. Hægt er að panta tíma í gegnum heimasíðuna greenfit.is og kynna sér starfsemina.

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 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 5766 | **Sandra Guðrún Guðmundsdóttir,** sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | **Starri Freyr Jónsson** starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | **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.

FYRIR MÖMMU, FYRIR VINKONUR, FYRIR EIGINKONUR, SYSTUR OG DÆTUR

KAUPUM BLEIKU SLAUFUNA

á bleikaslaufan.is og á sölustöðum um allt land 1.-15. október

Rannsóknir, forvarnir, bætt meðferð og greining,
stuðningur og ráðgjöf hafa tvöfaldað lífslíkur síðustu 50 ár.
Við ætlum að ná enn meiri árangri!

Krabbameinsfélagið

KONTOR REYKJAVÍK

Máltíðin er heilög stund í Frakklandi

Sigríður Gunnarsdóttir hefur búið í París í 50 ár. Haustið er uppskerutími og þá fer Sigríður á markaðinn þar sem borð grænmetisbóndans svigna undan þunga uppskerunnar.

starri@frettabladid.is

Haustið hefur minnt á sig undanfarna daga í París með tilheyrandi rigningu, kaldara loftslagi og fyrstu haustlitunum. Um leið breyta Parísarbúar um lífsstíl og hluti þess er að elda úr öðru hráefni, eða því ferskasta sem er í boði þessa dagana, segir Sigríður Gunnarsdóttir sem hefur búið í heimsborginni í 50 ár. Sigríður vakti mikla athygli fyrir bækurnar Sælkeraferð um Frakkland, Sælkeragöngur um París og Sælkeraflakk um Provence, sem hún vann með dóttur sinni Silju Sallé og komu út á árunum 2007-2013. „Öll þessi ferðalög voru algert ævintýri, á allan hátt. Við kynntumst góðu fólki enda hafa allir Frakkar áhuga á góðum mat og eru auk þess reiðubúnir að útskýra leyndardóma sinna heimahaga. Við mæðgur reyndum að koma þessari gleði áfram til Íslendinga í bókum okkar."

Á þessum tíma þóttu bækurnar nokkuð frumlegar enda sameinuðu þær ferðalög um Frakkland, fróðleik um mat og hráefni, í bland við girnilegar uppskriftir. „Bækurnar voru einstaklega fallegar og tók Silja dóttir mín myndirnar sem birtust í þeim. Ég hef enn mjög gaman af að elda góðan mat og reyni að fylgja þeim sið Frakka að breyta mataræði eftir árstíðum með því að notast við það sem úti grær, eins og hægt er."

Mikilvæg stund

Það eru ekki allir sem vita að frönsk matargerðarlist er á heimsminjaskrá UNESCO. „Hvergi í heiminum er eytt eins löngum tíma við undirbúning máltíðarinnar, né við matborðið. Máltíðin er heilög stund, skiptir höfuðmáli á dagskrá fjölskyldunnar. Ekki er aðeins verið að njóta góðrar matreiðslu, heldur er þetta sá tími dagsins sem fjölskylda og vinir nota til að tala saman og ræða atburði dagsins," segir Sigríður.

Henni finnst mikilvægt að benda á að Frakkar eru grennstir evrópskra þjóða. „Þegar fólk nennir að elda góðan, hollan mat og allir sitja saman og borða hann, í stað þess að vera í snakkáti yfir daginn, þá fitnar fólk ekki. Bara

Sigríður Gunnarsdóttir matgæðingur hefur verið búsett í París í 50 ár.

MYND/AÐSEND

sem dæmi get ég sagt þér að ég nota enn kjól sem ég fékk þegar ég var sextán ára, hann er enn svo ægilega fallegur. Ég hef nú reyndar þyngst um 5 kg síðan, en kemst í hann samt. Geri aðrir betur."

Matargerð í Frakklandi er ólík eftir landshlutum

Franska sumarið er að sögn Sigríðar venjulega sólríkt, hlýtt og fallegt. „Við höfum haft opið út í allt sumar, verið eins mikið úti og inni. Til dæmis hafa allar máltíðir verið borðaðar úti við í sumarblíðunni. Hér er mikill og fallegur gróður enda má segja að við búum í forðabúri Evrópu. Hvergi er ræktað eins margt og mikið á ökrum úti, hér vex allt hveiti og korn, og ávextir og grænmeti sem hugsast getur. Landið er stórt, mjög ólíkt eftir héruðum, bæði hvað snertir loftslag og landslag. Hvert hérað hefur fyrir vikið þróað sína matargerðarlist. Fólk í Norður-Frakklandi eldar öðruvísi en í Suður-Frakklandi, hið fjöllótta Austur-Frakkland er gjörólíkt vesturströndinni, o.s.frv. Síðan breytist mataræði fólks gjörsamlega eftir árstíðum."

Tími uppskerunnar

Haustið er uppskerutími og fer Sigríður reglulega á markaðinn þar sem borð grænmetisbóndans svigna undan þunga uppskerunnar. „Ég er sjálf með eplatré í garðinum en við borðum epli í hverri máltíð um þessar mundir. Ég ætla að gefa lesendum Fréttablaðsins tvær hefðbundnar haustuppskriftir af graskerssúpu og tertu úr annað hvort eplum eða perum. Báðar sígildar uppskriftir frá matarparadísinni Frakklandi."

Grasker eru nýlega farin að sjást oftar á borðum Íslendinga en þau eru mjög vinsæl á haustin í Frakklandi og raunar fram á vetur segir Sigríður. „Graskerin koma í öllum regnbogans litum, lítil og stór. Margir skreyta með þeim á haustin því þau geymast lengi. Þau eru matreidd á marga vegu en oftast samt notuð í súpur. En þau eru líka mikið notuð í stöppur, og þá oft með kartöflum, og í gratín. Litlu graskerin eru oft fyllt, gjarnan með hökkuðu kjöti, líkt og pastaréttir, síðan er settur rifinn ostur yfir og þau sett undir grillið. Þau eru hreint sælgæti hvernig sem þau eru elduð."

Ilmandi graskerssúpan er einföld í framkvæmd og dásamleg á bragðið.

Þessi bragðgóða eplaterta slær í gegn hjá öllum aldurshópum. Það má nota perur í stað epla.

Graskerssúpa (Soupe au potiron)

Fyrir 4

- 1 kg grasker
- 5 dl mjólk
- 2 dl rjómi
- 2 msk. sykur
- Vanilludropar
- Nokkrar smátt skornar heslihnetur
- Salt
- Múskat

Afhýðið graskerið, skerið það í litla bita. Sjóðið í 20 mínútur í mjög litlu vatni eða við gufu, því það kemur mikill safi úr því. Hellið soðinu, saltið graskersbitana og maukið þá með mjólkinni. Ristið hneturnar á þurri pönnu. Þeytið rjómann með sykri og vanilludropum. Ausið súpunni á diska, stráið múskati yfir, leggið kúfaða súpuskeið af rjóma á hvern disk, loks stráið þið hnetum yfir. Bon appétit.

Peru- eða eplaterta

Fyrir 8

Bökudeig

- 200 g hveiti
- 100 g smjör við stofuhita
- 80 cl ískalt vatn

Hnoðið smjörinu saman við hveitið án þess að snerta það mikið. Hellið vatninu saman við. Dreifið hveiti á borð, myndið kúlu úr deiginu. Fletjið deigið með lófa, brjótið saman í þrennt. Endurtekið tvisvar. Setjið í kæli í eina klst.

Fylling

- 800 g epli eða velþroskaðar perur
- 1 dl rjómi
- 1 egg
- 80 g sykur
- 50 g möndluflögur
- Örlítið salt
- 2 msk. Calvadosbrennivín, ef vill

Hitið bökunarofninn í 200°C. Stráið hveiti á borðið. Fletjið deigið út, leggið í stórt bökuform, vel upp á barma. Afhýðið ávextina, kjarnhreinsið, skerið þunnt, leggið þétt saman á tertubotninn. Þeytið saman egg, sykur, salt og rjóma, hellið yfir. Dreifið loks möndlum yfir. Bakið í rúman hálftíma. Bon appétit. ■

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

Have you got what IT takes?

Engineering Manager

Leads a dynamic and effective team of enterprise-level software developers. Ensure the team has a clear vision of our customers' needs and drive continuous team activities that motivate a common mission. Focus on ensuring product quality and innovation, as well as team efficiency.

- 5+ years of experience in leading Development Teams successfully
- Deep understanding of front-end or full-stack development
- Passion for quality and innovation
- Ability to manage and influence through persuasion, negotiation, and build team consensus
- Data-driven and process-oriented mindset
- Demonstrated desire for continuous learning and improvement
- Enthusiastic and creative leader with the ability to inspire others
- Excellent communication skills
- Relevant Bachelor's degree; preference for computer science/ engineering or related degrees

Software Quality Assurance Manager

Mentors and supports the development teams on quality assurance best practices, methodologies, and frameworks. Defines and monitors software quality metrics, test coverage and procedures to ensure our products meet quality standards and regulatory requirements.

- 5 years professional experience preferred
- Responsible for defining and evolving development quality standards and procedures
- Organized, independent and a good communicator
- Experience developing formal test plans
- Experience working with automated testing platforms
- Relevant Bachelor's degree; preference for computer science/ engineering or related degrees

System Admin

Leads diverse projects in IT to ensure our technology infrastructure runs securely, smoothly, and efficiently. Monitors and maintains our security framework and adheres to best practices for our IT.

- Experience in system administration
- Strong problem solving skills
- Passion for quality and innovation
- Data driven and process-oriented mindset
- Excellent communication skills
- Relevant education or experience

Product Manager

Works with our customers, development teams, and other members of the product management team to discover, define and deliver quality products that solve our customers' needs.

- 3-5 years of Product Management experience.
- Excellent written and verbal communication skills
- A "can-do" attitude, with an ability to work in a quickly evolving industry and technology-driven environment
- An organized and independent team player who can collaborate and build trust with engineers, designers and other stakeholders across the company
- Focused on solving customer problems
- Analytical and data-driven mindset
- Preferably a degree in computer science/engineering

Software Developer

Challenge yourself every day by building diverse, interesting and relevant enterprise-level software products.

Responsibilities
- Developing high-quality software, working in an agile environment
- Writing maintainable, high quality code
- Writing automatic unit and integration tests
- Participating in scrum activities, design meetings and code reviews

Skills and experience
- Strong problem-solving skills
- Good communication and team working skills
- Good English skills, both written and spoken
- Knowledge of DNS, DHCP, IPv6 or other networking technologies is an advantage, but not required
- Degree in computer science/engineering or equivalent

How to apply
Applications should be completed at **www.intellecta.is**. Please attach a CV with an introduction letter.
The closing date for applications is **October 19, 2021**. Further information can be provided by Torfi Markússon (torfi@intellecta.is) and Helga Birna Jónsdóttir (helga@intellecta.is) at Intellecta, tel + 354 511 1225.
All applications are strictly confidential and will be answered.

We offer
- Opportunity to work with Fortune 100 companies including Microsoft, Intel, FedEx, and AT&T
- Strong product with a global presence
- International, high-performing and flexible work environment
- Competitive salary

About Men&Mice
We are leaders in sustainable networking by enabling enterprises to stay efficient, connected and secure with our world class orchestration solution. We believe in constant innovation, exceeding our customers' expectations and investing in our people, products and services. Our mission is to develop technologies and innovations that help our customers stay in control of their networks. We make our customers' lives simple.

The future of networks starts with us.

menandmice.com

men&mice

Nóg til frammi

Veitingastjóri óskast

Borgarleikhúsið leitar að kröftugum stjórnanda með ríka þjónustulund og framúrskarandi samskiptahæfni til að sinna starfi veitingastjóra leikhússins.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Umsjón með allri þjónustu og veitingasölu Borgarleikhússins.
- Umsjón með stefnumótun veitingadeildar og ábyrgð á innleiðingu stefnunnar.
- Umsjón með heildarupplifun af viðmóti og þjónustu í forsal Borgarleikhússins.
- Umsjón með vöruframboði, innkaupum, mönnun veitingadeildar, sölu og uppgjöri.
- Yfirmaður starfsfólks í forsal, umsjón með þjálfun og ráðningum.

Hæfnikröfur

- Reynsla og fagleg þekking á sviði stjórnunar og rekstrar.
- Umfangsmikil reynsla og fagleg þekking á þjónustu og veitingasölu.
- Kostur að vera með menntun á sviði þjónustu og upplifunar sem nýtist í starfi.
- Leiðtogafærni, frumkvæði, jákvæðni, lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf umsækjanda og er umsóknarfrestur til og með **21. október, 2021.**
Umsóknir óskast fylltar út á **vinnvinn.is**
Við hvetjum áhugasama til að sækja um, óháð kyni og uppruna.

vinnvinn Borgarleikhúsið

STARF

Rennur grænt blóð í æðum þínum?

Nýir tímar og nýjar áherslur kalla á grænar lausnir sem eru sjálfbærar og hlífa loftslaginu. Við hjá Landsvirkjun leitum að öflugum liðsfélaga í nýsköpunardeild, til að taka þátt í undirbúningi og rekstri fjölbreyttra verkefna sem snúa að þróun nýrra og áhugaverðra orkutengdra tækifæra.

Deildin er hluti af sviði viðskiptaþróunar og nýsköpunar. Hlutverk hennar er að þróa ný tækifæri til orkusölu til spennandi greina sem fyrirsjáanlegt er að muni vaxa á komandi árum. Þar má nefna vetni og rafeldsneyti, hátæknimatvælaframleiðslu, þróun hringrásarlausna í iðnaði og þátttöku í alþjóðlegum þróunarverkefnum.

Helstu verkefni

– Verkefnisstjórn með þátttöku Landsvirkjunar í völdum samstarfs- og þróunarverkefnum
– Þróun nýrra nýsköpunarverkefna
– Faglegur stuðningur við viðskiptaþróun
– Samstarf við fyrirtæki, háskólastofnanir og sveitarfélög
– Þátttaka í alþjóðlegum þróunarverkefnum

Hæfni og menntun

– Framhaldsmenntun á háskólastigi í raunvísindum eða verkfræði
– Reynsla af verkefnastjórnun
– Þekking og reynsla af fjármögnun rannsókna og þróunarverkefna er kostur
– Frumkvæði og sköpunargleði til að þróa og móta nýjar hugmyndir og raungera þær
– Góð samskiptahæfni og geta til að miðla upplýsingum
– Góð enskukunnátta í töluðu og rituðu máli

Umsóknarfrestur er til og með 19. október
Sótt er um starfið hjá VinnVinn
vinnvinn.is

Landsvirkjun

Ný skrifstofa skipulags- og byggingarmála í Húnavatnssýslum

Laus eru til umsóknar embætti byggingarfulltrúa og embætti skipulagsfulltrúa á nýrri skrifstofu í Húnavatnssýslum. Starfsstöðvar eru tvær, á Hvammstanga og Blönduósi, og þjóna fulltrúarnir öllu svæðinu. Einnig er auglýst eftir starfsfólki í tvær stöður, 50% starfshlutfall á hvorri starfsstöð, með möguleika á hærra hlutfalli. Um er að ræða fjölbreytt og áhugaverð störf í lifandi umhverfi.

Byggingarfulltrúi

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Sjá um skipulags- og byggingarmál sveitarfélaganna
- Gerð áætlana og eftirfylgni, mælingar og úttektir
- Undirbúa fundi skipulags- og umhverfisráðs sveitarfélaganna og fylgja eftir niðurstöðum þeirra
- Ábyrgð á skráningu mannvirkja, úttektum, staðfestingu eignaskiptayfirlýsinga, gjaldtöku, skráningu, varðveislu og miðlun upplýsinga um mannvirki til íbúa
- Samstarf við aðila utan og innan stjórnsýslu sveitarfélaganna sem sinna verkefnum á sviði byggingarmála

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Löggilding sem hönnuður skv. 25. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010
- Þekking og reynsla á sviði byggingarmála
- Þekking og reynsla af úttektum og mælingum
- Þekking á lögum um mannvirki, skipulagslögum og byggingarreglugerð
- Þekking og reynsla af á opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Metnaður, skipulagshæfni og leiðtogahæfileikar
- Framúrskarandi samskipta- og samstarfshæfileikar
- Góð íslenskukunnátta og geta til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta

Skipulagsfulltrúi

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Yfirumsjón með skipulagsmálum sveitarfélaganna
- Rekstur skipulagsmála ásamt upplýsingagjöf og ráðgjöf við m.a. íbúa, kjörna fulltrúa, hönnuði og verktaka um skipulagsmál
- Gerð áætlana og eftirfylgni
- Útsetningar lóða, skráning lands/lóða
- Undirbúningur funda skipulagsnefnda, lögformleg afgreiðsla erinda og eftirfylgni mála
- Samstarf við aðila utan og innan stjórnsýslunnar sem sinna verkefnum á sviði skipulagsmála

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun og sérhæfing skv. 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010
- Reynsla af starfi tengdu skipulagsmálum er skilyrði
- Þekking og reynsla af stjórnun og áætlanagerð æskileg
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Metnaður, skipulagshæfni og leiðtogahæfileikar
- Framúrskarandi samskipta- og samstarfshæfileikar
- Góð íslenskukunnátta og geta til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta

Starfsfólk á skrifstofu skipulags- og byggingarmála (50% starfshlutfall)

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Móttaka og skráning erinda
- Skönnun teikninga og skráning
- Undirbúningur funda og ritun fundargerða
- Svörun erinda
- Önnur verkefni í stjórnsýslunni

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi. Háskólamenntun er kostur
- Reynsla af skrifstofustörfum
- Reynsla af skjalavörslukerfinu One systems er kostur
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur
- Hæfni í mannlegum samskiptum, þjónustulund og góðir samstarfshæfileikar
- Góð íslenskukunnátta í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta

Önnur störf í boði hjá Húnaþingi vestra:

- **Fjölskyldusvið:** Sérfræðingur í barnavernd og almennri félagsþjónustu
- **Áhaldahús:** Vélamaður hjá veitum sveitarfélagsins
- **Umhverfissvið:** Umhverfisstjóri - tímabundin afleysing

Nánari upplýsingar veitir: Ragnheiður Jóna Ingimarsdóttir sveitarstjóri: rjona@hunathing.is

Önnur störf í boði hjá Austur Húnavatnssýslu:

- **Félags- og skólaþjónusta:** Félagsráðgjafi
- **Leikskólinn Barnabær - Blönduósi:** Leikskólakennari eða ófaglærður starfsmaður í tímabundð starf
- **Tónlistarskóli Austur Húnavatnssýslu:** Tónlistarkennari

Nánari upplýsingar veitir Valdimar O. Hermannsson, sveitarstjóri: valdimar@blonduos.is

Sveitarfélögin Húnaþing vestra, Húnavatnshreppur, Blönduósbær og Skagabyggð eru staðsett á vestur- og norðvesturhluta Íslands, mitt á milli Reykjavíkur og Akureyrar. Íbúar sveitarfélaganna eru samtals rúmlega 2.600 talsins og eru tveir þéttbýliskjarnar, Hvammstangi og Blönduós.

Á svæðinu er hátt þjónustustig til íbúa, metnaðarfullt leik-, grunn- og tónlistaskólastarf ásamt því að rekin er dreifnámsdeild frá Fjölbrautaskóla Norðurlands vestra á báðum stöðum.

Á svæðinu er gott framboð af íþrótta- og tómstundastarfi, menningu ásamt fjölbreyttum möguleikum til útivistar.

Umsóknir geta gilt í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Launakjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi Launanefndar Sambands íslenskra sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.

Áhugasamir einstaklingar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Umsóknarfrestur er til og með **25. október 2021**. Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og þarf henni að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Nánari upplýsingar um störfin veitir Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511 1225.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Vörustjóri

Bílaumboðið Askja leitar að metnaðarfullum vörustjóra til að leiða vörumerki Kia, Honda og Mercedes-Benz. Viðkomandi þarf að sýna frumkvæði í öflun þekkingar á vörum og nýjungum. Við bjóðum einstakt tækifæri til að takast á við fjölbreytt og krefjandi verkefni í lifandi umhverfi.

Helstu verkefni

- Vöruþróun og hugmyndavinna
- Kynningar fyrir birgja, söludeildir og umboðsmenn
- Utanumhald og samskipti við markaðsdeild og aðrar deildir vegna vörumerkja
- Skýrslugerðir, verðútreikningar og samanburður
- Áætlanagerð innkaupa og pantanir í samvinnu við hagaðila

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi s.s. viðskiptafræði, verkfræði eða tölvunarfræði
- Reynsla af vörustjórnun eða sambærilegu starfi kostur
- Mikil hæfni í samskiptum og teymisvinnu
- Frumkvæði, sjálfstæði og nákvæmni í vinnubrögðum
- Viðamikil tölvuþekking og mjög góð kunnátta í Excel
- Góð kunnátta á Microsoft Office forrit t.d. PowerPoint
- Góð íslensku- og enskukunnátta bæði í ræðu og riti

ASKJA

Askja er sölu- og þjónustuumboð fyrir Mercedes-Benz, Kia og Honda. Markmið fyrirtækisins er að vera leiðandi í þjónustu til viðskiptavina og skapa starfsumhverfi sem byggir á metnaði, fagmennsku, heiðarleika og gleði. Askja er í fremstu röð þegar kemur að framboði raf- og tengiltvinnbifreiða.

Umsóknarfrestur er til og með 18. október nk.
Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is.

Með umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu rökstudd.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Stefanía Hildur Ásmundsdóttir, **stefania@hagvangur.is**

hagvangur.is

HAGVANGUR

Framkvæmdastjóri

Brynja – Hússjóður ÖBÍ óskar eftir að ráða framkvæmdastjóra. Hlutverk framkvæmdastjóra er að stjórna og samhæfa rekstur Brynju í þeim tilgangi að uppfylla sem best markmið félagsins. Leitað er að einstaklingi sem er gegnheill og hefur ríkan áhuga og skilning á mannréttindum öryrkja.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Dagleg stjórnun og rekstur
- Yfirumsjón með bókhaldi og fjármálum
- Starfsmannamál
- Samskipti og samningagerð fyrir hönd stjórnar
- Undirbúningur og skipulagning stjórnarfunda
- Önnur verkefni í nánu samráði við formann og stjórn

Hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Reynsla sem nýtist í starfi
- Þjónustulund og rík færni í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfni og nákvæm vinnubrögð
- Reynsla af samningagerð æskileg
- Reynsla af félagsmálastarfi kostur
- Traust orðspor

BRYNJA Leigufélag

Brynja – Hússjóður ÖBÍ var stofnaður 22. febrúar 1966.

Brynja er sjálfseignarstofnun sem á og rekur íbúðir fyrir öryrkja.

Nánari upplýsingar um starfsemina má fá á vefslóðinni **brynjaleigufelag.is**

Umsóknarfrestur er til og með 15. október nk.

Umsóknir óskast fylltar út á **hagvangur.is**.

Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Með umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu rökstudd.

Upplýsingar um starfið veita Gyða Kristjánsdóttir, **gyda@hagvangur.is** og Katrín S. Óladóttir, **katrin@hagvangur.is**.

hagvangur.is

HAGVANGUR

BAUHAUS leitar að verslunarstjóra

Vegna aukins umfangs verkefna mun BAUHAUS bæta við sig verslunarstjóra. Um nýja stöðu er að ræða.

Starfið er fjölbreytt og líflegt og felur meðal annars í sér:

- Ábyrgð á daglegum rekstri verslunar
- Þátttöku í áætlanagerð
- Eftirfylgni breytinga á verslun og pantanir
- Samskipti við birgja og innkaupadeild
- Starfsmannamál, mönnun o.fl.
- Umsjón með útliti verslunar og framsetningu
- Ráðgjöf og þjónusta við viðskiptavini

Hæfniskröfur

- Reynsla af sambærilegu starfi
- Menntun sem nýtist í starfi er kostur
- Áhugi á sölumennsku
- Rík samskipta- og samstarfsfærni
- Nákvæm og ögguð vinnubrögð
- Skipulagsfærni og útsjónarsemi
- Metnaður fyrir árangri í starfi

Umsóknarfrestur er til og með 20. október nk.

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is.

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Sverrir Briem, sverrir@hagvangur.is**

BAUHAUS
Allt fyrir hús, heimili og garða

BAUHAUS er ein af stærstu verslunarkeðjum á byggingasviði í Evrópu og rekur hátt í 300 verslanir í 19 löndum. Hjá BAUHAUS er viðskiptavinurinn alltaf í öndvegi, stjórnendur eru virkir og hvetja sitt fólk til dáða. Þannig blómstra reksturinn og afkoman og viðskiptavinum þykir gaman að koma í BAUHAUS.

hagvangur.is

HAGVANGUR

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í 50 ár

hagvangur.is

HAGVANGUR

Starfsmaður í framleiðslu

Burstagerðin ehf óskar eftir starfsmanni í framleiðslu.

Burstagerðin er rótgróið handverksfyrirtæki í framleiðslu á burstum og burstamottum. Um er að ræða skemmtilegt og þægilegt handverksstarf í góðu starfsumhverfi.

Við leitum að handlögnum og skipulögðum einstaklingi sem býr yfir sterkri verkkunnáttu og jákvæðu hugarfari.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Framleiðsla á vörum Burstagerðarinnar
- Þátttaka í tilboðsgerð og sölu

Menntunar- og hæfniskröfur
- Reynsla af framleiðslu, smíðum, vélvirkjun eða sambærilegum störfum
- Iðnmenntun kostur
- Góð íslenskukunnátta er skilyrði (Must be fluent in Icelandic).

Umsóknir og fyrirspurnir varðandi starfið sendist á starf@burstagerdin.is.

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

Upplýsingar ekki veittar á staðnum eða í síma.

BURSTAGERÐIN ehf

ARKITEKT
BYGGINGAFRÆÐINGUR

Vegna spennandi verkefna framundan óskum við eftir byggingafræðingi eða arkitekt með gott vald á fullnaðarhönnun bygginga. Nauðsynlegt er að viðkomandi hafi gott vald á Revit eða sambærilegu BIM forriti.

Við bjóðum upp á lifandi og skemmtilegan vinnustað þar sem unnið er af metnaði að fjölbreyttum verkefnum.

Arkþing-Nordic er hluti af **Nordic Office of Architecture** sem er 270 manna fyrirtæki með starfsemi í fjórum löndum.
Hér á Íslandi starfa 31 hjá fyrirtækinu.

Umsóknir sendist til **hh@arkthing.is** fyrir **21. október.**
Öllum umsóknum verður svarað og farið verður með þær sem trúnaðarmál.

www.nordicarch.com

ARKÞING | nordic

Seltjarnarnesbær
Laus störf

Leikskóli Seltjarnarness

- **Deildarstjóri,** fullt starf
- **Leikskólakennari,** fullt starf
- **Starfsmaður leikskóla,** fullt starf

Upplýsingar um störf í Leikskóla Seltjarnarness veitir Margrét Gísladóttir, leikskólastjóri, **margret.gisladottir@seltjarnarnes.is** í síma 5959-280/290.

Umsóknum ásamt fylgiskjölum skal skilað á Ráðningarvef Seltjarnarnesbæjar undir **seltjarnarnes.is – Störf í boði**

Umsóknarfrestur um ofangreind störf er til 18. október 2021.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga við hlutaðeigandi stéttarfélaga.

JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022

SELTJARNARNESBÆR

seltjarnarnes.is

Fagleiðtogi kostnaðaráætlanagerðar

VIÐ ERUM STERK LIÐSHEILD

Hjá Verkís starfa yfir 300 manns að fjölbreyttum verkefnum á Íslandi og erlendis. Starfsfólkið hjá Verkís myndar sterka liðsheild sem býr yfir mikilli þekkingu og reynslu og getur tekist á við krefjandi verkefni. Við leggjum okkur fram við að tryggja starfsfólki okkar góðan og eftirsóknarverðan vinnustað þar sem hver og einn nær að nýta hæfileika sína og þekkingu sem best.

VERKÍS

Við erum að leita eftir kröftugum einstaklingi í starf fagleiðtoga til að leiða og samræma vinnubrögð fyrirtækisins við gerð kostnaðaráætlana. Einnig er hlutverk fagleiðtoga að sinna fjölbreyttum verkefnum á sviði kostnaðar- og verkáætlanagerðar tengd hönnun og framkvæmd bygginga, samgangna, innviða og orku- og iðnaðarmannvirkja.

Hæfniskröfur
- Háskólapróf í verkfræði, tæknifræði eða byggingafræði
- Góð leiðtoga-, samskipta- og skipulagshæfni
- Víðtæk þekking á mannvirkjagerð, greiningu kostnaðar og gerð kostnaðaráætlana ásamt góðri þekkingu á gerð verkáætlana
- Umtalsverð reynsla við gerð kostnaðaráætlana og tilboðsgerð við mannvirkjagerð
- Staðgóð reynsla af framkvæmdum á byggingarstað
- Góð kunnátta á hugbúnaði við gerð verkáætlana, t.d. MS Project er æskileg
- Mikilvægt er að umsækjendur hafi gott vald á íslensku og ensku og þekking á Norðurlandamáli er kostur.

Nánari upplýsingar veita
Elín Greta Stefánsdóttir mannauðsstjóri, egs@verkis.is
Áslaug Ósk Alfreðsdóttir, sérfræðingur í mannauðsmálum, aoa@verkis.is
Umsóknarfrestur er til og með 20. október. Sótt er um á umsokn.verkis.is

Sérfræðingar

VIÐ BYGGJUM UPP SAMFÉLÖG

VERKÍS veitir trausta ráðgjöf sem styður við uppbyggingu sjálfbærra samfélaga. Við höfum mikla þekkingu á sviði vistvænnar hönnunar og erum leiðandi á heimsvísu þegar kemur að grænni orkuvinnslu og nýtingu jarðvarma. Við byggjum upp sjálfbær samfélög víða um heim með því að hafa sjálfbærni alltaf í huga við ákvarðanatöku – allt frá fyrstu hugmynd til förgunar.

Vegna aukinna verkefna viljum við bæta við okkur öflugu starfsfólki – vilt þú vera hluti af hópnum okkar? Við leitum eftir jákvæðum einstaklingum sem sýna metnað, frumkvæði og sjálfstæði í starfi. Vinnan hjá okkur er teymisvinna og því er þörf á miklum og góðum samskiptum innanhúss sem utan. Nánar um störfin má finna á umsokn.verkis.is.

RAFMAGNSVERKFRÆÐINGUR

Við leitum að rafmagnsverkfræðingi með reynslu af hönnun rafkerfa fyrir mannvirki og af stjórnun verkefna. Nauðsynlegt er að viðkomandi hafi þekkingu á helstu forritum sem notuð eru við hönnun rafkerfa sem og góða kunnáttu í teikniforritum eins og t.d. AutoCad og Revit.

Starfið felst í hönnun á rafkerfum fyrir ýmsar gerðir mannvirkja, ráðgjöf, aðstoð við viðhald og endurnýjun rafkerfa ásamt verkefnastjórnun og gerð útboðsgagna. Aukin áhersla er á ráðgjöf og hönnun vegna snjalllausna í byggingum, orkuskipta á ýmsum sviðum og orkusparandi lausnir. Starfið tilheyrir rafkerfa- og lýsingateymi Byggingasviðs.

LAGNAHÖNNUÐUR

Við leitum að vélaverkfræðingi/-tæknifræðingi, byggingarverkfræðingi/-tæknifræðingi eða byggingafræðingi með a.m.k. fimm ára reynslu af hönnun lagna- og loftræsikerfa. Þekking á BIM aðferðafræðinni og notkun líkana við hönnun er kostur sem og notkun á forritinu Revit MEP.

Starfið felst í hönnun lagna og loftræsikerfa í margskonar byggingar s.s. skólabyggingar, íþróttahús, flugstöðvarbyggingar, íbúðarhúsnæði, virkjanir og iðnaðarhúsnæði. Starfið tilheyrir lagna- og loftræsiteymi Byggingasviðs.

BURÐARVIRKJAHÖNNUÐUR

Við leitum að byggingarverkfræðingi eða byggingartæknifræðingi helst með reynslu af hönnun í mannvirkjagerð.

Starfið felst í fjölbreyttum hönnunarverkefnum, útboðsgagnagerð, kostnaðaráætlanagerð og eftirliti í verkefnum á sviðið virkjana, veitna og iðnaðar. Starfið tilheyrir mannvirkjateymi Orkusviðs.

Nánari upplýsingar veita:

Elín Greta Stefánsdóttir mannauðsstjóri, egs@verkis.is

Áslaug Ósk Alfreðsdóttir, sérfræðingur í mannauðsmálum, aoa@verkis.is

Umsóknarfrestur er til og með 20. október. Sótt er um á umsokn.verkis.is

---

Verkís er jafnlaunavottað fyrirtæki frá árinu 2018 og er fyrirmyndarfyrirtæki samkvæmt könnun VR 2021. Einnig hefur Verkís hlotið viðurkenningu Creditinfo sem framúrskarandi fyrirtæki í rekstri fimm ár í röð, nú síðast 2021.

VERKÍS

HEILSUGÆSLURITARI HEILSUGÆSLAN SELTJARNARNESI OG VESTURBÆ

Heilsugæslan Seltjarnarnesi auglýsir laust til umsóknar 100% ótímabundið starf heilsugæsluritara.
Viðkomandi þarf að geta hafið störf 1. desember n.k. eða eftir nánara samkomulagi.

HELSTU VERKEFNI OG ÁBYRGÐ

- Ritar sjúkraskýrslur, tilvísanir og vottorð í sjúkraskrárkerfi.
- Flokkun rafrænna sendinga ásamt skönnun og frágangi gagna.
- Upplýsingagjöf um starfsemi stöðvarinnar ásamt símsvörun, bókunum og móttöku skjólstæðinga.
- Ýmis önnur tilfallandi störf.

HÆFNIKRÖFUR

- Starfsréttindi sem læknaritari eða heilbrigðisgagnafræðingur
- Reynsla af ritarastarfi skilyrði
- Reynsla af Sögukerfi æskileg
- Reynsla af Heilsugátt kostur
- Hæfni og lipurð í mannlegum samskiptum er nauðsynleg
- Góð almenn tölvukunnátta skilyrði
- Þekking á upplýsinga- og skjalastjórnun
- Nákvæm og skipulögð vinnubrögð
- Góð almenn enskukunnátta æskileg
- Íslenskukunnátta skilyrði

Starfshlutfall er 100%. Umsóknarfrestur er til og með 18.10.2021.

Nánari upplýsingar veita Emilía Petra Jóhannsdóttir: emilia.p.johannsdottir@heilsugaeslan.is - 513 6100
og Brynja Guðlaug Guðmundsdóttir: brynja.gudmundsdottir@heilsugaeslan.is - 513 6100.

Sjá nánar á www.starfatorg.is og á www.heilsugaeslan.is undir laus störf

HEILSUGÆSLA
HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
- hér fyrir þig -

VIRÐING - SAMVINNA - FAGMENNSKA

2 FASTEIGNASALAR ÓSKAST Í TEYMIÐ OKKAR

- Við bjóðum upp á samheldið teymi og góðan vinnuanda
- Bókunarkerfi fyrir opin hús. Kaupendur bóka sig fyrirfram og sækja upplýsingar sjálfir án aðkomu fasteignasala
- Háþróað eftirfylgnikerfi fyrir kaupendur og upplýsingakerfi fyrir seljendur á Mínar síður
- Samfélagsmiðladeild sem sér um alla markaðssetningu fyrir fasteignasala, bæði persónulega sem og á eignum
- Frelsi til að þróast í starfi og markaðssetja eignir og sjálfan sig
- Heimasíða fyrir hvern fasteignasala
- Engin viðveruskylda
- Við njótum góðra kjara og viljum sífellt gera betur
- Hjá okkur færðu betur greitt fyrir sömu vinnu.

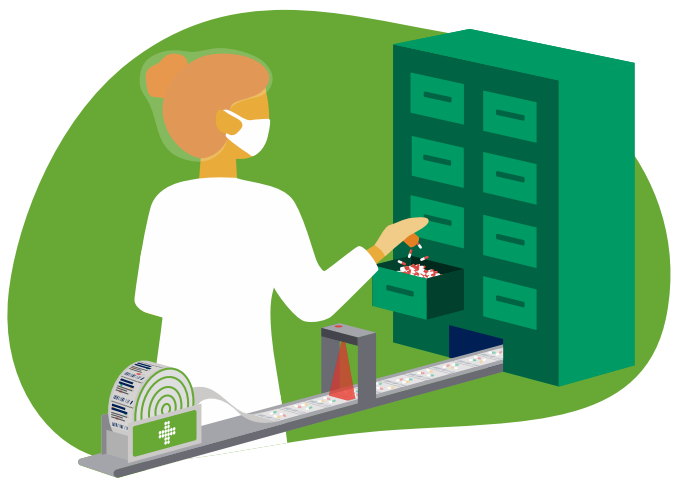
Eingöngu löggiltir fasteignasalar með amk 3ja ára starfsreynslu koma til greina. Umsóknarfrestur rennur út 1. Nóvember 2021. Öllum umsóknum verður svarað.

SÆKTU UM NÚNA

asdis@husaskjol.is

Húsaskjól fasteignasala

Farið verður með umsóknir sem trúnaðarmál og ekki hringt í meðmælendur nema með leyfi umsækjanda.



Lyfjafræðingur

Lyfjaver óskar eftir að ráða lyfjafræðing til framtíðarstarfa.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Gilt starfsleyfi lyfjafræðings
- Þjónustulund
- Góðir samskiptahæfileikar
- Nákvæmni og skipulögð vinnubrögð

Um er að ræða fjölbreytt starf við lyfseðlaafgreiðslu og ráðgjöf til viðskiptavina ásamt bakvinnslu í vélskömmtun lyfja.

Almennur vinnutími er 8:30 – 16 / 16:30. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf í **janúar 2022** eða fyrr.

Vélskömmtun lyfja

Lyfjaver óskar eftir að ráða traustan starfsmann til framtíðarstarfa við vélskömmtun lyfja og gæðaeftirlit.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Áhugi eða reynsla af vinnu við lyfjaframleiðslu og/eða eftir gæðaferlum er kostur
- Nákvæmni
- Skipulögð vinnubrögð
- Góð almenn tækni- og tölvukunnátta er kostur

Almennur vinnutími er 8 / 8:30 – 16:30. Viðkomandi þarf að hafa náð a.m.k. 20 ára aldri og geta unnið yfirvinnu á álagstímum. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf í **desember 2021**.

Konur jafnt sem karlmenn eru hvött til að sækja um störfin. **Umsóknarfrestur** um störfin er til og með **17. október**.

Lyfjaver rekur vélskömmtun lyfja, apótek, netapótek, lyfjaheildsölu og sinnir fjölda hjúkrunarheimila og heilbrigðisstofnana um land allt. Hjá Lyfjaveri starfa um 20 lyfjafræðingar, fjöldi lyfjatækna og aðrir starfsmenn á öllum aldri. Fastráðnir starfsmenn eru um 60. Öll starfsemi fyrirtækisins er að Suðurlandsbraut 22.

Umsóknir ásamt ferilskrá og stuttri kynningu sendist á **atvinna@lyfjaver.is**.

Nánari upplýsingar veitir Hákon Steinsson. s: 847–7767 **hakon@lyfjaver.is**

LYFJAVER

lyfjaver.is
Suðurlandsbraut 22

Fljúgandi ferð áfram

Við óskum eftir að ráða 50 flugmenn og flugstjóra til að fljúga vélunum okkar á áfangastaði félagsins í Evrópu og Norður–Ameríku.

Við leitum að jákvæðum og faglegum flugmönnum sem vilja taka flugið með okkur. Í boði eru spennandi tækifæri og góðir möguleikar á starfsþróun

Umsóknarfrestur er til og með 21. október.

Nánari upplýsingar á *flyPLAY.com/storf*

PLAY

ASKJA

Óskum eftir færum bifvélavirkjum.

Í boði eru spennandi störf hjá öflugu þjónustufyrirtæki í fremstu röð.

Boðið er upp á úrvals vinnuaðstöðu til þjónustu og viðgerða í húsnæði Öskju við Krókháls í Reykjavík. Hjá Öskju starfar vel þjálfaður og öflugur hópur starfsfólks, en virk þjálfun og endurmenntun starfsfólks er í samræmi við gæðastaðla birgja. Askja er sölu- og þjónustuumboð fyrir Mercedes-Benz, Kia og Honda. Markmið okkar er að vera leiðandi í þjónustu til viðskiptavina og skapa starfsumhverfi sem byggir á metnaði, fagmennsku, heiðarleika og gleði.

Ábyrgð og verkefni
- Almenn viðhalds og viðgerðarvinna
- Þjónustuskoðanir
- Meðhöndlun bilanagreininga
- Þrif og frágangur á verkstæði

Hæfniskröfur
- Sveinspróf í bifvélavirkjun
- Samstarfs- og samskiptahæfni. Rík þjónustulund og jákvætt viðmót
- Sjálfstæði og frumkvæði í vinnubrögðum og mikil skipulagshæfni
- Góð enskukunnátta, lesin, skrifuð og töluð og vilji til að læra íslensku
- Almenn tölvukunnátta og geta til að tileinka sér tækninýjungar
- Ökuréttindi

- Vinnutími er mán.-fim. kl. 08-16 og fös. kl. 08-14:45.
- Um er að ræða 100% framtíðarstörf.
- Umsóknarfrestur er til og með 17. október nk.
- Eingöngu er tekið við umsóknum á vefsíðu Öskju: **askja.is/storf-i-bodi**

Askja • Krókhálsi 11-13, 110 Reykjavík • 590 2100 • askja.is

NNE VERKFRÆÐISTOFA

Hönnuður burðarvirkja

NNE Verkfræðistofa leitar eftir góðu fagfólki til framtíðarstarfa á burðarvirkjasvið. Í boði er gott og fjölskylduvænt starfsumhverfi.

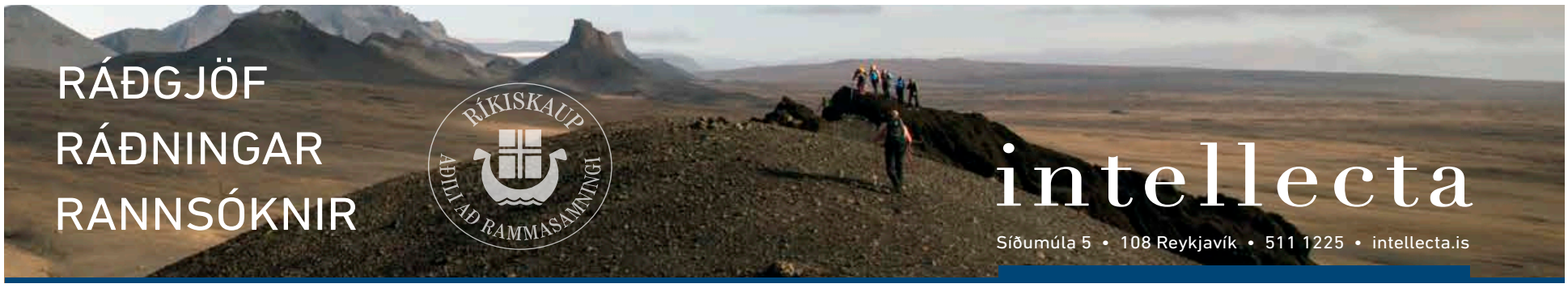
Starfið felst í allri almennri hönnun burðarvirkja.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Tækni- eða verkfræðimenntun
- Gott vald á Revit og Autocad
- Lágmark 3ja ára starfsreynsla
- Sjálfstæði í starfi
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Góð kunnátta í íslensku og ensku

Fyrirspurnir og umsóknir sendist á netfangið sao@nne.is. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum verður svarað.

NNE Verkfræðistofa er lítið en öflugt fyrirtæki á sviði mannvirkjahönnunar. Fyrirtækið þjónustar fjölbreyttan hóp viðskiptavina og framundan eru spennandi verkefni.

NNE VERKFRÆÐISTOFA
www.nne.is



STARF

Lætur þú verkin tala?

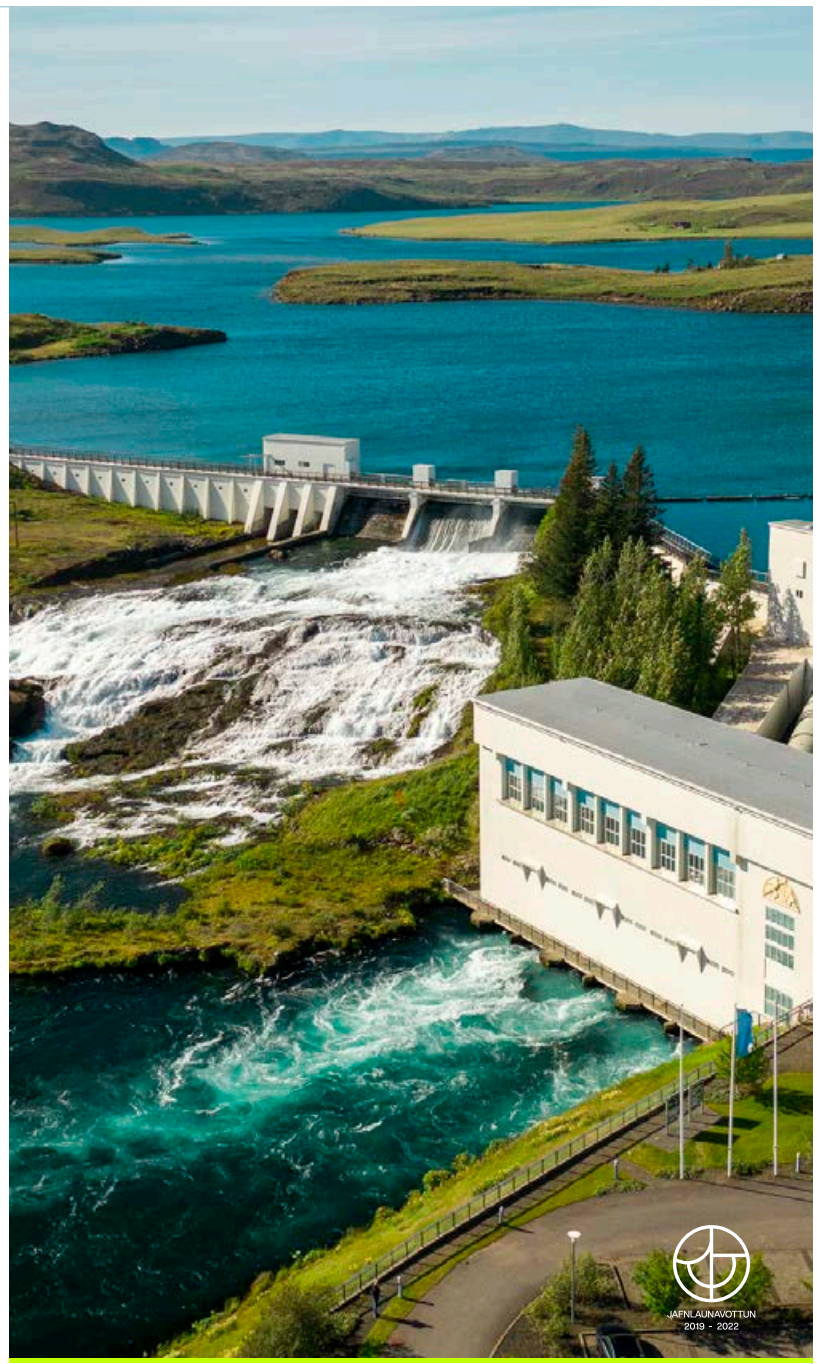
Við hjá Landsvirkjun gerum okkar ýtrasta til að gera heiminn grænan. Til þess að svo megi verða leitum við sífellt að betri lausnum við endurbætur og viðhald á aflstöðvum okkar með það að markmiði að auka áreiðanleika og lengja líftíma þeirra svo nýta megi endurnýjanlegar orkuauðlindir þjóðarinnar á enn hagkvæmari hátt.

Nú leitum við að liðsinni í þessari viðleitni okkar og auglýsum eftir leiðtoga í starf forstöðumanns á deild endurbóta innan sviðs framkvæmda. Á deildinni eru unnin fjölbreytt og spennandi störf við undirbúning og framkvæmd endurbótaverkefna í aflstöðvum og veitumannvirkjum í rekstri. Forstöðumaður leiðir hóp verkefnisstjóra og sérfræðinga, sem saman vinna að því að verkefnin nái tæknilegum markmiðum sínum, séu unnin innan marka fjárhagsáætlunar og að framkvæmd þeirra sé í samræmi við stefnu fyrirtækisins og áherslur þess í einstaka málaflokkum.

Hæfni og menntun
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, einkum á sviði véla-, rafmagns- eða byggingaverkfræði
- Leiðtogahæfileikar og framúrskarandi samskiptahæfni
- Reynsla af stjórnun auk góðrar þekkingar á verkefnastjórnun
- Frumkvæði, samviskusemi, metnaður og jákvæðni

Umsóknarfrestur er til og með 19. október
Sótt er um starfið hjá Hagvangi
hagvangur.is

Landsvirkjun



STÆRSTA BÍLAUMBOÐ LANDSINS

Fjölbreytt störf á frábærum vinnustað

Sótt er um á **www.bl.is/atvinna**.

Starfsmaður í gæðaskoðun

Við óskum eftir að ráða til starfa nákvæman og vandvirkan starfsmann í gæðaskoðun. Starfið felst í að gæðaskoða bíla eftir viðgerð ásamt því að reynsluaka bílum eftir þörfum.

Hæfniskröfur:

- Sveinspróf í bifvélavirkjun
- Reynsla af viðgerðum
- Góð tölvufærni
- Góð þjónustulund
- Sjálfstæði í starfi
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Ökuréttindi

Umsóknarfrestur er til og með **17. október** 2021.

Nánari upplýsingar veitir Hermann Jónsson: **hermann.jonsson@bl.is**

Vinnutími:
Mán.–fim. kl. 8.00–17.00
Fös. kl. 8.00–15.15

Bifvélavirki

Við óskum eftir að ráða til liðs við okkur starfsmann á verkstæði. Í boði er björt og glæsileg vinnuaðstaða, tæknilega vel útbúin samkvæmt stöðlum framleiðenda. Símenntun til að viðhalda þekkingu og tileinka sér nýjustu tækni ásamt alþjóðlegum réttindum í greininni, möguleika á sérhæfingu eftir getu og áhuga hvers og eins.

Hæfniskröfur:

- Bifvélavirkjamenntun eða mjög mikil starfsreynsla í bílaviðgerðum
- Gott tölvulæsi
- Sjálfstæð, skipulögð og fagleg vinnubrögð eru nauðsynleg
- Ökuréttindi

Umsóknarfrestur er til og með **17. október** 2021.

Nánari upplýsingar veitir Hermann Jónsson: **hermann.jonsson@bl.is**

Vinnutími:
Mán.–fim. kl. 8.00–17.00
Fös. kl. 8.00–15.15

Þjónustufulltrúi í verkstæðismóttöku

Starfið felst í að taka á móti og vera í samskiptum við viðskiptavini fyrirtækisins. Þjónustufulltrúi vinnur náið með verkstjóra og aðstoðarmanni verkstjóra við að þjónusta viðskiptavini.

Hæfniskröfur:

- Mikil þekking og áhugi á bílum
- Bifvélavirkjamenntun kostur
- Þjónustulund og færni í mannlegum samskiptum
- Mjög góð tölvufærni.
- Þekking á Navison kostur.
- Stundvísi og áreiðanleiki
- Sjálfstæð, skipulögð og fagleg vinnubrögð
- Íslenskukunnátta skilyrði

Umsóknarfrestur er til og með **17. október** 2021.

Nánari upplýsingar veitir Ásdís Sigurjónsdóttir: **asdis.sigurjonsdottir@bl.is**

Vinnutími:
Mán.–fös. kl. 7.30–16.00
Mán.–fös. kl. 10.00–18.30

Markaðsfulltrúi

Við óskum eftir að ráða markaðsfulltrúa til að sinna fjölbreyttum verkefnum á markaðsdeild BL undir stjórn deildarstjóra markaðsdeildar og í samstarfi við aðrar deildir fyrirtækisins. Við leitum að jákvæðri og drífandi manneskju með faglega hæfileika og færni í mannlegum samskiptum.

Hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Gott vald á íslensku og ensku ásamt færni í rituðu máli
- Áhugi og geta til að læra tæknilega hluti
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Reynsla af umsjón samfélagsmiðla er kostur
- Þekking á vinnu í Photoshop og/eða Indesign er kostur

Umsóknarfrestur er til og með **21. október** 2021.

Nánari upplýsingar veitir Ásgeir Hólm Sævarsson: **asgeir@bl.is**

Söludeild nýrra bíla

Við leitum að áreiðanlegum og þjónustulunduðum sölumanni til að sinna móttöku, sölu og þjónustu við viðskiptavini BL. Viðkomandi þarf að vera drífandi, eiga gott með mannleg samskipti og geta unnið sjálfstætt og faglega.

Hæfniskröfur:

- Gott vald á íslensku og ensku
- Þjónustulund
- Færni í mannlegum samskiptum
- Tölvufærni
- Skipuleg vinnubrögð
- Ökuréttindi

Umsóknarfrestur er til og með **17. október** 2021.

Nánari upplýsingar veitir Ragnar Steinn sölustjóri: **ragnar@hyundai.is**

Vinnutími:
Mán.–fim. kl. 9.00–18.00
Fös. kl. 9.00–17.00

Vinnustaðanám BL Tækifæri til framtíðar

Bifvélavirkjun
Bílamálun
Bifreiðasmíði

Það hefur alltaf verið skemmtilegt að vinna við bíla. Að skilja hvernig einstakir hlutar þeirra vinna saman og skila orku út í hjólin og láta þau snúast með sem áhrifaríkustum hætti.

Vinnustaðanám BL gefur þér tækifæri til að til að læra bíliðngrein á spennandi tímamótum þar sem ný tækni, ný efni og nýir orkugjafar breyta grundvallarbyggingu farartækjanna sem keyra samfélagið áfram að stórum hluta.

BL býður þeim nemendum, sem standast kröfur BL, vinnustaða námssamning sem er nauðsynlegur hluti námsins og undirbúningur fyrir sveinspróf.

Kynntu þér námið og sæktu um á **www.bl.is/atvinna**

ENNEMM / SÍA / NM007767

BMW · MINI · JAGUAR · LAND ROVER · SUBARU · MG · NISSAN · DACIA · RENAULT · HYUNDAI · ISUZU · INVICTA

Hjá BL vinnur fólk sem hefur metnað til þess að skara fram úr og veita framúrskarandi og faglega þjónustu í samvinnu við samheldinn og sterkan starfsmannahóp. Öflug námskeiðs- og fræðsluáætlun viðheldur þekkingu og eflir starfsmenn í nýjustu tækni vörumerkjanna. Starfsmenn fá vottaðar staðfestingar eða gráður, skv. stöðlum vörumerkjanna. Hjá BL er mjög virkt starfsmannafélag og einstök fyrirtækjamenning sem við erum afar stolt af.

JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022

FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2021

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

Deildarstjóri skólaþjónustu

Leitað er að áhugasömum og metnaðarfullum einstaklingi til að leiða starf deildar skólaþjónustu á fjölskyldusviði Árborgar. Viðkomandi þarf að hafa góða reynslu og þekkingu á skólaþjónustu og almennu skólastarfi.

Í Sveitarfélaginu Árborg búa tæplega 11 þúsund manns og lögð er áhersla á öflugt skólastarf og góða frístunda- og velferðarþjónustu. Skólaþjónustan og aðrar deildir fjölskyldusviðs vinna af miklum krafti að eflingu þverfaglegs samtarfs og snemmtæks stuðnings sem er liður í að styrkja heildstæða nærþjónustu við börn, foreldra og skóla. Meginþjónustuþættir skólaþjónustu eru kennslufræðileg ráðgjöf, talmeinaráðgjöf og þjálfun, sálfræðiráðgjöf, stuðningur við starfsþróun í skólum sem og ýmsar skimanir og greiningar. Í Sveitarfélaginu Árborg eru sex leikskólar og fjórir grunnskólar. Ráðið verður í stöðuna frá 1. janúar 2022 eða eftir nánari samkomulagi.

Meginverkefni
- Fagleg forysta á sviði skólaþjónustu í samræmi við lög og menntastefnu Árborgar
- Stýra og bera ábyrgð á daglegu starfi og rekstri skólaþjónustu.
- Næsti yfirmaður starfsfólks skólaþjónustu, m.a. kennsluráðgjafa, sálfræðinga og talmeinafræðinga
- Virk þátttaka í þróun og skipulagi skólastarfs í Árborg
- Innleiðing á nýju verklagi og þróun teymisvinnu í samstarfi við aðra stjórnendur
- Stjórnsýsluverkefni og ábyrgð á rekstri skrifstofu skólamála ásamt sviðsstjóra
- Tryggja gott samstarf við stofnanir á sviði heilbrigðis- og skólamála

Menntun og færnikröfur
- Háskólamenntun í menntavísindum eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Framhaldsmenntun er kostur
- Leiðtogahæfileikar og hæfni í teymisvinnu
- Þekking og reynsla af rekstri og opinberri stjórnsýslu
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður, skipulagshæfni og sjálfstæði
- Góð færni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku
- Góð færni í ensku og fleiri tungumálum er kostur

Umsóknarfrestur er til 18. október 2021.
Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Starfshlutfall er 100%. Vakin er athygli á stefnu Sveitarfélagsins Árborgar að jafna hlutfall kynjanna í störfum hjá sveitarfélaginu og að vinnustaðir endurspegli fjölbreytileika samfélagsins.

Nánari upplýsingar veitir Þorsteinn Hjartarson, sviðsstjóri fjölskyldusviðs, thorsteinnhj@arborg.is eða í síma 480-1900. Umsókn fylgi yfirlit yfir nám og fyrri störf, ásamt greinargóðum rökstuðningi fyrir hæfni í starfið og er skilað í gegnum ráðningarvef sveitarfélagsins, starf.arborg.is

EUROPEAN UNION

DELEGATION TO ICELAND

Accounts clerk

The Delegation of the European Union to Iceland is seeking to recruit an Accounts Clerk. The responsibilities of the job holder will include, but not be limited to, assistance with financial/budgetary management; public procurement; management of infrastructure and assets; logistics support and other administrative tasks in support of the Delegation's activities.

Minimum Requirements:
- Proven experience of min. 1-3 years in an administrative role
- Very good knowledge of English
- Good knowledge of Icelandic
- Upper secondary education or equivalent

For further information please visit https://europa.eu/!8wqvGf

The deadline for applications is October 20th 2021

Sveitarfélagið ÁRBORG

Deildarstjórar og leikskólakennarar óskast til starfa í leikskólann Goðheima á Selfossi

Leikskólinn Goðheimar er nýr sex deilda leikskóli á Selfossi. Opnaðar voru þrjár deildir skólans í apríl 2021 og í janúar 2022 opna tvær deildir og 6. deildin opnar í febrúar 2022. Unnið er að innleiðingu á Heilsueflandi leikskóla og grænfána. Hér er tækifæri fyrir leikskólakennara til að taka þátt í mótun skólans og hafa fagleg áhrif á þróun hans.

Deildarstjórar
Um er að ræða þrjár 100% stöður deildarstjóra, ráðið verður í tvær 100% stöðu frá og með 1. janúar 2022 og eina 100% stöðu frá og með 1. febrúar 2022 eða eftir samkomulagi.

Leikskólakennarar
Um er að ræða 12 stöður leikskólakennara í 100% starfshlutfalli. Ráðið verður í átta stöður frá og með 1. janúar 2022 og fjórar stöður frá og með 1. febrúar 2022 eða eftir nánara samkomulagi.

Nánari upplýsingar um störfin eru á heimasíðu Árborgar undir starf.arborg.is

Umsóknarfrestur er til 25. október 2021.
Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðeigandi stéttarfélags. Vakin er athygli á stefnu Árborgar að jafna hlutfall kynjanna í störfum og að vinnustaðir endurspegli fjölbreytileika samfélagsins.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið inn á ráðningarvef sveitarfélagsins starf.arborg.is.
Umsóknum fylgi leyfisbréf, yfirlit yfir nám, fyrri störf og rökstuðningur fyrir hæfni í starfi.

Nánari upplýsingar um störfin veita:
Sigríður Birna Birgisdóttir, leikskólastjóri
sími 480-6301, godeimar@arborg.is

Anna Gína Aagestad, aðstoðarleikskólastjóri
sími 480-6302, godeimar@arborg.is

Embætti **skólameistara** Flensborgarskólans í Hafnarfirði

Flensborgarskólinn í Hafnarfirði er með elstu starfandi skólum á Íslandi. Hann var upphaflega stofnaður árið 1877 sem barnaskóli en hefur frá árinu 1975 verið framhaldsskóli. Í dag er Flensborgarskólinn bóknámsskóli sem leggur áherslu á nám til stúdentsprófs af félagsvísinda-, raunvísinda- og viðskipta og hagfræðibraut, auk opinnar námsbrautar þar sem nemendur geta hannað sína eigin námsbraut úr námsframboði skólans. Íþróttaafrekssvið er starfrækt við skólann sem nemendur geta samtvinnað öllum námsbrautum. Einnig býður skólinn nám á starfsbraut sem er ætluð nemendum sem þurfa einstaklingsmiðað nám vegna fötlunar eða sértækra náms örðugleika. Nemendur skólans eru ríflega 700 og starfsmenn skólans eru um 85.

Skólameistari veitir skólanum forstöðu. Hann stjórnar daglegum rekstri og starfi skólans og gætir þess að skólastarfið sé í samræmi við lög, reglugerðir, aðalnámskrá og önnur gildandi fyrirmæli á hverjum tíma. Hann ber ábyrgð á gerð fjárhagsáætlunar og að henni sé fylgt auk þess að hafa frumkvæði að gerð skólanámskrár og umbótastarfi innan skólans sbr. 2. mgr. 6. gr. laga um framhaldsskóla nr. 92/2008. Skólameistari gegnir mikilvægu hlutverki í mótun skólastarfs á grundvelli laga og aðalnámskrár framhaldsskóla og er mikilvægt að umsækjendur hafi skýra framtíðarsýn hvað þetta varðar.

Hæfni- og menntunarkröfur:
- Starfsheitið kennari ásamt viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynslu á framhaldsskólastigi.
- Umfangsmikil stjórnunarreynsla og leiðtogahæfni.
- Þekking og reynsla af fjármálum, rekstri og áætlanagerð.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu.
- Reynsla af verkefnastjórnun og stefnumótunarvinnu.
- Afburðafærni í mannlegum samskiptum og færni í að skapa liðsheild á vinnustað.
- Skýr framtíðarsýn og hæfileiki til nýsköpunar.

Ráðning og kjör
Mennta- og menningarmálaráðherra skipar skólameistara til fimm ára í senn að fenginni umsögn hlutaðeigandi skólanefndar skv. 6. gr. laga um framhaldsskóla, nr. 92/2008, sbr. lög um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins, nr. 70/1996, með síðari breytingum. Skipað er í embættið frá 1. janúar 2022.

Um ráðningu og launakjör skólameistara fer eftir 39. gr. a í lögum um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins, nr. 70/1996 og 12. gr laga um menntun, hæfni og ráðningu kennara og skólastjórnenda við leikskóla, grunnskóla og framhaldsskóla, nr. 95/2019.

Nánari upplýsingar um embættið má finna á vefsíðu Starfatorgs.
Umsóknarfrestur er til og með 22.10.2021.

Stjórnarráð Íslands
Mennta- og menningarmálaráðuneytið

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

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

VERKFRÆÐISTOFA

Tækniteiknari burðarvirkja

NNE Verkfræðistofa leitar eftir góðu fagfólki til framtíðarstarfa á burðarvirkjasvið.
Í boði er gott og fjölskylduvænt starfsumhverfi.
Starfið felst í allri almennri teikningu burðarvirkja.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Tækniteiknaramenntun
- Gott vald á Revit og Autocad
- Lágmark 3ja ára starfsreynsla
- Sjálfstæði í starfi
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Góð kunnátta í íslensku og ensku

Fyrirspurnir og umsóknir sendist á netfangið hoo@nne.is.
Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum verður svarað.

NNE Verkfræðistofa er lítið en öflugt fyrirtæki á sviði mannvirkjahönnunar. Fyrirtækið þjónustar fjölbreyttan hóp viðskiptavina og framundan eru spennandi verkefni.

VERKFRÆÐISTOFA
www.nne.is

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Dalabyggð

Aðstoðarleikskólastjóri óskast

Auðarskóli í Dalabyggð auglýsir stöðu aðstoðarleikskólastjóra.
Um er að ræða 100% starfshlutfall frá og með 1. desember 2021.
Við leitum að einstaklingi sem er jákvæður, skapandi og vill vera virkur hluti liðsheildar.

Helstu verkefni aðstoðarleikskólastjóra:
- Er hluti af stjórnunarteymi Auðarskóla, sem er sameinaður skóli með þrjár deildir, grunnskóla-, leikskóla og tónlistarskóla-deild.
- Vinnur að daglegri stjórnun og rekstri leikskólans, sem og skipulagningu uppeldis- og kennslustarfsins.
- Er faglegur leiðtogi og ber að kynna sér nýjungar í starfi og miðla þekkingu til starfsmanna.
- Sinnir þeim verkefnum er varða stjórnun, uppeldi og menntun leikskólabarna og deilir út verkefnum til starfsfólks.
- Skipuleggur og ber ábyrgð á að undirbúningstímar starfs-manna séu notaðir til skipulags og faglegs undirbúnings auk anarra tilfallandi verkefna.
- Starfar samkvæmt stefnu og markmiðum Auðarskóla sem tekur mið af skólastefnu Dalabyggðar, aðalnámskrá leikskóla, lögum og reglugerðum um leikskóla og öðrum lögum sem við eiga.

Kröfur um menntun, kunnáttu, reynslu og hæfni
- Leikskólakennararéttindi eða önnur kennsluréttindi sem gefa rétt til starfsins.
- Reynsla og/eða menntun í stjórnun æskileg.
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður
- Reynsla af kennslu og uppeldi ungra barna
- Lipurð og færni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð.
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð íslenskukunnátta.
- Góð tölvukunnátta.
- Stundvísi og reglusemi
- Hreint sakavottorð

Laun eru samkvæmt kjarasamningi KÍ og hentar starfið öllum kynjum.

Umsóknarfrestur er til 25. október 2021.

Nánari upplýsingar veitir Herdís Erna Gunnarsdóttir, aðstoðarleikskólastjóri, í síma: 430 4711 eða tölvupóstfang: herdis@audarskoli.is og Haraldur Haraldsson, skólastjóri, í síma 430 4757 eða 626 5877, tölvupóstfang: haraldur@audarskóli.is

Umsóknum skal skilað til skólastjóra Auðarskóla, Haralds Haraldssonar, Miðbraut 6-10, 370, Búðardal eða í tölvupósti á netfangið haraldur@audarskoli.is.

SSNE
Samtök sveitarfélaga & atvinnuþróunar á Norðurlandi eystra

VERKEFNASTJÓRI UMHVERFISMÁLA HÚSAVÍK

Vilt þú vera hluti af skemmtilegu og líflegu starfsumhverfi með hugmyndaríku og drífandi fólki?

Leitað er að öflugum verkefnastjóra í teymi atvinnuþróunar og nýsköpunar hjá SSNE með sérstaka áherslu á umhverfismál. Umhverfismál eru ein þriggja stoða Sóknaráætlunar Norðurlands eysta. Meginmarkmið Sóknaráætlunar varðandi umhverfismál eru; Marka framtíðar- og heildarsýn landshlutans í umhverfismálum, efla staðbundna þekkingu á svæðinu í umhverfismálum, leggja okkar af mörkum til að mæta skuldbindingum Íslands varðandi bindingu CO2 og að koma til móts við þau markmið sem sett eru fram í landsáætlun varðandi meðferð úrgangs.

Um fullt starf er að ræða og gott ef viðkomandi getur hafið störf sem fyrst.
Starfsstöð viðkomandi verkefnastjóra er á Húsavík en verkefnin spanna allt starfssvæði SSNE.

Helstu verkefni
- Umsjón með umhverfismálum SSNE og verkefnum á því sviði.
- Samskipti við ríki, sveitarfélög og aðra hagaðila vegna umhverfismála.
- Verkefnastýring stærri og minni verkefna sem tengjast verkssviði SSNE.
- Ráðgjöf, upplýsingagjöf og stuðningur við frumkvöðla.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólapróf sem nýtist í starfi (BA, BS, B.ed eða sambærilegt).
- Þekking og reynsla af umhverfismálum skilyrði.
- Þekking og reynsla af verkefnastjórnun.
- Mikil hæfni í samskiptum og tengslamyndun.
- Reynsla af ráðgjöf er kostur.
- Reynsla af stjórnun og rekstri er kostur.
- Góð þekking á atvinnulífi svæðisins er kostur.
- Sjálfstæði, frumkvæði og góð skipulagshæfni.
- Mjög góð færni í íslensku og ensku.
- Góð almenn tölvukunnátta.

Markmið með starfsemi SSNE er að efla Norðurland eystra sem eftirsótt til búsetu og atvinnu. SSNE skal vera sterkur bakhjarl aðildarsveitarfélaga í sameiginlegum málum þeirra og stuðla að góðu mannlífi, lifandi menningarlífi og öflugri atvinnustarfsemi á starfssvæðinu. Hlutverk SSNE er að þjónusta sveitarstjórnir og atvinnulíf á starfssvæði landshlutasamtakanna til að ná framangreindum markmiðum.

Umsóknarfrestur er til og með **20. október 2021.** Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni umsækjanda.

MÖGNUM

Nánari upplýsingar veitir Sigríður Ólafsdóttir hjá Mögnum, sigga@mognum.is.

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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

KVIKMYNDATÖKUFÓLK OG HÖNNUÐIR!

Grafískur hönnuður

Við leitum að áhugasömum og hugmyndaríkum grafískum hönnuði í fullt starf á framleiðslusviði. Starfið felur í sér grafík og hönnunarverkefni er snúa að ímyndar- og kynningarmálum miðla RÚV. Menntun og reynsla á sviði grafískrar hönnunar er nauðsynleg.

Kvikmyndatökur fyrir fréttir

Við leitum að metnaðarfullum starfsmanni í fullt starf við fréttamyndatökur. Um er að ræða alhliða fréttamyndatöku fyrir sjónvarp og vefsíðu, og einnig dagskrártökur, íþróttatökur, stúdíótökur o.s.frv. Þekking eða reynsla af klippiforritum er æskileg. Myndatökufólk er leiðandi í úrlausnum og útfærslum í nánu samráði við dagskrárgerðarfólk. Menntun og reynsla á sviði kvikmyndatöku ásamt þekkingu á drónatökum er nauðsynleg.

Nánari uppýsingar um störfin veitir Birgir Sigfússon, framkvæmdastjóri miðla og framleiðslu, **birgir.sigfusson@ruv.is**

RÚV starfar í almannaþágu og hefur það hlutverk að vekja, virkja og efla. Öflugt og samhent starfsfólk RÚV skoðar samfélagið með gagnrýnum hætti, segir mikilvægar sögur og þróar nýjar leiðir til miðlunar.

Við leitum að fólki sem vill vera hluti af mikilvægu starfi á skapandi og líflegum vinnustað.

Umsóknum skal skilað á vef RÚV, **www.ruv.is/storf**, þar er einnig að finna nánari upplýsingar um störfin.

Umsóknarfrestur er til og með 24. okt. 2021

Við hvetjum áhugasöm til að sækja um störfin, óháð kyni, uppruna, fötlun eða skertri starfsgetu.

www.ruv.is

PROTOCOL ASSISTANT

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Protocol Assistant lausa til umsóknar.
Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins:
https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Protocol Assistant. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)

SÝSLUMAÐURINN

Sérfræðingur í málefnum barna

Sýslumaðurinn á höfuðborgarsvæðinu auglýsir laust til umsóknar starf sérfræðings í málefnum barna samkvæmt barnalögum.

Sérfræðingar í málefnum barna er starfa hjá Sýslumanninum á höfuðborgarvæðinu veita þjónustu við öll sýslumannsembætti og sinna verkefnum á landsvísu. Markmið með starfi sérfræðings í málefnum barna er að aðstoða foreldra við að leysa úr ágreiningsmálum og veita ráðgjöf og liðsinni m.a. vegna umgengni, forsjár eða búsetu barna, með sáttameðferð, ráðgjöf og öðrum úrræðum barnalaga.

Sérfræðingur annast sáttameðferð þegar foreldrar deila um umgengni, forsjá eða búsetu barna í málum hjá sýslumönnum. Við sáttameðferð er beitt viðurkenndum aðferðum til að leita sátta í ágreiningsmálum innan marka barnalaga. Sérfræðingur veitir einnig foreldrum sérfræðiráðgjöf í málum barna hjá sýslumanni. Þá veitir sérfræðingur liðsinni við meðferð máls hjá sýslumanni, sem getur meðal annars falist í að rannsaka hvaða tilhögun umgengni er barninu fyrir bestu og setja fram álit og mat á því. Þegar viðtal við barn er hluti af meðferð máls hjá sýslumönnum, annast sérfræðingur viðtalið og gerir um það skýrslu. Sérfræðingur sinnir einnig eftirliti með umgengni. Starf sérfræðings er unnið í samstarfi teymis sérfræðinga og lögfræðinga sýslumanns.

Menntunar- og hæfnikröfur:

- Háskólapróf til starfsréttinda í sálfræði, félagsráðgjöf eða sambærilegum greinum.
- Að hafa unnið að lágmarki í tvö ár við meðferð mála þar sem reynir beint á hagsmuni barna og/eða foreldra.
- Að hafa haldgóða þekkingu á ákvæðum barnalaga og þeim helstu álitaefnum sem reynir á við túlkun þeirra.
- Menntun á sviði sáttameðferðar eða sáttamiðlunar eða umtalsverð starfsreynsla á því sviði eða fjölskyldumeðferðar.
- Mikil hæfni í mannlegum samskiptum og geta til að vinna undir álagi.
- Færni til að geta unnið sjálfstætt sem og í hópi með skipulögðum og öguðum vinnubrögðum.
- Færni í mæltu og rituðu máli á íslensku og ensku.

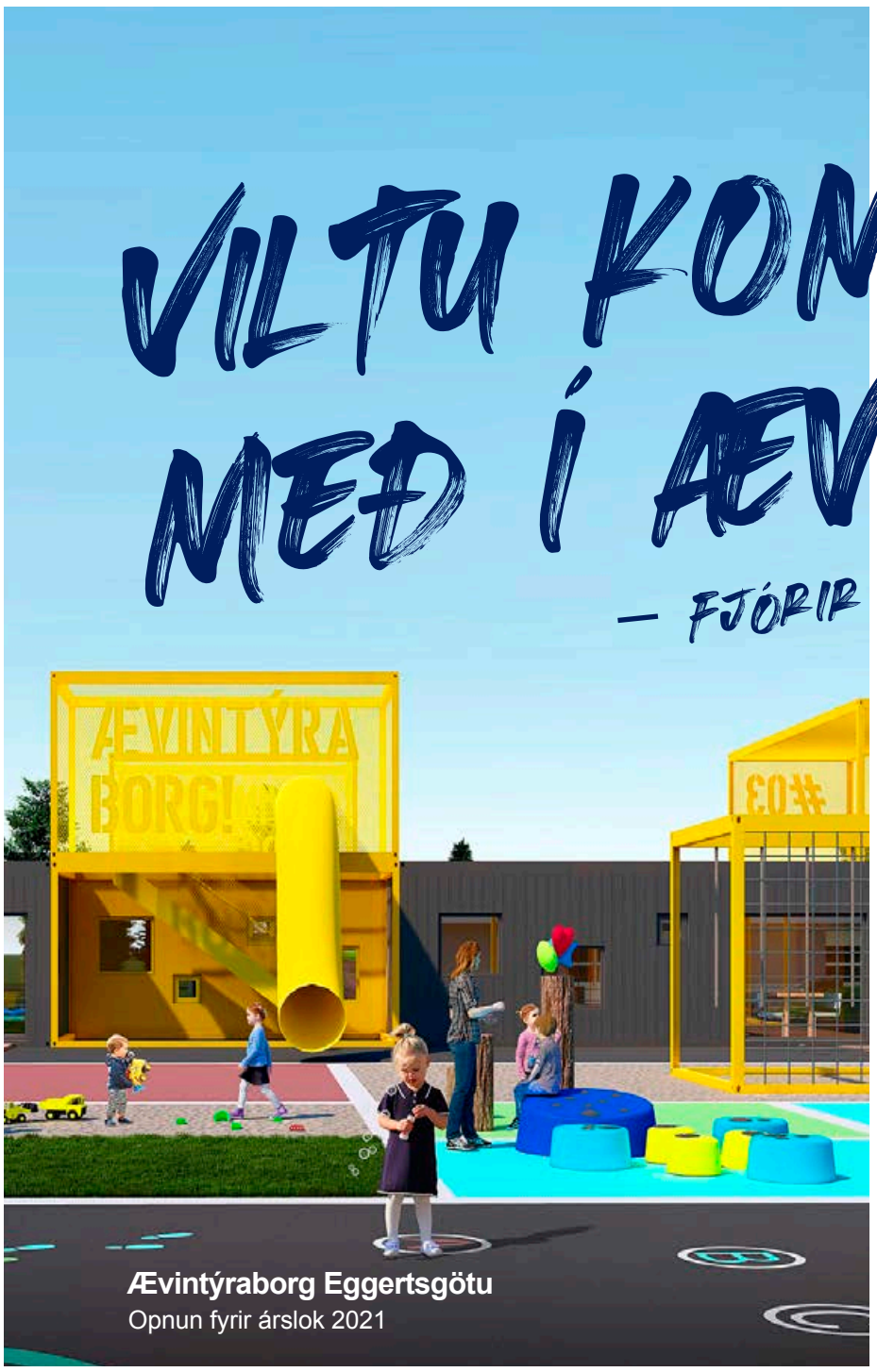
Sótt er um starfið rafrænt á Starfatorg.is og má þar finna nánari upplýsingar um starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 18.10.2021

Sýslumaðurinn á höfuðborgarsvæðinu
Hlíðasmára 1, 201 Kópavogur
www.syslumenn.is

VILTU KOMA MEÐ Í ÆVINTÝRI

– FJÓRIR NÝIR LEIKSKÓLAR OPNA Í VETUR



Ævintýraborg Eggertsgötu
Opnun fyrir árslok 2021

Ævintýraborg Nauthólsvegi
Opnun fyrir árslok 2021

ÆVINTÝRABORGIR

Fjórir nýir leikskólar í Reyjavík verða opnaðir í fjórum hverfum í vetur.

Nú leitum við að kraftmiklu, skapandi og metnaðarfullu fólki til að slást í för með okkur og móta starfið í fyrstu skólunum tveimur, við Eggertsgötu og Nauthólsveg.

Í Ævintýraborgum sem staðsettar verða miðsvæðis verður góður aðbúnaður fyrir bæði börn og starfsfólk. Frábær starfsmannaaðstaða, nægt rými og 36 stunda vinnuvika.

VIÐ LEITUM AÐ:

- Aðstoðarleikskólastjóra
- Deildarstjóra
- Sérkennslustjóra
- Leikskólakennurum

FRÍÐINDI:

- Sundkort
- Afsláttur á dvalargjaldi
- Samgöngustyrkur
- Forgangur í leikskóla
- Menningarkort
- Heilsustyrkur
- Frír hádegismatur

FJÓRAR ÆVINTÝRABORGIR:

- Eggertsgata – 95 börn, opnun fyrir árslok 2021
- Nauthólsvegur – 100 börn, opnun fyrir árslok 2021
- Vogabyggð – 100 börn, opnun fyrir vorið 2022
- Barónsstígur – 60 ungbörn, opnun fyrir vorið 2022

Nánari upplýsingar um störfin og ævintýraborgirnar á **reykjavik.is/storf**

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

***Póstdreifing** er dreifingarfyrirtæki sem dreifir dagblöðum, tímaritum, fjölpósti og ýmsu öðru dreifingarefni.*

Fyrirtækið keppir að því að vera í forystu á sviði dreifingar með því að bjóða viðtæka og áreiðanlega þjónustu á góðu verði.

Póstdreifing

BLAÐBERAR ÓSKAST

Póstdreifing óskar eftir að ráða blaðbera á höfuðborgarsvæðinu.

Frábærar aukatekjur fyrir duglegt og ábyrgt fólk.

Dreifing fimm daga vikunnar, þriðjudaga til laugardaga fyrir klukkan 7 á morgnana.

Umsóknir óskast fylltar út á www.postdreifing.is. Viðkomandi þarf að geta hafið störf fljótlega. Sendu póst á bladberi@postdreifing.is fyrir nánari upplýsingar.

***Póstdreifing** er dreifingarfyrirtæki sem dreifir dagblöðum, tímaritum, fjölpósti og ýmsu öðru dreifingarefni.*

Fyrirtækið keppir að því að vera í forystu á sviði dreifingar með því að bjóða viðtæka og áreiðanlega þjónustu á góðu verði.

Póstdreifing

Óskum eftir blaðberum á höfuðborgarsvæðinu.

Frábærar aukatekjur fyrir duglegt og ábyrgt fólk.

Dreifing fimm daga vikunnar, þriðjudaga til laugardaga fyrir klukkan 7 á morgnana.

Umsóknir óskast fylltar út á www.postdreifing.is.

VIÐ HLUSTUM

VILTU VERA MEÐ?

LYFJAFRÆÐINGAR ÓSKAST TIL STARFA

Upplýsingar um störfin veitir Guðbjörg Stefánsdóttir, rekstrar- og mannauðsstjóri, ***gudbjorg@lyfogheilsa.is***
Sendu umsókn merkta „lyfjafræðingur“, ásamt ferilskrá á starf@lyfogheilsa.is

www.lyfogheilsa.is

Starfssvið

Í starfinu felst fagleg ábyrgð á afgreiðslu lyfja samkvæmt lögum og reglugerðum um lyfsölu.

Hæfniskröfur

Ef þú hefur háskólapróf í lyfjafræði og gilt starfsleyfi, brennandi áhuga á þjónustu, ert jákvæður og opinn einstaklingur, þá gætum við verið að leita að þér.

Lyf & heilsa er framsækið þjónustufyrirtæki með starfsemi víðsvegar um landið. Fyrirtækið leggur metnað sinn í að veita viðskiptavinum sínum framúrskarandi þjónustu á sviði heilsu, heilbrigði og lífsgæða.

Lyf & heilsa

Lausar stöður hjá Hafnarfjarðarbæ

Grunnskóli

- **Kennari í sérkennslu og íslensku sem annað mál** - Hraunvallaskóli
- **Skóla- og frístundaliði** - Áslandsskóli, Skarðshlíðarskóli
- **Sviðslistakennari í stundakennslu** - Skarðshíðarskóli
- **Umsjónarkennari** – Engidalsskóli

Leikskóli

- **Leikskólakennarar** - Hraunvallaleikskóli, Hvammur, Hörðuvellir, Smáralundur, Stekkjarás, Tjarnarás, Víðivellir, Skarðshlíðarleikskóli
- **Leikskólakennarar í 50-100% starf** - Víðivellir
- **Starfsmaður á leikskóla tímabundin afleysing** - Hamravellir
- **Þroskaþjálfi** - Norðurberg, Skarðshlíðarleikskóli

Málefni fatlaðs fólks

- **Deildarstjóri í búsetaþjónustu** - Drekavellir
- **Starfsfólk í frístundaklúbb** - Kletturinn, Vinaskjól

Nánari upplýsingar á:
Hafnarfjordur.is

Hafnarfjörður

Þarftu að ráða?

ráðum
ráðningarstofa

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

PM – Premium Makler GmbH

Söluráðgjafar óskast

Þýska líftryggingafélagið Bayern Líf hefur boðið upp séreignarsparnað frá árinu 2007 og hefur á þeim tíma öðlast mikinn fjölda viðskiptavina.

Miðlunin PM-Premium Makler er með samning við þýska líftryggingfélagið Bayern Líf um sölu og ráðgjöf á vörum þess.

Vegna aukinna umsvifa þá þurfum við að bæta við í ráðgjafahóp okkar og bendum áhugasömum á að senda tölvupóst á Róbert Frey Jóhannsson á netfangið robert@pm-premium.de

Erum við
að leita **að þér?**

vistor

SÉRFRÆÐINGUR Í KLÍNÍSKUM RANNSÓKNUM

Vistor óskar eftir að ráða sérfræðing í klínískum rannsóknum. Um er að ræða tímabundna stöðu til eins árs með möguleika á framlengingu. Viðkomandi mun hafa umsjón og eftirlit með klínískum lyfjarannsóknum sem gerðar eru á vegum viðskiptavina Vistor hér á landi. Sérfræðingur í klínískum rannsóknum hefur bein samskipti við fulltrúa bakhjarls og er tengiliður milli bakhjarls og rannsóknarseturs.

Helstu verkefni

- Undirbúningur og uppsetning rannsókna í samvinnu við rannsakendur og bakhjarl
- Vöktun rannsókna og skýrslugerð
- Þjálfun rannsóknarteyma
- Skjalavinna
- Þýðingar

Hæfni og eiginleikar

- Háskólamenntun af heilbrigðis- eða raunvísindasviði eða önnur sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta og kunnátta í Norðurlandamáli æskileg
- Þjónustulund og framúrskarandi samskiptahæfileikar
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Nákvæmni og samviskusemi
- Góð almenn tölvukunnátta
- Reynsla af klínískum rannsóknum er kostur

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL 17. OKTÓBER NK.

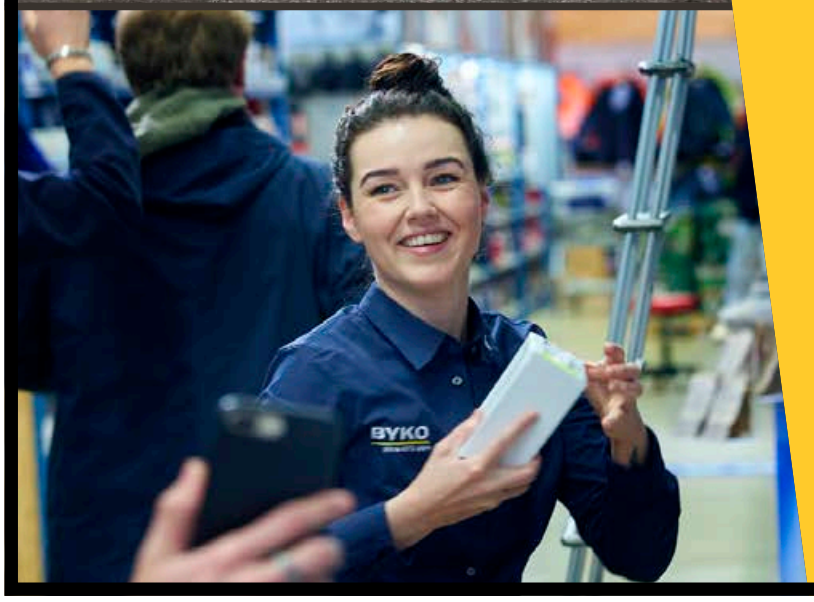
Tekið er við umsóknum í gegnum heimasíðu Vistor, www.vistor.is.

Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem fram koma ástæður þess að sótt er um starfið og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veita Gunnur Petra Þórsdóttir, deildarstjóri klíniskra rannsókna, gunnur@vistor.is og Pétur Veigar Pétursson, starfsmannastjóri, petur@veritas.is.

Vistor hf. er leiðandi fyrirtæki á sviði markaðssetningar á lyfjum, heilsuvörum og dýraheilbrigðisvörum á Íslandi. Fyrirtækið er samstarfsaðili fjölmargra alþjóðlegra lyfjafyrirtækja og veitir þeim þjónustu við skráningar, sölu- og markaðsmál, klínískar rannsóknir, auk þess að hafa milligöngu um innflutnings- og dreifingarstarfsemi. Vistor er hluti af fyrirtækjasamstæðu Veritas ásamt Artasan, Distica, MEDOR og Stoð

GILDI VISTOR ERU ÁREIÐANLEIKI, HREINSKIPTNI OG FRAMSÆKNI



Við leitum að öflugum leiðtogum til að þjónusta fagaðila

Við hjá Leigunni í BYKO erum að leita að metnaðarfullum leiðtogum til að ganga til liðs við öfluga liðsheild sem hafa áhuga á að vinna að uppbyggingu starfseminnar í nýjum höfuðstöðvum á Selhellu í Hafnarfirði.

BYKO Leiga mun strax á nýju ári opna glæsilega nýja aðstöðu þar sem starfseminni verður loksins fundin framtíðarstaðsetning þar sem möguleiki til vaxtar er til staðar og aðbúnaður og aðstaða verður til fyrirmyndar.

BYKO leitar að fólki sem hefur framúrskarandi þjónustulund, góða hæfni í mannlegum samskiptum, viðhefur sjálfstæð og öguð vinnubrögð og sýnir frumkvæði og metnað.

Svæðisstjóri
Verkfæri og tæki, leiga og sala

Við leitum að einstaklingum með:
- Reynslu af stjórnun, skilyrði
- Mjög góð þekking á verkfærum og tækjum, skilyrði
- Menntun og/eða reynslu á ábyrgðarsviði, kostur
- Reynsla af sölu/leigu til fagmanna, kostur
- Áhuga á verslun og þjónustu
- Þekking á Microsoft Dynamics AX, kostur
- Íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti, skilyrði

Helstu verkefni:
- Ábyrgð á daglegri starfsemi
- Dagleg stjórnun, ábyrgð á mönnun og vaktaskipulagi
- Uppbygging á sölu og þjónustu til fagmanna
- Samskipti, sala og þjónusta við viðskiptavini
- Samskipti við þjónustuaðila og birgja.
- Skipulagning og ábyrgð á ferlum verslunar og tækjaleigu.

Svæðisstjóri
Steypumót og vinnupallar, leiga og sala

Við leitum að einstaklingum með:
- Reynslu af stjórnun, skilyrði
- Þekking á verklegum framkvæmdum, kostur
- Reynsla af sölu/leigu til fagmanna, kostur
- Reynsla af starfi í byggingariðnaði, kostur
- Þekking á Microsoft Dynamics AX, kostur
- Íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti, skilyrði

Helstu verkefni:
- Ábyrgð á daglegri starfsemi
- Dagleg stjórnun, ábyrgð á mönnun og vaktaskipulagi
- Uppbygging á sölu og þjónustu til fagmanna
- Samskipti, sala og þjónusta við viðskiptavini
- Samskipti við þjónustuaðila og birgja.
- Skipulagning og ábyrgð á ferlum er varðar steypumót, vinnupalla og tengdar vörur

Svæðisstjóri
Viðgerðar- og varahlutaþjónusta

Við leitum að einstaklingum með:
- Menntun og/eða reynslu á ábyrgðarsviði s.s. rafeindavirkjun, skilyrði
- Reynslu af stjórnun, kostur
- Víðtæk reynsla á sviði viðhalds véla og tækja, skilyrði
- Þekking á Microsoft Dynamics AX, kostur
- Íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti, skilyrði

Helstu verkefni:
- Ábyrgð á daglegri starfsemi viðgerðar- og varahlutaþjónustu
- Uppbygging á viðhalds- og eftirkaupaþjónustu fyrir BYKO í heild.
- Ábyrgð á viðhaldi tækja og leiguvara.
- Samskipti, sala og þjónusta við viðskiptavini
- Samskipti við þjónustuaðila og birgja.
- Skipulagning og ábyrgð á ferlum er varða viðgerðarþjónustu.

Hvetjum alla áhugasama til þess að sækja um, óháð kyni.
Umsóknafrestur er til 20. október 2021.
Allar frekari upplýsingar veitir Bragi Jónsson, ***bragi@byko.is***, rekstrarstjóri.

Sótt er um á byko.is eða alfred.is

BYKO
LEIGA

SAMHÆFINGARSTÖÐ KRABBAMEINSSKIMANA

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins auglýsir laus til umsóknar ný og spennandi ótímabundin störf hjá Samhæfingarstöð krabbameinskimana.

Samhæfingarstöð krabbameinsskimana ber ábyrgð á skipulagi og samhæfingu skimunar. Er það gert í samráði við þá aðila sem koma að skimun fyrir krabbameini í leghálsi, brjóstum og ristli.

Eftirfarandi störf eru nú laus til umsóknar:

VERKEFNASTJÓRI RISTILSKIMANA
Þróun og innleiðing skráningarkerfa, boðunarkerfa og leiðbeininga til skjólstæðinga og starfsfólks.

VERKEFNASTJÓRI
Utanumhald, yfirferð og eftirfylgd skimana. Skipulag og samræming verklags.

KVENSJÚKDÓMA- OG FÆÐINGARLÆKNIR
Faglegur stuðningur við starfsmenn. Þátttaka í teymi um innleiðingu á faglegum leiðbeiningum.

HEILSUGÆSLURITARI
Skráning í gagnagrunna. Símsvörun, bókari og önnur tilfallandi verkefni.

Nánari upplýsingar veitir Ágúst Ingi Ágústsson - agust.ingi.agustsson@heilsugaeslan.is

Sjá nánar á www.starfatorg.is og á www.heilsugaeslan.is undir laus störf

HEILSUGÆSLA HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
- hér fyrir þig -

VIRÐING - SAMVINNA - FAGMENNSKA

2 FASTEIGNASALAR ÓSKAST Í TEYMIÐ OKKAR

- Við bjóðum upp á samheldið teymi og góðan vinnuanda
- Bókunarkerfi fyrir opin hús. Kaupendur bóka sig fyrirfram og sækja upplýsingar sjálfir án aðkomu fasteignasala
- Háþróað eftirfylgnikerfi fyrir kaupendur og upplýsingakerfi fyrir seljendur á Mínar síður
- Samfélagsmiðladeild sem sér um alla markaðssetningu fyrir fasteignasala, bæði persónulega sem og á eignum
- Frelsi til að þróast í starfi og markaðssetja eignir og sjálfan sig
- Heimasíða fyrir hvern fasteignasala
- Engin viðveruskylda
- Við njótum góðra kjara og viljum sífellt gera betur
- Hjá okkur færðu betur greitt fyrir sömu vinnu.

Eingöngu löggiltir fasteignasalar með amk 3ja ára starfsreynslu koma til greina. Umsóknarfrestur rennur út 1. Nóvember 2021. Öllum umsóknum verður svarað.

SÆKTU UM NÚNA
asdis@husaskjol.is

Húsaskjól fasteignasala

Farið verður með umsóknir sem trúnaðarmál og ekki hringt í meðmælendur nema með leyfi umsækjanda.

SAMTÖK ATVINNULÍFSINS

Ert þú snjall penni og glærusmiður sem brennur fyrir málefnum atvinnulífsins?

Hefur þú brennandi áhuga á íslensku atvinnulífi og vilt hafa áhrif?
Við leitum að öflugum einstaklingi sem býr yfir mikilli færni í textagerð og framsetningu og samþættingu efnis. Einstaklingi sem á auðvelt með að vinna með fólki og getur sett fram vandað efni á lifandi máta. Starfið heyrir undir miðlunarstjóra Samtaka atvinnulífsins.

Umsóknarfrestur er til og með
20. október n.k.

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar. Gagnlegt er að fá dæmi um ritstörf og/eða framsetningu á efni sem lýsir hæfni til að gegna starfinu.

Sótt er um starfið á
alfred.is/vinnustadir/atvinnulifid

Nánari upplýsingar um starfið fást hjá Védísi Hervöru Árnadóttur, miðlunarstjóra Samtaka atvinnulífsins - **vedis@sa.is**

Í starfinu felst m.a.
- Almenn ritstjórn og skrif um fjölbreytt málefni
- Úrvinnsla, framsetning og miðlun efnis þ.á.m. gerð glærukynninga
- Reglubundin samskipti við fjölmiðla
- Þátttaka í stefnumörkun og málefnastarfi samtakanna

Hæfnikröfur
- Framúrskarandi íslenskukunnátta, færni í textagerð og miðlun efnis
- Framúrskarandi færni í gerð glærukynninga
- Brennandi áhugi og þekking á málefnum íslensks atvinnulífs
- Sjálfstæði í vinnubrögðum, skipulagshæfileikar og geta til að halda utan um marga þræði eru mikilvægir eiginleikar
- Lagni í mannlegum samskiptum
- Teymishugsun, jákvæðni, frumkvæði og þjónustumiðuð nálgun
- Tæknileg nálgun og færni
- Háskólagráða sem nýtist í starfi

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 ára-löng 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 starfs-ferilskrá og kynningarbréf og hagnýt atriði varðandi starfsleit og atvinnuviðtöl.

ráðum
ráðningarstofa

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

ÞJÓÐMINJASAFN ÍSLANDS

Þjóðminjasafn Íslands

óskar eftir að ráða öfluga einstaklinga í ný og spennandi störf

Sérfræðingur í miðlun menningarsögu

Leitað er eftir öflugum einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á menningarsögu, miðlun, ritstjórn og textavinnu.

Í boði er nýtt og áhugavert starf á kjarnasviði safneignar þar sem hópur sérfræðinga vinnur að faglegu safnastarfi og þjóðminjavörslu, þ.e. söfnun, skráningu, varðveislu, rannsóknum og miðlun safneignar (myndir, munir, þjóðhættir og hús). Aðalstarfsstöð viðkomandi starfsmanns er á Tjarnarvöllum 11 í Hafnarfirði.

Helstu verkefni eru:
- Þátttaka í gerð grunn- og sérsýninga og ritun sýningatexta
- Umsjón með og/eða ritun texta í útgáfum á vegum safnsins
- Ritun texta fyrir stafræna miðlun
- Önnur verkefni tengd miðlun safnkostsins
- Önnur textavinnsla t.d. vegna styrkumsókna
- Þátttaka í öðrum verkefnum kjarnasviðs safneignar

Menntunar og hæfiskröfur:
- Háskólapróf (BA/BS) sem nýtist í starfi
- Reynsla af textavinnu nauðsynleg
- Reynsla af safnastarfi æskileg
- Mjög góð færni í íslensku og ensku, jafnt töluðu sem rituðu máli
- Góð almenn tölvufærni
- Skipulagshæfni, lipurð í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Frumkvæði, nákvæmni og metnaður í starfi

Nánari upplýsingar veita Ágústa Kristófersdóttir framkvæmdastjóri safneignar, agusta@thjodminjasafn.is og Hildur Halldórsdóttir mannauðsstjóri hildur@thjodminjasafn.is.

Sérfræðingur í skráningu

Leitað er eftir öflugum einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á safnastarfi og menningarsögu.

Í boði er nýtt og áhugavert starf á kjarnasviði safneignar þar sem hópur sérfræðinga vinnur að faglegu safnastarfi og þjóðminjavörslu, þ.e. söfnun, skráningu, varðveislu, rannsóknum og miðlun safnkosts.
Aðalstarfsstöð viðkomandi starfsmanns er á Tjarnarvöllum 11 í Hafnarfirði.

Helstu verkefni eru:
- Skráning í skráningarkerfið Sarp
- Vinna við inn- og útlán safnkosts
- Önnur umsýsla með safnkost
- Þjónusta við einstaklinga og stofnanir
- Móttaka og úrvinnsla fyrirspurna
- Þátttaka í mótun og innleiðingu gæðakerfis
- Þátttaka í öðrum verkefnum kjarnasviðs safneignar

Menntunar og hæfiskröfur:
- Háskólapróf (BA/BS) sem nýtist í starfi
- Reynsla af safnastarfi æskileg
- Reynsla af skráningu í skráningarkerfi æskileg
- Reynsla af vinnu við gæðamál og verkferla æskileg
- Góð færni í íslensku og ensku, jafnt töluðu sem rituðu máli
- Góð almenn tölvufærni
- Skipulagshæfni, lipurð í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Frumkvæði, nákvæmni og metnaður í starfi

Nánari upplýsingar veita Ágústa Kristófersdóttir framkvæmdastjóri safneignar, agusta@thjodminjasafn.is og Hildur Halldórsdóttir mannauðsstjóri hildur@thjodminjasafn.is.

Samskiptastjóri - markaðs- og kynningarmál

Leitað er eftir öflugum einstaklingi sem býr yfir frumkvæði, metnaði og áhuga til að stýra markaðs- og kynningarmálum Þjóðminjasafns Íslands.

Samskiptastjóri tilheyrir fjármála- og þjónustusviði með starfsstöð á Suðurgötu 41, Reykjavík. Fjármála- og þjónustusvið hefur umsjón með fræðslu og miðlun á menningartengdu efni. Sérfræðingar sviðsins sjá meðal annars um fræðslu fyrir skólahópa, ferðafólk, almenna gesti, skipulagningu viðburða, umsjón með vef- og samfélagsmiðlum og markaðs- og kynningarmálum.

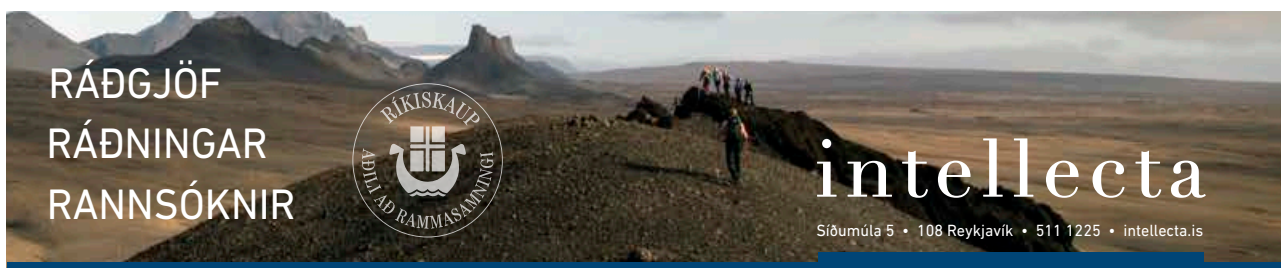
Helstu verkefni eru:
- Umsjón með markaðs- og kynningarmálum
- Öflun og viðhald tengsla við fjölmiðla, ferðamálaiðnaðinn, menningar- og atvinnulíf
- Umsjón með samfélagsmiðlum
- Frétta- og greinaskrif
- Samskipti við auglýsingastofur, hönnuði, prentsmiðjur og öflun tilboða
- Vinna við útgáfu í samvinnu við sérfræðinga safnsins
- Þátttaka í öðrum verkefnum á fjármála- og þjónustusviði

Menntunar og hæfiskröfur:
- Háskólapróf (BA/BS) sem nýtist í starfi
- Reynsla af markaðs- eða kynningarstörfum
- Reynsla af textaskrifum og miðlun upplýsinga
- Mjög góð færni í íslensku og ensku, jafnt töluðu sem rituðu máli
- Góð almenn tölvufærni
- Skipulagshæfni, lipurð í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Frumkvæði, nákvæmni og metnaður í starfi

Nánari upplýsingar veita Þorbjörg Gunnardsóttir framkvæmdastjóri fjármála og þjónustu, Thorbjorg@thjodminjasafn.is og Hildur Halldórsdóttir mannauðsstjóri hildur@thjodminjasafn.is.

Frekari upplýsingar um störfin má finna á www.thjodminjasafn.is

Þjóðminjasafn Íslands er höfuðsafn á sviði menningarminja og starfar á grundvelli laga nr. 140/2011, safnalaga nr. 141/2011 og laga um menningarminjar nr. 80/2012. Þjóðminjasafn Íslands starfar í almannaþágu og er hlutverk þess að stuðla sem best að varðveislu menningarminja á landsvísu, þekkingarsköpun og fjölbreyttri fræðslu um menningarsögu Íslands.



RÍKISLÖGREGLUSTJÓRI

Sérfræðingur í alþjóðamálum

Embætti ríkislögreglustjóra leitar að öflugum sérfræðingi til starfa í teymi Alþjóðadeildar. Við leitum að einstaklingi sem hefur starfað á alþjóðlegum vettvangi, tekið þátt í alþjóðlegu samstarfi og hefur brennandi áhuga á að starfa í síkviku umhverfi.

Alþjóðadeild annast alþjóðleg boðskipti og alþjóðasamskipti á sviði löggæslu og starfrækir m.a. Sirene-skrifstofu og upplýsingakerfi Schengen. Alþjóðadeild er jafnframt þjónustuskrifstofa fyrir Europol, Interpol og PTN auk þess sem samvinna er við lögreglu og tollgæslu auk ýmissa verkefna tengdum erlendri lögreglusamvinnu.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ber ábyrgð á vinnslu og greiningu erinda sem berast frá erlendum lögregluyfirvöldum og tryggir að þau fari í viðeigandi ferli.
- Fylgist með nýjungum og framþróun á sviði alþjóðasamskipta og samvinnu löggæslustofnana og kemur að innleiðingu þeirra.
- Tekur þátt í verkefnum og teymisvinnu sem snúa að starfsemi alþjóðadeildar.
- Ber ábyrgð á ákveðnum málaflokkum.
- Kemur fram fyrir hönd alþjóðadeildar á innlendum og erlendum vettvangi.
- Sinnir upplýsingaöflun, samskiptum og samstarfi við innlend og erlend lögreglulið.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Góð færni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Mjög góð samskipta- og samstarfshæfni
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og hluti af teymi
- Frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum

Aðrir starfstengdir þættir

- Góð færni í einu Norðurlandamáli
- Góð færni í frönsku og/eða spænsku
- Talnalæsi og reynsla af tölfræðilegri úrvinnslu
- Reynsla af alþjóðlegu samstarfi

Upplýsingar um vinnustaðinn

Embætti ríkislögreglustjóra er lifandi vinnustaður þar sem starfa tæplega 200 starfsmenn sem sinna fjölbreyttum verkefnum. Við leggjum áherslu á opin og jákvæð samskipti, markvissa starfsþróun og vinnum í samræmi við stefnu embættisins um samræmingu fjölskyldulífs og vinnu. Embætti ríkislögreglustjóra hefur hlotið jafnlaunavottun.

Embætti ríkislögreglustjóra er ríkisstofnun sem heyrir undir dómsmálaráðuneytið. Ríkislögreglustjóri hefur með höndum samhæfingu og samræmingu í störfum lögreglu og annast ákveðna miðlæga þjónustu við lögregluembættin. Ríkislögreglustjóri hefur einnig með höndum sérstök verkefni samkvæmt lögreglulögum nr. 90/1996 og í samræmi við nánari ákvörðun ráðherra.

Umsóknarfestur er til 22. október nk.

Umsókn skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist til að sinna starfinu í samræmi við þær hæfniskröfur sem fram koma í auglýsingu. Umsóknarfestur er til 22. október nk. Umsóknir skulu berast í gegnum Starfatorg (www.starfatorg.is) undir starfsauglýsingu embættisins (Sérfræðingur í alþjóðamálum hjá embætti ríkislögreglustjóra). Öllum umsóknum verður svarað að loknum ráðningum. Umsóknir geta gilt í 6 mánuði frá lokum umsóknarfrests. Í ljósi ríkjandi kynjahlutfalls innan lögreglu og jafnréttisáætlunar lögreglunnar eru konur sérstaklega hvattar til að sækja um.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðuneytis og hlutaðeigandi stéttarfélags. Vakin er athygli á því að samkvæmt 28. gr. a. lögreglulaga nr. 90/1996 má engan skipa, setja eða ráða til starfa hjá lögreglu sem hefur hlotið fangelsisdóm fyrir refsiverðan verknað sem framinn var eftir að hann varð fullra 18 ára eða sýnt af sér háttsemi sem getur rýrt það traust sem starfsmenn lögreglu verða almennt að njóta. Til þess að staðreyna þetta er lögreglu heimilt að afla upplýsinga úr sakaskrá og málaskrám lögreglu. Einnig þurfa umsækjendur að uppfylla kröfur til að fá öryggisvottun á grundvelli reglugerðar nr. 959/2012.

Nánari upplýsingar veita:
Ágústa H. Gústafsdóttir mannauðsstjóri, agustah@logreglan.is og Karl Steinar Valsson yfirlögregluþjónn, karlsteinar@logreglan.is - sími 444 2500.

Erum við að leita **að þér?**

FORVAL VEGNA ALÚTBOÐS

BREKKUÁS 2, GARÐABÆ, ÍBÚÐAKJARNI

Garðabær óskar eftir þátttakendum í forvali vegna fyrirhugaðs lokaðs alútboðs vegna byggingar á 7 íbúða kjarna fyrir fatlað fólk. Heildarstærð kjarna er áætluð 400-600 m². Um er að ræða alhliða hönnun á íbúðakjarna frá grunni og fullnaðarfrágang byggingar og lóðar.

Forvalsgögn eru aðgengileg á útboðsvef vso.ajoursystem.is

Umsóknum um þátttöku skal skilað eigi síður en 20. október 2021 kl:14:00 á útboðsvefinn.

GARÐABÆR
gardabaer.is

ÚTBOÐ

Seltjarnarnesbær óskar eftir tilboðum í byggingu sambýlis að Kirkjubraut 20 á Seltjarnarnesi.

Um er að ræða 553 m2 staðsteypt hús á einni hæð sem samanstendur af 6 íbúðum ásamt þjónusturými. Byggingin á að skilast fullbúin að utan sem innan með innréttingum tilbúin til notkunar og lóð fullfrágengin.

Verkinu öllu skal að fullu lokið 1 febrúar 2023.

Afhending útboðsgagna fer fram rafrænt í gegnum útboðsvef hjá www.strendingur.is frá og með þriðjudeginum 12.október 2021

Opnun tilboða verður þriðjudaginn 2. nóvember 2021 kl. 14:00 hjá Strendingi ehf verkfræðiþjónustu Dalshrauni 1, 220 Hafnarfirði, að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

STRENDINGUR EHF
verkfræðiþjónusta
SELTJARNARNESBÆR
seltjarnarnes.is

Akraneskaupstaður

Byggingarréttur á Sementsreit á Akranesi - Uppbyggingarreitir D og C

Akraneskaupstaður óskar eftir tilboði í byggingarétt á 6 lóðum á Sementsreit á Akranesi.

Um er að ræða byggingarétt á fjöleignarhúsum á 3 hæðum auk bílakjallara á 4 lóðum á uppbyggingarreit D og á 2 lóðum á uppbyggingarreit C. Öllum lóðunum verður úthlutað til sama aðila.

Nokkrar stærðir í verkinu:

- Lóðastærðir	9.450 m2
- Byggingaréttur íbúða	11.450 m2
- Byggingar. kjallara og bílakjallara	7.900 m2

Útboðsgögn eru aðgengileg á rafrænu formi frá mánudeginum 11. október 2021 í gegnum útboðsvef Mannvits á slóðinni https://mannvit.ajoursystem.is/.

Tilboðum ásamt tillögum skal skilað fyrir **kl. 12:00 föstudaginn 3. desember 2021** í afgreiðslu Mannvits, Urðarhvarfi 6, 203 Kópavogi.

Ekki verður haldinn opnunarfundur aðgengilegur bjóðendum, niðurstöður útboðs verða sendar bjóðendum.

Sviðsstjóri skipulags- og umhverfissviðs

Umsóknarfrestur
17. október 2021
Nánari upplýsingar
www.efla.is/samfelagssjodur

EFLA

Samfélagssjóður EFLU

EFLA starfrækir samfélagssjóð sem hefur að markmiði að styðja við framtak einstaklinga og hópa sem stuðla að farsælli þróun samfélagsins, lífsgæðum og fjölbreyttu mannlífi. Úthlutanir styrkja úr sjóðnum fara fram tvisvar á ári.

Óskað er eftir umsóknum.

EFLA óskar nú eftir umsóknum. Umsóknir þurfa að berast sjóðnum fyrir 17. október næstkomandi. Vinsamlegast nálgist leiðbeiningar vegna umsókna á vefsíðu EFLU, efla.is/samfelagssjodur.

EFLA VERKFRÆÐISTOFA
412 6000 efla@efla.is www.efla.is

ÚTBOÐ

RARIK óskar eftir tilboðum í:

RARIK 21022
Aðveitustöð Skagaströnd
Stækkun aðveitustöðvar

Helstu magntölur:

Burðarfylling	660	m³
Steinsteypa:	88	m³
Mót:	370	m²
Bendistál:	5.100	kg
Byggingastál:	6.900	kg
Þakefni	152	m²

Verkinu skal lokið eigi síðar en 1. júní 2022.

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu á útboðsvef RARIK (utbod.rarik.is) frá og með þriðjudeginum 12. október 2021.

Skila þarf tilboðum á útboðsvef fyrirtækisins (utbod.rarik.is) fyrir kl. 14:00, þriðjudaginn 2. nóvember 2021.

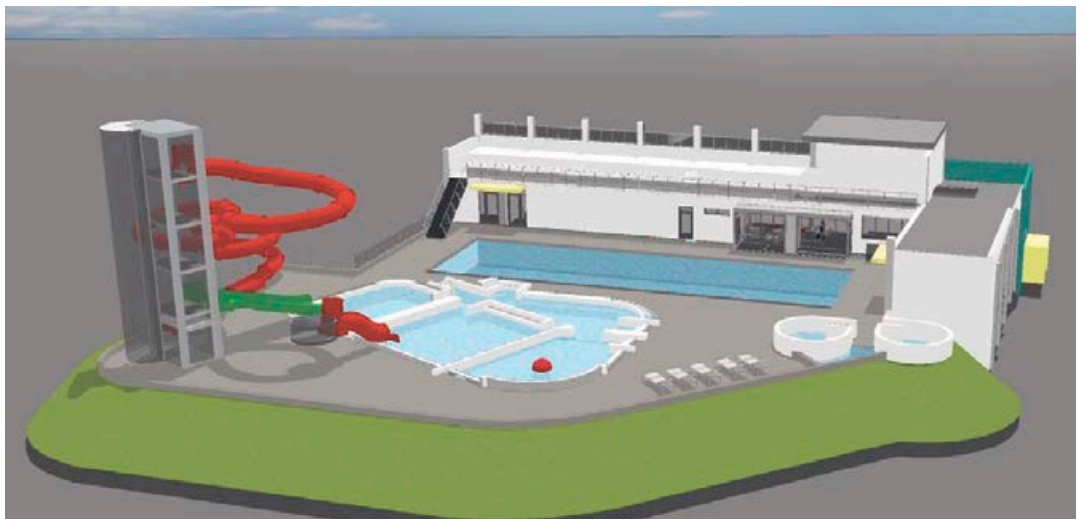
RARIK

Sími 528 9000 • www.rarik.is

Útboð

Sundlaug Sauðárkróks, Áfangi 2 – Uppsteypa

Sveitarfélagið Skagafjörður óskar eftir tilboðum í uppsteypu á viðbyggingu við Sundlaug Sauðárkróks.



Í verkinu felst uppsteypa á nýju laugarsvæði sunnan núverandi sundlaugar, með barnalaug, busllaug, kennslulaug og lendingarlaug ásamt köldum potti. Umhverfis laugarkörin verður steypt tæknirými fyrir hreinsibúnað lauganna, jöfnunartanka, sandsíur og allan tæknibúnað fyrir rekstur lauganna. Lagnir í grunni og innsteyptar lagnir eru innifaldar í útboðinu, sama gildir um spennujöfnun og jarðskaut. Frágangur lagnakerfa að öðru leyti er ekki innifalinn, né annar frágangur á mannvirkinu. Greftri fyrir viðbyggingunni er lokið, með fyllingu undir sökkla. Lóðarfrágangur er ekki innifalinn í verkinu, utan grófjöfnun fyllingar.

Helstu magntölur:

Mótafletir	2.020 m2
Bendistál	47.300 kg
Steinsteypa	593 m3
Fráveitulagnir	370 m
Snjóbræðslulagnir	1.915 m

Opnunardagur tilboða er 9. nóvember 2021. Verkinu skal lokið 30. október 2022.
Útboðsgögn verða afhent gjaldfrjálst á rafrænu formi frá og með 11. október 2021.
Óska skal eftir útboðsgögnum í tölvupósti á netfangið ***atli@stodehf.is***

Sveitarfélagið Skagafjörður
Veitu- og framkvæmdasvið

Skagafjörður
Heimili norðursins

nýprent ehf. | okt2021

GARÐABÆR

Hafnarfjörður

ÚTBOÐ

Sveitarfélögin Garðabær og Hafnarfjarðarbær ásamt
Vegagerðinni óska eftir tilboðum í

þjónustu og viðhald gatnalýsingar

Verkið felur í sér þjónustu og viðhald á allri gatnalýsingu í sveitarfélögunum ásamt útskiptingu lampa og færslu á búnaði úr dreifistöðvum. Á svæðinu eru þrír eigendur á gatnalýsingarkerfinu þ.e. Garðabær, Hafnarfjarðarbær og Vegagerðin og nær þessi samningur yfir kerfi þeirra allra bæði á veitusvæði HS Veitna og Orku náttúrunnar.

Um er að ræða um 12.500 lampa sem eru tengdir við 121 dreifistöð og um 500 km af rafstrengjum í um 11.500 staurum.

Samningur nær til þriggja ára með möguleika á framlengingu í tvö skipti, eitt ár í senn.

Helstu magntölur eru:

Viðhald, tímagjald	2.000	klst
Peruskipti	3.500	stk
Útskipting lampa	2.145	stk
Varbúnaður í staurum	1.350	stk
Heimtaugarskápar	120	stk

Tengiliður og ráðgjafi verkkaupa mun afhenda útboðsgögn í gegnum tölvupóst, gudjon@liska.is

Skilafrestur tilboðs er til **kl. 11.00 miðvikudaginn 24. nóvember 2021.**

Upplýsingar má einnig finna á gardabaer.is og hafnarfjordur.is

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Sjóvarnargarður við Eiðsgranda,**
  útboð nr. 15159

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

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

GRÍMSNES- OG GRAFNINGSHREPPUR

Endurskoðun aðalskipulags Grímsnes- og Grafningshrepps 2020 - 2032

Sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps boðar til fundar vegna endurskoðunar aðalskipulags Grímsnes- og Grafningshrepps 2020-2032.

Fundurinn verður haldinn miðvikudaginn 20. október í Félagsheimilinu Borg.
Húsið opnar klukkan 19:30 og áætlað er að fundinum ljúki klukkan 21:30.

Fundardagskrá er eftirfarandi:

- Kynning frá Gísla Gíslasyni skipulagsráðgjafa hjá EFLU um aðalskipulagið
- Umræður um tillögu að nýju aðalskipulagi

Að lokum gefst íbúum, fasteignaeigendum og öðrum hagsmunaaðilum kostur á að ræða við skipulagsráðgjafa og vinnuhópinn, sem samanstendur af sveitarstjórn og skipulagsfulltrúa sveitarfélagsins, um einstök atriði í endurskoðun aðalskipulagsins.

Fundurinn er opinn öllum þeim sem vilja kynna sér og ræða helstu viðfangsefni og áherslur sveitarfélagsins í endurskoðuðu aðalskipulagi.

F.h. Grímsnes- og Grafningshrepps
Ása Valdís Árnadóttir
Oddviti

EIGNAMIÐLUN

Brekkutröð 220 Hafnarfjörður

Atvinnuhúsnæði - Góðar innkeyrsludyr ↔ 143,6 fm

40.900.000

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

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

EIGNAMIÐLUN

Súðarvogur 34 104 Reykjavík

Atvinnuhúsnæði - Tveir eignarhlutar ↔ 290 fm

Tilboð

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

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

Kristján
s: 867-3040

Guðbjörg G.
s: 899-5949

Garðar B.
s: 898-0255

Sólveig
s: 869-4879

Garðar Hólm
s: 899-8811

Guðlaug
s: 661-2363

Hallgrímur
s: 896-6020

Elísabet
s: 781-2100

Styrmir
s: 846-6568

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

Viktoría Larsen
s: 618-5741

Ólafur Haukur
s: 866-1242

Einar Örn
s: 823-4969

Kristín María
s: 837-1177

Ragnheiður
s: 788-3069

Halldór
s: 660-5312

Bára
s: 693-1837

Aðalsteinn Jón
s: 767-0777

Michalina
s:766-0891

Linda
s:848-9455

Thelma
s: 860-4700

Inga Reynis
s: 820-1903

Ragnar
s: 699-8282

BÓKIÐ SKOÐUN

NESBALI 54
170 SELTJARNARNESI

Ólafur Haukur
s: 866-1242

Guðbjörg G.
S: 899-5949

BÓKIÐ SKOÐUN

Fallegt og bjart 215 fm. einbýlishús á einni hæð með 6 rúmgóðum svefnherbergjum ásamt innbyggðum bílskúr við Nesbala á frábærum stað á Seltjarnarnesi. Eignin er innarlega í botnlanga og því rólegt og gott umhverfi, með ósnortna náttúruna vestast á Seltjarnarnesinu í bakgarðinum, golfvöllinn, fuglalífið og góðar gönguleiðir. **Nánari uppl. veita Ólafur s. 866-1242 og Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949**

Verð: 139,9 millj.

OPIÐ HÚS

STRANDASEL 11
109 REYKJAVÍK

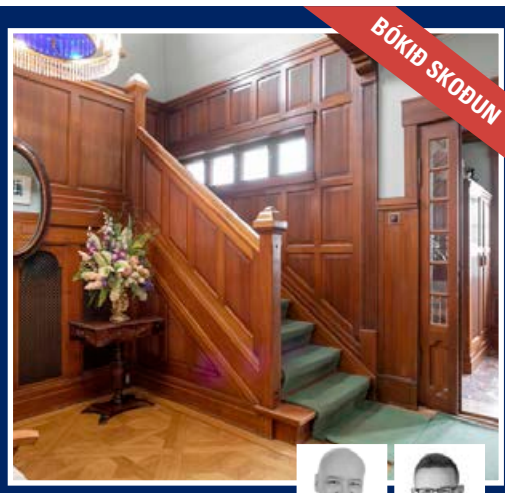
Aðalsteinn
S: 767-0777

Guðbjörg G.
S: 899-5949

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 11. OKT. KL. 17:30-18:00

Björt og skemmtileg 43,3 fm. íbúð á 2. hæð í góðu fjölbýli. Stórar suðvestur svalir. Stutt í alla þjónustu og útivistarperluna Elliðaárdalinn.. Tilvalin fyrstu kaup. **Nánari uppl. veita Aðalsteinn s. 767-0777 og Guðbjörg lgf. s. 899-5949**

Verð: 29,9 millj.



BÓKIÐ SKOÐUN

ÖLDUGATA 16
101 REYKJAVÍK

Hallgrímur
s: 896-6020

Kristján
S: 867-3040

BÓKIÐ SKOÐUN

Eitt af glæsilegri og virðulegri húsum Reykjavíkur, Öldugötu 16. Húsið er á þremur hæðum og er alls 317,6 fm. samkvæmt Þjóðskrá Íslands en er í rauninni 420 fm, þar sem flatarmál kjallara er ekki inni í fermetratölunni skv. núverandi eiganda. Húsið, sem stendur á stórri hornlóð við Öldugötu og Ægisgötu, er steinað að utan með hrafntinnu og silfurbergi sem gefur því einstakt útlit og yfirbragð.

Nánari uppl. veita Hallgrímur s. 896-6020 og Kristján lgf. s. 867-3040

Verð: Tilboð

OPIÐ HÚS

NÝBÝLAVEGUR 54
200 KÓPAVOGI

Kristín María
s: 837-1177

Kristján
S: 867-3040

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 11. OKT. KL. 17:30-18:00

Falleg og rúmgóð 3ja herb. 104,2 fm. íbúð á fyrstu hæð til sölu við Nýbýlaveg í Kópavogi, þvottahús og geymsla innan íbúðar og útgengi út í garð. **Nánari uppl. veita Kristín lgf. s. 837-1177 og Kristján lgf. s. 867-3040**

Verð: 59,9 millj.

OPIÐ HÚS

ÞORRASALIR 17C
201 KÓPAVOGI

Kristján
S: 867-3040

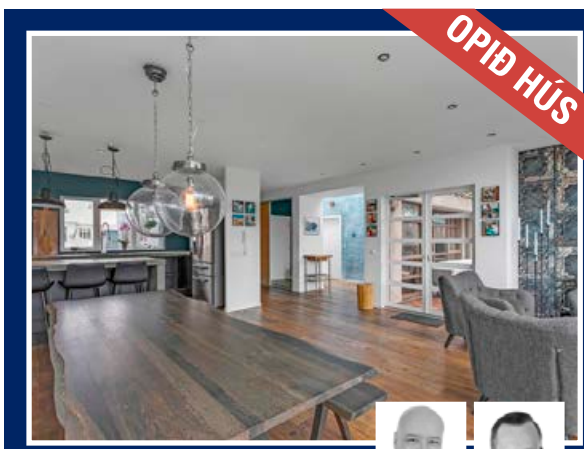
Guðbjörg G.
S: 899-5949

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 12. OKT. KL. 17:30-18:00

Glæsileg 4ra herbergja 104,8 fm. íbúð á efstu hæð með sérinngangi og sérmerktu bílastæði í bílageymslu. Þvottahús er innan íbúðar. Staðsetning er mjög góð og stutt er alla þjónustu og íslenska náttúru.

Nánari uppl. veita Kristján lgf. s. 867-3040 og Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949

Verð: 69,9 millj.



OPIÐ HÚS

GRETTISGATA 5
101 REYKJAVÍK

Hallgrímur
s: 896-6020

Einar Örn
S: 823-4969

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 13. OKT. KL. 17:00-17:30

Nýuppgerð penthouse íbúð á besta stað í miðbæ Reykjavíkur. Íbúðin hefur yfirbragð "New York Loft" og ber merki fallegrar og stílhreinnar hönnunar. Öll eignin hefur verið uppgerð af fagmönnum. Stórar svalir með frábæru útsýni. Aukaíbúð á jarðhæð fylgir með góðar leigutekjur. Einkabílastæði við húsið fylgir. Samtals stærð skv. Þjóðskrá er 176 fm. **Nánari uppl. veita Hallgrímur s. 896-6020 og Einar lgf. s. 823-4969**

Verð: 129,9 millj.

BÓKIÐ SKOÐUN

NJÁLSGATA 1
101 REYKJAVÍK

Guðbjörg G.
S: 899-5949

BÓKIÐ SKOÐUN

Virðulegt og rúmgott einbýlishús við Njálsgötu 1 í miðbæ Reykjavíkur. Eignin er töluvert stærri en skráðir fermetrar segja til um. Eign sem býður upp á mikla möguleika.

Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949

Verð: Tilboð

MIKLABORG

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

Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520

Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856

Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307

Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178

Elín Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090

Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021

Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000

Ómar Hvanndal
hdl. & aðst. fasteignas
Sími: 832 3200

Barbara R. Bergþórs
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515

Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500

Þröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634

Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958

2015 2020
Framúrskarandi fyrirtæki

Þóroddur S. Skapta
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508

Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300

Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272

Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931

Kjartan Í. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 663 4392

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232

Friðrik Þ. Stefáns
hdl. & aðst. fasteignas
Sími: 616 1313

Friðjón Ö. Magnúss.
lögg. fasteignasali
Sími: 692 2704

Óskar S. Axelsson
aðst. fasteignasala
Sími: 691 2312

Ingi Þór Ingólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 698 4450

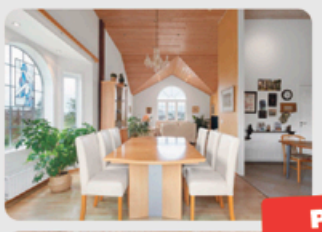
Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929

Ragnheiður Pétursdóttir
hdl. og löggiltur fasteignasali

Kaldalind 6
201 Kópavogur

Einstaklega fallegt 213 fm einbýlishús við Köldulind í Kópavogi

- Bjartar stofur og eldhús með mikilli lofthæð.
- 5-6 svefnherbergi
- Skjólgóður suðurgarður með stórum viðar palli og heitum potti
- Upphitað bílaplan með nægum bílastæðum.
- Í innri hluta bílskúrs er búið að útbúa stúdíó íbúð með gestasnyrtingu.



NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Kjartani í síma: 663 4392

Verð: **129 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:
Kjartan Í. Guðmunds
vfr. og lögg. fasteignasali
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Óskari í síma 691 1931

Dalakur 5
210 Garðabær

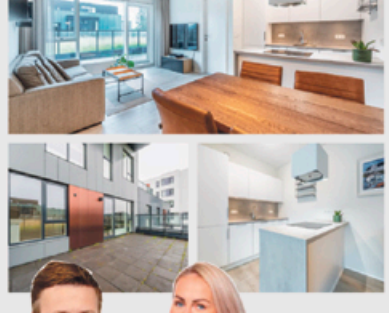
Glæsilegt 267 fm einbýli á einni hæð í Akrahverfinu

- Glæsilegt og bjart alrými
- Fjögur rúmgóð svefnherbergi þar af er hjónaherbergi með fataherbergi og sérbaðherbergi
- Stór timburverönd í kringum húsið með heitum potti
- Tvöfaldur bílskúr og góð innkeyrsla

Verð: **198 millj.**

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

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Írisi Örnu í síma 770 0500



Efstaleiti 27
103 Reykjavík

Falleg 3ja herbergja íbúð á 3. hæð í lyftuhúsi.

- Íbúðin er 72,7 fm með stórum svölum 19 fm í suðurátt.
- Íbúðin er vel skipulögð og fylgir bílastæði í kjallara ásamt sérgeymslu í sameign.
- Vandað og nýlegt hús á rótgrónu miðborgarsvæði
- Eignin er laus strax

Verð: **71,5 millj.**

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

Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500
iris@miklaborg.is

Fasteignasalan
Miklaborg
Lágmúla 4
108 Reykjavík

569 7000

Með þér alla leið

miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS sunnudaginn 10. október kl. 14.00 - 14.45

Hjálmholt 6

105 Reykjavík

Virkilega björt, falleg og vel skipulögð 174,1 fm neðri sérhæð m. bílskúr

- 3 svefnherbergi á sér gangi
- 2 baðherbergi
- Eldhús, stofa og hol
- Bílskúr
- Tvennar svarir

Verð: **98,9 millj.**

Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021
hreidar@miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS þriðjudaginn 12. október kl. 17.00 - 17.45

Kirkjubraut 15

170 Seltjarnarnes

Falleg þriggja herbergja 87 fm íbúð á jarðhæð með sérinngang í tvíbýli

- Útgengt út í fallegan og stóran bakgarði
- 2 svefnherbergi
- Endurbætur hafa farið fram á baðherbergi
- Gluggar íbúðar eru nýlegir

Verð: **48,9 millj.**

Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
sími: 6911931
ohb@miklaborg.is

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

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS sunnudaginn 10. október kl. 16.00 - 17.00

Sörlaskjól 64

107 Reykjavík

Glæsileg og björt 115 fm 3 herb. útsýnisíbúð á 2. hæð með bílskúr

- Stórbrotið útsýni er úr stofu
- Úr eldhúsinu blasir við útsýni út á Esjuna.
- Eldhús, stofa, baðherbergi, 2 svefnherb., geymsluloft
- Bílskúr sem búið er að breyta í stúdíóíbúð.

Verð: **72,9 millj.**

Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021
hreidar@miklaborg.is

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS sunnudaginn 10.október kl. 14.00 - 14.30

Laxalækur 14

800 Selfoss

Fallegt 128fm endaraðhús í nýlegu hverfi á Selfossi

- Stofa, eldhús, baðherbergi, þvottahús og geymsla
- Þrjú svefnherbergi, möguleg að bæta því fjórða.
- Íbúðarhluti er 104,9 fm og bílskúr 23,2 fm =128,1 fm

Verð: **64,5 millj.**

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

NÝTT Í SÖLU

OPIÐ HÚS sunnudaginn 10. október kl. 13.00 - 13.45

Meðalholt 9

105 Reykjavík

Góða og vel skipulögð 3 herbergja, 80,6 fm íbúð í fjórbýlishúsi

- Svefnherbergi, baðherbergi, eldhús og tvær stofur
- Stórt herbergi með sérbaðherbergi og wc í kjallara
- Húsið er nýsteinað
- Frárennsli og dren endurnýjað 2016

Verð: **52,9 millj.**

Hreiðar L. Guðmunds
lögg. fasteignasali
Sími: 661 6021
hreidar@miklaborg.is

Tilbúnar nýjar íbúðir

OPIÐ HÚS sunnudaginn 10.október kl. 16.00 - 17.00

Sogavegur 73-77

108 Reykjavík

Fallegar og mjög vel skipulagðar nýjar íbúðir 3ja - 4ra herbergja

- Afhendast tilbúnar m. gólfefnum, ísskáp og uppþv.
- Sérafnotaréttir eða svalir
- **103** í Sogavegi 73, **115,8 fm** með stæði í bílageymslu
- **104** í Sogavegi 77, **119,8 fm** án stæðis

Verð: **64,5 millj.**

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

Íris Arna Geirsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 770 0500
iris@miklaborg.is

Neðan-Sogsveg 2

801 Grímsnes

Sumarhús, auk geymslu í nágrenni við Selvík, Álftavatn og Þrastarlund

- Skráð 48,5 fm, 2 svefnherbergi, opin eldhús og stofa. Baðherbergi með sturtu. Kalt vatn er á eigin borholu, sem er sameign 14 húsa.
- Góður pallur, ca. 80-90 fm. Lóð 1,3 hektari

Verð: **26,5 millj.**

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

Bjarkarás 4

805 Grímsnes

Glæsilegt heilsárshús með gestahúsi alls 129 fm

- Þrjú svefnherbergi í aðalhúsi ásamt svefnlofti
- Mikið gistirými sem auðveldlega getur hýst 12-15 manns
- 7200 fm eignarland, annað jafnstórt land við hliðina fylgir
- Stór pallur með heitum potti
- Víðsýnt útsýni

Verð: **54,8 millj.**

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

SÖLUVEFUR
www.vitaborg.is

Hverfisgata 92

101 Reykjavík

Glæsilegar nýjar 2ja til 4ra herbergja íbúðir í miðborginni

- **Gólfhiti** í öllum íbúðum
- Mikil sameign og **margar íbúðir sérstæðar** og liggja ekki að öðrum íbúðum
- **Snjallíbúðir**
- Fallegur **inngarður**
- **Vandaðar** innréttingar og tæki
- Flestir **gluggar gólfsíðir**
- **Stæði í bílageymslu** fylgir flestum íbúðum.
- Íbúðirnar **skilast fullbúnar** með gólfefnum

Hafið samband og ráðfærið ykkur við sölumenn okkar!

Verð frá: **77,9 millj.**

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

Barbara R. Bergþórs
lögg. fasteignasali
Sími: 823 0339
barbara@miklaborg.is

Elín Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090
elin@miklaborg.is

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

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

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

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

Sóleyjargata 37

101 Reykjavík

Einbýlishús - bílskúr | 330 fm | 8 herbergi

199.500.000

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882

BÓKIÐ SKOÐUN HJÁ SÖLUMANNI

Baughús 23

112 Reykjavík

Parhús | 189 fm | 6 herb.

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882

109.900.000

Suðurgata 8a

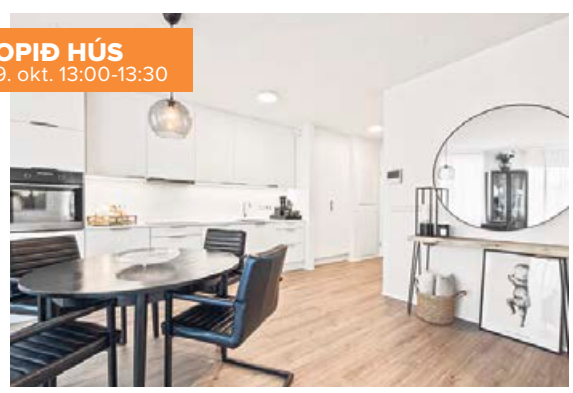
101 Reykjavík

Parhús með fjórum íbúðum | 263,3 fm | 8-10 herb.

Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508

145.900.000

OPIÐ HÚS
9. okt. 13:00-13:30



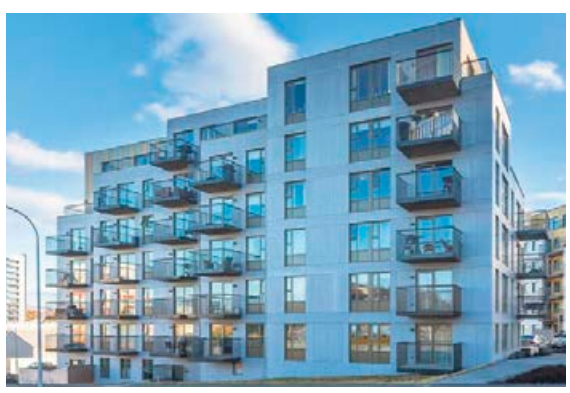
Sunnusmári 23

201 Kópavogur

Fjölbýli | 76,4 fm | 2-3 herb.

54.900.000

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



Sunnusmári 22

201 Kópavogur

Fjölbýli | 100 fm | 3 herb.

61.900.000

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

Stuðlasel 12

109 Reykjavík

Einbýli - 2 samþ. íbúðir | 288 fm | 10 herb.

114.900.000

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

OPIÐ HÚS
12. okt. 17:00-17:30

Brekkugerði 2

108 Reykjavík

Hæð - sérinngangur | 102 fm | 3-4 herb.

59.900.000

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
thora@eignamidlun.is
777 2882

OPIÐ HÚS
10. okt. 14:00-14:30

Smyrilshlíð 15

102 Reykjavík

Fjölbýli | 86,8 fm | 3 herb.

66.800.000

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

Hvassaleiti 28

103 Reykjavík

Fjölbýli með bílskúr | 169,2 fm | 5 herb.

67.900.000

Sverrir Kristinsson
Löggiltur fasteignasali
sverrir@eignamidlun.is
588 9090

Leifsgata 15

101 Reykjavík

Fjölbýli | 99,4 fm | 4ra herb.

63.900.000

Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
861 8511

OPIÐ HÚS
11. okt. 17:15-17:45

Langholtsvegur 100

104 Reykjavík

Fjölbýli | 127.6 fm | 5 herb.

67.900.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

Leirvogstunga 12

270 Mosfellsbær

Einbýli - Aukaíbúð | 253.1 fm | 6 herb.

114.900.000

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

Bræðraborgarstígur 43

101 Reykjavík

Fjölbýli | 88.8 fm | 3 herb.

57.900.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

Stigahlíð 43

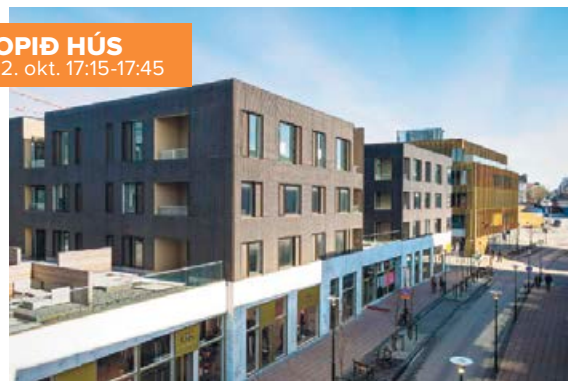
105 Reykjavík

Hæð - Sérinng. | 186.5 fm | 5 herb.

89.900.000

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

OPIÐ HÚS
12. okt. 17:15-17:45



Tryggvagata 23

101 Reykjavík

Fjölbýli | 77.5 fm | 2 herb.

69.990.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

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

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

Langar þig að búa í fallegasta húsinu á Ísafirði?

Einstakt tækifæri til að kaupa rishæð í Pólgötu 1 Ísafirði,
- gamla Landsbankahúsinu

Fyrir liggja teikningar seljanda um sex herbergja íbúð sem hægt er að innrétta þar, stærð íbúðar yrði í heildina 158,3 fm og 8,7 fm geymsla í kjallara sem fylgir með, samtals 167 fm eign með frábæru útsýni á besta stað í bænum!

Nánari upplýsingar gefur
Guðmundur Óli Tryggvason
lögg. fasteignasali
í síma 456 3244 / 820 8284

FASTEIGNASALA VESTFJARÐA
456 3244 eignir@fsv.is www.fsv.is

- Er komið að húsnæðisskiptum eða vantar þig stuðning og ráðgjöf við erfðaskrá, kaupmála eða dánarbússkipti?
- Vilt þú fá lögmann þér við hlið sölu fasteignar án þess að greiða aukalega fyrir þá þjónustu?
- **BÚUM VEL veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.**

Elín Sigrún, lögmaður
sími 783 8600
elin@buumvel.is
www.buumvel.is

BÚUM VEL

Sérhæfð lögfræðiþjónusta við búsetuskipti með áherslu á 60+

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**

EIGNAMIÐLUN

Austurheiðarvegur 805 Selfoss
Sumarhús 95.8 fm - 7500 fm lóð 4 herb.
29.500.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

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

Ráðhústorg 1
600 Akureyri

Veitingahús á besta stað í miðbæ Akureyrar.
Frábær staðsetnig sem býður upp á fjölda tækifæra.
Stærð rýmisins er 49 fm.

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

Til leigu!
Veitingastaður með möguleika á næturtsölu

Pósthússtræti 2
Veitingahús á besta stað í miðbæ Reykjavíkur.

Fullbúið veitingarhús með vinnslu-
eldhúsi og veitingasal.
Allur búnaður getur getur fylgt.
Stærð rýmisins er 180 fm.
Getur verið afhent í október.

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

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

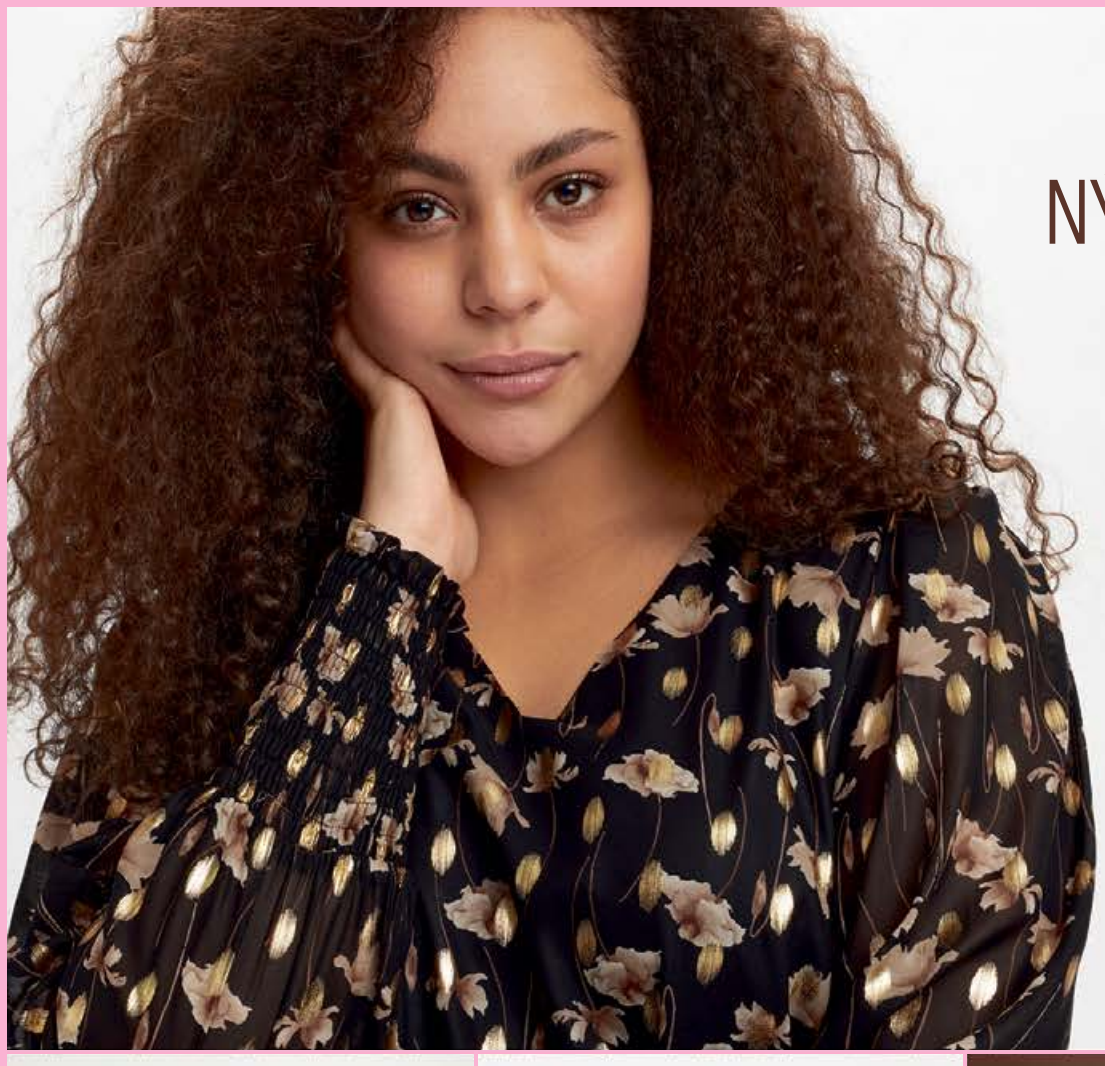
EIGNAMIÐLUN

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
861 8514

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



NÝJAR VÖRUR Í HVERRI VIKU

Stærðir 14-30 eða 42-58

Sjáðu úrvalið í netverslun www.curvy.is eða komdu
í verslun Curvy í Hreyfilshúsinu við Grensásveg
Opið alla virka daga frá kl. 11-18
og laugardaga frá kl. 11-16

FRÍ HEIMSENDING
EF AÐ VERSLAÐ ER FYRIR
5000 KR EÐA MEIRA

Kjóll frá
Kaffe Curve
12.990 kr

Zizzi Skyrta
8.990 kr

WIDE FIT stígvél
13.990 kr

Úlpa frá
Kaffe Curve
23.990 kr

Zizzi Blússa
9.990 kr

Curvy

Fellsmúli 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | www.curvy.is

Súrkálsgerð er nýtt æði

Nýjasta æði landans sem hefur gripið um sig er súrkálsgerð og ýmiss konar gerjun á grænmeti. Þær stöllur Inga Kristín Guðlaugsdóttir og Elín Sigríður Harðardóttir eru dolfallnar áhugamanneskjur um varðveislu uppskeru og gerjun á grænmeti og hafa meðal annars þróað ílát fyrir súrkálsgerð og aðra gerjun á grænmeti.

sjöfn@frettabladid.is

Inga Kristín Guðlaugsdóttir og Elín Sigríður Harðardóttir eru dolfallnar áhugamanneskjur um varðveislu uppskeru og gerjun á grænmeti. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þær stöllur hafa stofnað fyrirtæki sem heldur utan um sameiginleg verkefni þeirra, Efnasmiðjuna og standa þar í ströngu við ýmiss konar verkefni. „Við komum úr svipuðu umhverfi upphaflega, erum báðar uppaldar úti á landi," segja þær Elín og Inga.

Elín er garðyrkjufræðingur og starfaði áður við ýmislegt sem tengdist því. Inga er kjólameistari og starfaði sjálfstætt í þeim geira. „Við kynntumst síðan í Listaháskóla Íslands, þar sem við vorum saman í námi í vöruhönnun. Við bjuggum okkur til verkefni til að vinna að saman á sumrin, á meðan við vorum í vöruhönnunarnáminu. Eftir útskrift úr LHÍ 2019, ákváðum við að stofna Efnasmiðjuna til að halda utan um sameiginleg verkefni sem við vinnum að.

Gamlar hefðir í matargerð

Verkefnið „Varðveisla" er upphaflega útskriftarverkefni Ingu úr vöruhönnun frá LHÍ vorið 2019. Í verkefninu voru skoðaðar gamlar hefðir í matargerð. Þær byggjast margar á náttúrulegum ferlum þar sem örverur eru við stjórn. „Þessar örverur hafa góð áhrif á meltinguna okkar en skortur á þeim leiðir til sjúkdóma. Rannsóknir sýna að samband líkamans, matvælanna og örveranna er mjög mikilvægt fyrir heilsuna. Ég hafði heyrt um súrkálsgerð en hafði ekki prófað sjálf að súrsa grænmeti. En þar sem ég hef mikinn áhuga fyrir matargerð og heilsu almennt þá fór ég að prófa mig áfram í þessari gömlu matargerðarhefð. Þetta varð síðan að þessum ílátum sem eru sérhönnuð fyrir gerjun á grænmeti," segir Inga.

Þróað fyrir gerjunarferlið

Úr hverju er gerjunarílátið gert og hvað skýrir þetta sérstaka útlit? „Varðveisluílátið er hannað og þróað með notkun þess í huga, þannig að það virki sem best fyrir gerjunarferlið sem er náttúrulegt ferli, en form þess eru einmitt sótt í náttúruna. Fimmhyrningur er fremur óhefðbundið form í matarílátum en það finnst víða í náttúrunni, blóm og ávextir eru til dæmis oft með fimmhyrnt eða fimm-flipótt form. Áferðin á ílátinu kemur frá innihaldi þess en hvítkál er aðal innihaldið í hefðbundnu súrkáli, það er notað til að móta mynstur utan á bol ílátsins. Liturinn er líka kominn frá hvítkálinu sem sett er utan á ílátið. Ílátið er handmótað úr steinleir í gifsmót, leirinn er síðan brenndur við það hátt hitastig að hann lokar sér alveg og verður vatnsheldur. Leirinn heldur áferð sinni af því að hann er ekki glerjaður. Ílátið verður þá með þessa „rustic" áferð sem okkur finnst svo náttúruleg og falleg. Nafnið „Varðveisla" kemur frá markmiðinu með gerjuninni sem er að varðveita innihaldið og svo er gerjað grænmeti svo mikill veislumatur," segja þær stöllur Inga og Elín. Hvað er það sem gerir þetta ílát svona gott fyrir vinnsluna? „Ílátið er sérhannað fyrir gerjunina. Í miðju ílátinu er hólf sem tekur um 2,5 kg af grænmeti, en hægt er að hafa minna magn ef maður vill. Með krukkunni fylgir farg sem þrýst er ofan á grænmetið til að halda því undir yfirborði vökvans sem myndast við gerjunina. Umhverfis grænmetishólfið er vatnslás sem lokið passar ofan í. Þegar lokið hefur verið sett á, hellir maður vatni í vatnslásinn og þá einangrast loftið inni í ílátinu. Þegar gerjunarferlið hefst, myndast þrýstingur og það gefur frá sér loft. Þrýstingurinn lyftir lokinu og loftið kemst út úr gerjunarhólfinu. Vatnslásinn tekur það mikið magn af vatni að aðeins þarf að bæta á það á nokkurra daga fresti, en það fer eftir hitastigi í rýminu hversu hratt vatnið gufar upp. Það þarf því ekki að hleypa lofti út úr ílátinu daglega, eins og þegar maður gerjar í hefðbundnum glerkrukkum með smelluloki."

Varðveisluílátið er hannað og þróað með notkun þess í huga.

Skemmtilegt ferli

Hvernig er súrkálið búið til? „Það er mismunandi eftir því hráefni sem notað er, hægt er að gerja nánast hvaða grænmeti sem er. En grunnaðferðin er að grænmeti og salti er blandað saman í ákveðnum hlutföllum og sett í loftskipt ílát. Það er síðan látið gerjast við stofuhita í eina til þrjár vikur allt eftir því hvaða grænmeti þú ert með." Þær stöllur eru iðnar við að súrsa grænmeti. „Við erum nokkuð duglegar að súrsa grænmeti og eigum alltaf eitthvað til í krukkum í ísskápnum. Þetta er svo spennandi og skemmtilegt ferli, að undirbúa lögunina, velja hvaða grænmeti og krydd verður sett saman. Það er hægt að fara svo endalaust margar leiðir. Fyrir okkur er þetta nokkurs konar heilun, að hreinsa og skera grænmetið, blanda það með höndunum og koma því fyrir í gerjunarkrukkunni. Síðan að fylgjast með krukkunni þegar gerjunin kemst í gang. Loftið frá gerjunarferlinu lyftir lokinu og þrýstir sér út í gegn um vatnið sem er í vatnslásnum en þá heyrist búbbluhljóð frá krukkunni. Þetta er lifandi ferli sem notalegt er að fylgjast með. Við höfum mikið notað uppskriftir úr bókinni „Súrkál fyrir sælkera" eftir Dagnýju Hermannsdóttur. Sú bók er mjög aðgengileg og auðvelt fyrir byrjendur að styðjast við hana. En einnig er hægt að fara á súrkálsgerðarnámskeið hjá Dagnýju. Við gefum hér uppskrift af uppáhalds-súrkálinu okkar sem er gert úr gulrófum. Uppskriftin er upphaflega úr bók Dagnýjar en við höfum aðlagað hana aðeins, erum með önnur krydd og fleira svo nú smellpassar hún í krukkuna frá okkur.

„Við erum nokkuð duglegar að súrsa grænmeti," segja þær stöllur enda duglegar við það.

Súrsaðar rófur

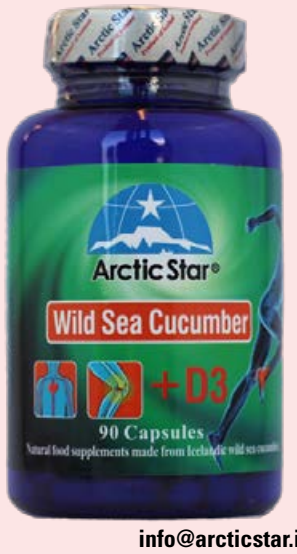
2-2,5 kg af gulrófum, rifnar gróft á rifjárni
1 laukur, saxaður
8 hvítlauksrif, marin
1-2 lífrænt ræktaðar sítrónur, safi og rifinn börkur.
1,5 msk. túrmerikduft
1 msk. kóríanderfræ
1 tsk. kúmenfræ
Sjávarsalt eða himalajasalt er mælt 2,5-3% af þyngd rófanna. Ef rófurnar eru 2 kg er saltið 50-60 g

Rófurnar rifnar gróft á rifjárni, laukurinn saxaður, hvítlaukurinn kraminn, rifinn börkur af sítrónunni og safinn kreistur úr. Setjið grænmetið, kryddið og saltið í stóra skál og blandið vel með höndunum, gott er að hafa plasthanska vegna þess að túrmerikið er sterkt á litinn. Bætið sítrónuberkinum og safanum við. Blandið öllu vel saman, nuddið og hnoðið þar til vökvinn flæðir úr rófunum. Færið lögunina yfir í krukkuna í lögum og þjappið vel niður á milli laga með krepptum hnefa eða einhverju hentugu áhaldi. Hreinsið vel niður með börmunum á krukkunni, gott er að nota gúmmísleikju til þess. Farginu er þrýst ofan á lögunina svo að vökvinn fljóti yfir það. Nauðsynlegt er að hreinsa í burtu allar litlar agnir sem fljóta upp á yfirborð vökvans. Setjið lokið ofan á vatnslásinn og hellið vatni í hann. Látið gerjast í 3 vikur við stofuhita. Þegar lögnin er tilbúin er hún færð yfir í glerkrukkur með skrúfuðu loki og geymd í ísskáp. Geymist mánuðum saman. ■

Fyrir áhugasama þá eru ílátin framleidd í vinnustofu Efnasmiðjunnar sem er í þann mund að flytja í Dugguvog 32, gengið inn Kænuvogsmegin. Hægt er að fylgjast með Varðveisluverkefninu á Instagram-reikningi þess;@vardveisla_preservation og að skoða verkefnin inni á vefsíðunni www.efnasmidjan.is.

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

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

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

SPAR bíll

Nýr Ford Transit Double Cab L3. 7 manna. Þessi er væntanlegur núna þegar ógerningur er að fá vinnubíla. Verð 5.300.000 án vsk.

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

Bílar til sölu

EINN MEÐ ÖLLU!

Toyota Rav4 GX Hybride 4x4 árg. 2018 Ek. 59þús, ssk. sumar og vetrardekk, sk. til '22 smurbók, bakkmyndavél, krókur og fl. Engin skipti. Uppl. í s. 8925120

Cadillac Eldorado 1989 Gullmoli, ekinn aðeins 84þ.m. einn með öllu, V-8 Verð 1.490.000 Uppl. í s. 820-5181

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699-6069 eða 663 5315

Bókhald

FRAMTALSAÐSTOÐ - BÓKHALDSÞJÓNUSTA
Bjóðum einstaklingum framtals-aðstoð og fyrirtækjum alhliða bókhalds og uppgjörsþjónustu.
Góð þjónusta á sanngjörnu verði.
Uppl. í síma 8548080/5168080
retta.is
olafur@retta.is
Rétta ráðgjafa- og bókhaldsþjónusta

Málarar

Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Litið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Búslóðaflutningar

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

+++ EÐALVERK +++
BJÓÐUM UPP Á HEILDARLAUSNIR Á JARÐVEGSVINNU
Gröfuþjónusta - Hellulagnir
Grjóthleðsla - Húsaviðgerðir - Þak
Gluggaskipti - Múr - Málningavinna
- Steinsögun ...meira og fleira
FÁÐU TILBOÐ Í VERKIÐ Í SÍMA 786-3211 EÐA SENDU OKKUR PÓST Á VERK@EDALVERK.IS

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Nudd

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

Spádómar

Spákona. Miðla með aðstoð kaffibolla. Miðla til þín því sem þú þarft að heyra. S. 866 6597 Ásdís Spámiðill. Get komið í heimahús. Get einnig tekið hópa.

Rafvirkjun

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

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

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is

Kassagítarar á tilboði
Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

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

Óskast keypt

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

Hljóðfæri

Harmonikur í úrvali. Vantar notaðar harmonikkur í umboðssölu. Pokar og ólar. www.egtonar.is Sími 824 7610 & 660 1648.

Heilsa

Heilsuvörur

Tilkynningar

Fundir

Aðalfundur Bandalags íslenskra Farfugla verður haldinn þriðjudaginn 26. október nk kl. 18:00 í Dal, Sundlaugavegi 34. Aðalfundarstörf samkvæmt samþykktum félagsins. Stjórnin.

Heimilið

Barnavörur

VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA
Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

Atvinna

Atvinna í boði

Vantar röskan háseta strax á netabát frá Þorlákshöfn. Uppl. í s. 856 5451

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —
Beinn sími: 550 5625
Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

viftur.is
Viftur ● Blikkrör ● Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

EYJALIND
Gúmmíbelti
- Fyrir smágröfur
Vertu vinur okkar á Facebook
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.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

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?
FYRIR EFTIR
Bílsætaviðgerðir-, mótorhjóla og snjósleðasæti. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is
Formbólstrun
Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hs@bolstrun.is

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

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

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.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

BÓLSTRUN – SAUMASKAPUR

Uppgerðir Rokkókóstólar með
áklæði að eigin vali á góðu verði

Öll almenn bólstrun - úrval vandaðra áklæða og leður.
Tökum allskonar saumaskap ,t.d. dýnur í hjólhýsi, húsbíla ofl.

Sérhæfum okkur í bílsætaviðgerðum, mótorhjólum,
snósleðasætum, límum og gerum við tréverk á húsgögnum.

Formbólstrun

Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin | S. 544 5750 | www.hsbolstrun.is

VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is
geiri
www.geiriehf.is

www.verslun.is

NÝTTU ÞÉR AFSLÁTTINN
OG GERÐU GÓÐ KAUP Á NETINU

AFSLÁTTUR
Í NETVERSLUN
20%

VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is
geiri
www.geiriehf.is
STÓREldhús
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS
Straumur
...hillukerfi

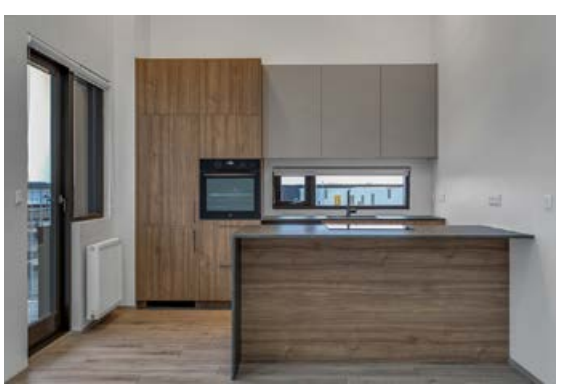
Sýningarsalur - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is Netverslun á www.verslun.is

Taktik 5754#

EIGNAMIÐLUN

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

OPIÐ HÚS
SUNNUDAG KL. 13-14



Hraunskarð 6 – 221 Hafnarfirði

Til sölu nýjar, fullbúnar þriggja og fjögurra herbergja íbúðir í Skarðshlíðarhverfi í Hafnarfirði.

Með íbúðunum fylgja innbyggður ísskápur, gardínur og parket. Vandaðar innréttingar frá Formus. Íbúðirnar eru tilbúnar til afhendingar.

Staðsetning er góð í miðju Skarðshlíðarhverfinu örstutt frá grunnskóla, leikskóla og tónlistarskóla sem eru undir sama þaki.

Kári Sighvatsson
lögfr. og löggiltur fasteignasali,
sími 899 8815, kari@eignamidlun.is

Bjarni T. Jónsson
viðskiptafr. og löggiltur fasteignasali,
sími 895 9120, bjarni@eignamidlun.is

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

VEXUM TIL

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

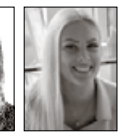
Þorgeir Fasteignasali 696 6580

Hafliði Fasteignasali 846 4960

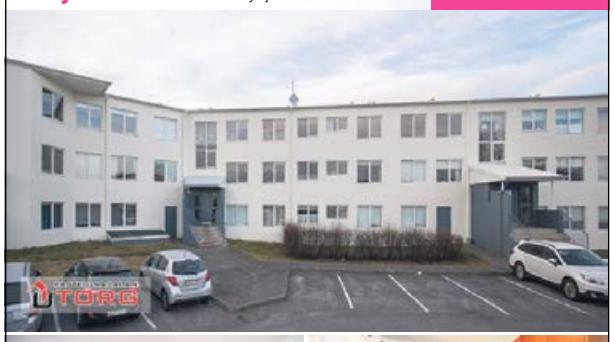
Ragnar Fasteignasali 844 6516

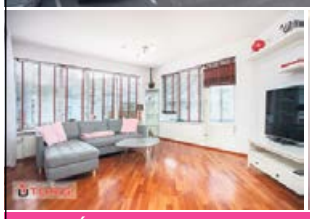
Darri Örn Fasteignasali 767 0000

Elka Fasteignasali 863 8813


Rebekka Fasteignasali 776 8624

Berjarimi 4 112 Reykjavik — 43.900.000





OPIÐ HÚS þriðjudaginn 12. okt. kl. 17.30-18.00

Herbergi: 2 **Stærð:** 84,3 m²

Falleg og rúmgóð tveggja herbergja íbúð á jarðhæð með sérafnotareit og stæði í lokaðri bílageymslu í góðu fjölbýlishúsi í Grafarvoginum.
Um er að ræða eign sem er skráð skv fmr 84,3fm og þar af er stæði í bílageymslu skráð 26,1fm. Gólfefni er parket og flísar og tengi er fyrir þvottavél á baðherbergi. Frábær staðsetning þar sem stutt er í skóla, leikskóla og alla þjónustu í Spönginni og Egilshöll.

Upplýsingar veitir Hafdís fasteignasali í gsm: 820 2222

NÝTT Í SÖLU! FURUGRUND 3 200 Kópavogur

EINUNGIS FJÓRAR ÍBÚÐIR EFTIR!

OPIÐ HÚS mánudaginn 11. okt. kl. 17.30 -18.00

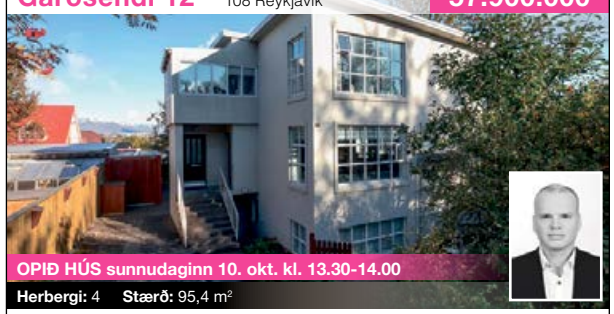
VERÐ FRÁ 53.900.000

Glæsilegar fullbúnar, nýjar og vandaðar íbúðir með sérinngangi á þessum eftirsótta og rótgróna stað við náttúruparadísina Fossvogsdalinn Kópavogsmegin.

Um er að ræða 2ja – 3ja herb. íbúðir, stærðir frá 80,8 fm til 94,9 fm og verð frá kr 53.900.000. Sér afnotareitur og/eða svalir. Fallegar innréttingar frá Axis, harðplankaparket og flísar frá Agli Árnasyni, AEG eldhústæki og innbyggður ísskápur með frysti og uppþvottavél fylgir með. Lofthæð er aukin og allir milliveggir eru hlaðnir úr vikri. Húsið er að stærstum hluta álkætt og lóðin fallega frágengin með grjóti og harðviðarveröndum á neðri hæð. Allur frágangur og efnisval er vandað og samrýmt. Húsið er staðsett í veðursælu hverfi þar sem stutt er í leik og grunnskóla, íþróttamiðstöðina HK, verslanir og veitingastaði.

Hafdís Rafnsdóttir
fasteignasali
gsm: 820 2222
hafdis@fstorg.is

Garðsendi 12 108 Reykjavík — 57.900.000

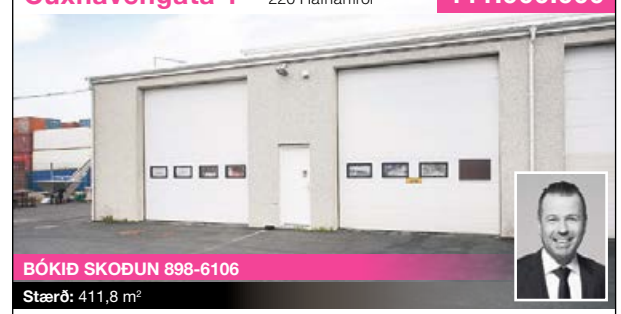


OPIÐ HÚS sunnudaginn 10. okt. kl. 13.30-14.00

Herbergi: 4 **Stærð:** 95,4 m²

Virkilega falleg og vel skipulögð 4ra herbergja sérhæð (miðhæð) við Garðsenda í Reykjavík. Íbúðin er skv Þjóðskrá Íslands 95,4 fm og skiptist í forstofu, eldhús, samliggjandi borðstofu og stofu, tvö barnaherbergi, hjónaherbergi og baðherbergi, geymsla í geymsluskúr sem ekki er skráð í heildar fm töluna.
Upplýsingar veitir Þorgeir fasteignasali í gsm: 696 6580

Cuxhavengata 1 220 Hafnarfirði — 111.900.000

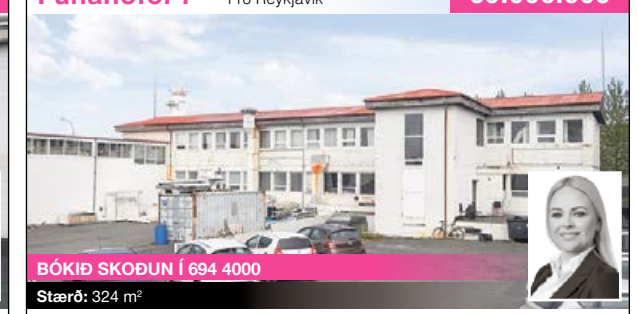


BÓKIÐ SKOÐUN 898-6106

Stærð: 411,8 m²

Um er að ræða þrjú fastanúmer, iðnaðarbil á jarðhæð með skrifstofurýmum á annari hæð. Tvo iðnaðarbil eru í útleigu, eitt verður afhent tómt. Skrifstofurými hafa verið innréttuð sem eitt rými. Öll þrjú iðnaðarbil hafa stórar innkeyrsluhurð og venjulega hurð. Endabilið er með tvær stórar innkeyrsluhurðar. Eignin getur verið laus við kaupsamning. **Upplýsingar veitir Sigurður fasteignasali í gsm:** 898 6106

Funahöfði 7 110 Reykjavík — 69.000.000



BÓKIÐ SKOÐUN Í 694 4000

Stærð: 324 m²

Um er að ræða atvinnuhúsnæði í kjallara sem í dag er notað sem stór-eldhús. Gott aðgengi og góð vinnu-aðstaða. Getur verið laust fljótlega.
Upplýsingar veitir Berglind fasteignasali í gsm: 694 4000

Fyrir hverja eign sem kemur í sölu hjá okkur í október styrkjum við Bleiku slaufuna.

Komdu með eignina þína til okkar!

Hringdu núna

520 9595

Það á ekki að vera vont að gefa brjóst

Rúmur fimmtungur barna sem fæðist á Íslandi er eingöngu á brjósti til sex mánaða aldurs. En það er ekki sjálfgefið að geta gefið brjóst og það er ekki sjálfgefið að það sé án vandræða. Brjóstagjafaráðgafar kalla eftir skýrari stefnu og markmiðum.

Það geta ýmis vandamál komið upp við brjóstagjöf sem er yfirleitt hægt að leysa með aðstoð. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Þær Hulda Sigurlína Þórðardóttir, Júlíanna Magnúsdóttir, Ingibjörg Eiríksdóttir og Hildur Ármannsdóttir eru allar brjóstagjafaráðgjafar og sitja í stjórn Félags brjóstagjafaráðgjafa.

Þær segja að það sé ljóst að ef viðhalda eigi háu hlutfalli kvenna sem gefa brjóst, þurfi skýra stefnu og aukinn stuðning frá yfirvöldum. Nýverið var reglugerð breytt sem gerir konum kleift að fá aðstoð brjóstagjafaráðgjafa sér að kostnaðarlausu þar til barnið er sex mánaða. Áður voru það þrjár vikur og vitjanir aðeins tvær.

„Við getum sett okkur markmið um hlutfall kvenna sem eru eingöngu með börn á brjósti til sex mánaða og markmið um hlutfall kvenna sem eru með börnin á brjósti til eins árs aldurs. Það er mælt með tveimur árum og það væri frábært að stefna að því.“

Þær segja að það myndi hjálpa mikið ef það væri fjármagn eyrnamerkt brjóstagjöf, brjóstagjafaráðgjöfum á heilsugæslum og öðrum heilbrigðisstofnunum.

Lovísa Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Brjóstagjafaþekking í barnæsku

Hulda Sigurlína bendir á að brjóstagjafaþekking sé í barnæsku.

„Líffærafræðin var uppgötvuð 2007.“

„Þetta er ung fræðigrein. Fyrsta brjóstagjafaprófið á alheimsvísu var tekið árið 1985. Það hefur fjölgað í stéttinni, en ekkert mjög hratt,“ segir Ingibjörg og að það séu fleiri stéttir en ljósmæður sem hafa bætt þessari þekkingu við sig. Eins og læknar, talmeinafræðingar, hjúkrunarfræðingar og næringarfræðingar.

„Það er aðeins nýlega búið að greina hvernig tungan hreyfist þegar barnið er á brjósti. Þegar það er eðlilegt sog og hvernig hún hreyfist öðruvísi á pela og hvernig hún hreyfist þegar það er tunguhaft til staðar eða einhvers konar sogvilla,“ segir Júlíanna.

Þó að umræða hafi verið frekar takmörkuð í gegnum árin um brjóstagjöf og þau vandamál sem henni geta fylgt eru þær sammála um að það séu einhverjar breytingar í loftinu hvað það varðar.

Ingibjörg er sú reynslumesta af þeim og hefur verið með brjóstagjafanámskeið fyrir verðandi mæður frá því árið 2014.

„Þá voru stundum tvær konur á námskeiði, kannski fjórar. En núna mæta mjög margar. Það hefur orðið vitundarvakning hjá mæðrum. Ég held að ef að konur fara á námskeið, og vita nokkurn veginn við hverju þær eiga að búast, þá eru þær tilbúnar að takast á við það sem koma skal þegar þær eru komnar í aðstæðurnar, og að leysa ýmis grunnvandamál,“ segir Ingibjörg.

„Já, þá eru þær líka duglegri að kalla eftir aðstoð. Það er algengur misskilningur að þetta eigi að vera sárt. En það er oft sagt við konur og þær samþykkja það því þær eru búnar að fara í gegnum svo mikinn sársauka. En það er ekkert eðlilegt við það,“ segir Hulda Sigurlína.

Gleyma að hugsa um

„Það er oft talað um að brjóstagjöf sé svo náttúruleg. En náttúrulegt er ekki endilega það sama og auðvelt. Konur eru oft svo fókuseraðar á meðgönguna og fæðinguna að það gleymist oft að tala um það hvað gerist á eftir,“ segir Júlíanna.

„Það kemst lítið annað að. En svo er barnið fætt og þá kemur svo oft skellurinn og þær vita ekkert hvernig neitt á að vera,“ segir Hildur.

Konurnar eru eins ólíkar og þær eru margar. Þær eru allar hjúkrunarfræðingar og allar nema Júlíanna ljósmæður. Þær hafa sinnt fjölbreyttri þjónustu á vettvangi spítalans, heilsugæslunnar og sjálfstætt starfandi. Þær segja allar að þær hafi ákveðið að verða brjóstagjafaráðgjafar því að þær fundu það í starfi að þær vantaði einhverja þekkingu til að raunverulega geta hjálpað mæðrum með brjóstagjöfina.

Þær fagna nýlegri breytingu varðandi vitjanir og segja að aukin og bætt þjónusta geti breytt miklu fyrir konur og áframhaldandi brjóstagjöf þeirra. Til að fá aðstoð brjóstagjafaráðgjafa þarf tilvísun heilbrigðisstarfsmanns.

„Við vitum alveg að vandamálin geta byrjað fyrstu tvær vikurnar, en fólk er í hálfgerðri móðu og hefur kannski ekki rænu á því að kvarta eða leita sér aðstoðar,“ segir Júlíanna og Hildur bætir við: „Eða eru búin að uppgötva á þeim tíma að það sé vandamál.“

Lítið vitað um þjónustuþörf

Spurðar hversu hátt hlutfall kvenna sem fæðir á Íslandi leiti til þeirra segja þær að fjöldinn sé á reiki. Fjöldinn sem nýti þjónustuna innan þessara tveggja vikna sem var skilgreindur í rammasamningi sé skráður, en að þær konur sem nýti þjónustuna eftir það séu ekki skráðar neins staðar, auk þess sem það sé hátt hlutfall sem hafi leitað sér aðstoðar en ekki fengið hana.

Þær segja að öfugt við mörg lönd, eins og Bretland og Bandaríkin, þurfi ekki að selja konum á Íslandi hugmyndina um brjóstagjöf.

„Þess vegna getur þetta komið svo aftan að fólki, ef það er eitthvert vandamál. En við þurfum betur að styðja við konur,“ segir Hulda Sigurlína.

„Það er vinna að koma barni á brjóst og koma brjóstagjöfinni í gang. Það geta verið alls konar hindranir og áskoranir á leiðinni, sem er langoftast auðvelt að leysa,“ segir Hildur.

Allir með skoðun

Þær segja margar ástæður fyrir því að brjóstagjöf þyki sjálfsögð á Íslandi en það tengist að miklu leyti menningu hér sem þekkir og samþykkir hana. En þrátt fyrir víðtækt samþykki hafa margir skoðanir á brjóstagjöf og hvernig henni er háttað.

„Ég hef talað við konur, mjólkandi mæður, sem sögðust verða fyrir aðkasti ef þær eru ekki með barnið eingöngu á brjósti til sex mánaða aldurs en líka ef þær eru með það á brjósti eftir sex mánuði. Samfélagið er alltaf með skoðun á þessu,“ segir Hulda Sigurlína.

„Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin mælir með þessu til tveggja ára aldurs, en það er samt einhver skömm sem fylgir því að gera það,“ segir Júlíanna.

„Já, en það er líka þannig að ef það gengur ekki, þá myndu konur aldrei segja heldur frá því,“ segir Hulda Sigurlína.

„En ég segi við konurnar sem ég hitti að þótt þær fari á kaffihús og sjái konu sem skelli barninu á brjóstið, og það gangi vel, þá hafi þær ekki hugmynd um hvað gekk á á undan til að komast á þennan stað. Það er alltaf talað um hvað brjóstagjöf er æðisleg en ef konur þurfa að hætta, þá hjálpum við líka við það,“ segir Júlíanna og segir því líka fylgja mikla skömm.

Spurðar hver helstu vandamálin eru, segja þær þau geta verið margs konar. Það getur verið of lítil mjólk, of mikil mjólk, stálmi eða eitthvað líkamlegt, sársauki í geirvörtum eða brjóstum eða það getur verið um að ræða brjóstabólgur sem mikilvægt er að meðhöndla af fagaðilum og sem fyrst.

„En hjá meirihlutanum, sem þarf aðstoð, þá er vandamálið ekki hjá þeim. Þá er eitthvað að hjá barninu. Það tekur brjóstið of grunnt, er með sogvandamál eða getur ekki hallað höfðinu aftur. Tunguhaftið getur valdið vandamálum eða varahaft. Svo getur fæðingin haft áhrif. Ef hún er erfið og hröð, þá er það þekkt að börnin eru stíf,“ segir Júlíanna.

„En það má koma fram að það á ekki að vera vont að gefa brjóst. Það er stundum sagt við konur, en það er ekki rétt,“ segir Hulda Sigurlína.

Þín brjóst og þitt barn

Oft er sagt við konur að börn eigi að drekka á þriggja klukkustunda fresti, sérstaklega strax eftir fæðingu. Þær segja það ekki endilega það mikilvægasta, heldur þurfi að þekkja barnið og hvernig það hegðar sér.

„Að meðaltali drekkur nýfætt barn ellefu sinnum á sólarhring. Það er frá sex upp í 25 sinnum. Miðgildið er ellefu þannig að það er hægt að vera alls staðar í kringum það og það er allt eðlileg brjóstagjöf,“ segir Júlíanna.

> Að meðaltali drekkur nýfætt barn ellefu sinnum á sólarhring. Það er frá sex upp í 25 sinnum.
>
> Júlíanna Magnúsdóttir

Hulda Sigurlína segir að brjóstagjafafræði sé í raun í barnæsku, það sé svo ung fræðigrein.

Júlíanna segir að konur eigi að hugsa um sitt barn og sín brjóst.

Ingibjörg hefur verið með brjóstagjafarnámskeið fyrir verðandi mæður frá því árið 2014.

„Það er vinna að koma barni á brjóst og koma brjóstagjöfinni í gang,“ segir Hildur.

„Konur geta þannig upplifað að það gangi illa því barnið fer fimmtán sinnum á brjóst, en það getur verið eðlilegt fyrir barnið þeirra,“ segir Hildur.

„Því segi ég við konur að það sé mikilvægast að þekkja sín brjóst og sitt barn. Ekki miða við vinkonu sína sem er með allt önnur brjóst og allt annað barn. Hún gæti verið að gefa átta sinnum en bilið er miklu breiðara en bara það,“ segir Júlíanna.

Því svo veit maður ekki hversu mikil mjólk er að koma í hverri gjöf.

„Mörgum konum finnst það mjög erfitt. Og það er kannski gallinn við þennan heim, hann er svo exceldrifinn,“ segir Hulda Sigurlína og hlær.

Þær taka undir það og segja að þeirra vinna sé oft að kenna fólki að þekkja barnið sitt og fylgjast með því. Að láta frá sér vigtina, öppin og klukkuna.

„Þetta getur hjálpað og verið frábært upp að einhverju marki, en þetta getur líka verið streituvaldandi. Það er best að miða við þitt barn og þín brjóst,“ segir Júlíanna.

Þær segja að á döfinni hjá þeim núna sé að vinna að því, í samvinnu við heilbrigðisyfirvöld vonandi, að það verði sett skýr og markviss stefna um brjóstagjöf. Að markmiðin séu skýr og sýnileg.

„Brjóstagjöf er undirstaða góðrar heilsu allra landsmanna. Ekki bara lítilla barna. Því þar er grunnurinn lagður að heilsu barnanna og til framtíðar, alla ævi,“ segir Ingibjörg að lokum. ■

Nánar á frettabladid.is

TYGGÐU EXTRA
TIL GÓÐRA VERKA

MEÐ ÞVÍ AÐ TYGGJA EXTRA STYÐUR ÞÚ SOS BARNAÞORPIN TIL BÆTTRAR TANNHEILSU BARNA Í GHANA OG BOTSWANA

WRIGLEY'S Extra

Í SAMSTARFI VIÐ

SOS BARNAÞORPIN
Öll börn vilja gott heimili

Í OKTÓBER OG NÓVEMBER

Yoko Ono er tilfinningarík og hlý manneskja

Fjórtán ár eru frá því fyrst var kveikt á Friðarsúlunni í Viðey. Dagur B. Eggertsson borgarstjóri ræðir kynni sín við Yoko Ono sem er einn af heiðursborgurum Reykjavíkur.

elinhirst@frettabladid.is

Yoko Ono með Degi B. Eggertssyni borgarstjóra við tendrun Friðarsúlunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/HANNA

„Friðarsúlan hefur farið frá því að vera frábært listaverk í það að vera eitthvað enn þá meira og eiga sér vísan stað í hjarta fjölmargra borgarbúa. Það er mjög hátíðleg stund að tendra hana," segir Dagur B. Eggertsson borgarstjóri sem kveikir á friðarsúlunni í Viðey í kvöld klukkan 20, undir lagi Johns Lennon, Imagine. „Ég hef fengið bréf fá fólki í sorgarferli sem sækir styrk í friðarsúluna og mér finnst hún verða fallegri og fallegri með hverju árinu sem líður."

Þú kveikir sjálfur á súlunni klukkan 20 í kvöld?

„Já, það er alltaf sérstök stund, en kannski aldrei sérstakari en í fyrra, því þá vorum við Arna konan mín og krakkarnir og ferjumaður og tæknimenn ein viðstödd athöfnina vegna Covid-19. Það var alveg mögnuð stund og stillt veður og heiður himinn, nánast eins og óraunverulegur atburður.

Hefur þú eitthvað samband við Yoko Ono?

„Fyrst og fremst í tengslum við tendrun súlunnar, en það hefur alltaf verið mjög gott á milli okkar. Yoko er einn af örfáum heiðursborgurum Reykjavíkur."

Hefur hún boðað komu sína aftur til Íslands til að vera við tendrun friðarsúlunnar, hún er jú orðin 88 ára gömul.

„Já hún er að eldast, og mér skilst að þetta hafi nánast verið einu ferðinar sem hún fór á síðustu árum, það var hingað til lands í tengslum við tendrun friðarsúlunnar. En hún treysti sér ekki til þess lengur, hún fylgist með og við fáum reglulega skilaboð frá henni. Hún býður til dæmis 500 manns út í eyjuna í kvöld og myndi bjóða fleirum ef ekki væru samkomutakmarkanir vegna Covid-19. Ég er ótrúlega þakklátur fyrir þetta verkefni og stoltur af Friðarsúlunni, sem er verk á heimsmælikvarða".

Þú hefur hitt hana margoft, hvernig kemur hún þér fyrir sjónir?

Hún er svolítið eins og fólk sem maður kynnist fyrst í sjónvarpi, hún er miklu smávaxnari í eigin persónu en ég hafði gert mér grein fyrir. Hún er mikil tilfinningamanneskja, með stórt og hlýtt hjarta sem ber mikla umhyggju fyrir umheiminum og Reykjavík."

Friðarsúlan er tendruð 9. október ár hvert. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Friðarsúlan hugarfóstur Yoko Ono

Friðarsúlan í Viðey er talin eitt af merkustu listaverkum Reykjavíkur. Hún er hugarfóstur eiginkonu Lennons, hinnar japönskættuðu Yoko Ono og hugsuð sem leiðarljós fyrir heimsfrið. Friðarsúlan var tendruð í fyrsta sinn á afmælisdegi Lennons árið 2007, en hún er táknmynd baráttu Lennons og Yoko Ono fyrir friði á jörð. Ono átti sjálf hugmyndina að friðarsúlunni, og hún er fjármögnuð af henni, Reykjavíkurborg og Orkuveitu Reykjavíkur, sem einnig greiðir rekstrarkostnaðinn. Um er að ræða ljóskastara sem lýsir upp í himininn. Friðarsúlan logar frá sólarlagi til miðnættis frá fæðingardegi Lennons í dag, 9 október til 8. desember, sem er dánardagur hans. Einnig logar súlan frá gamlársdegi og fram á þrettándann og í eina viku í kringum jafndægur á vori.

Einnig má kveikja á súlunni við sérstök tilefni. Til þess þarf leyfi frá listakonunni.

Eins og áður segir verður sérstök athöfn í Viðey í kvöld. Viðeyjarstofa verður opin þar sem hægt verður að fá léttar veitingar fyrir og eftir tendrun. ■

Listahjónin John og Yoko.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA
Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er
www.utforin.is
Sverrir Einarsson
Jóhanna Eiríksdóttir
ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

Nærgætni, hlýja og virðing
Við andlát ástvinar
Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441
ÚTFARARSTOFA REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Jón G. Bjarnason útfararstjóri
Guðmundur Baldvinsson útfararstjóri
Magnús Sævar Magnússon útfararstjóri
Sigurður Bjarni Jónsson útfararstjóri
ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Útfararþjónusta í yfir 70 ár
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Lennon var með ADHD eins og Mozart

elinhirst@frettabladid.is

Segja má með sanni að ævi John Lennon hafi byrjað og endað með byssuhvelli. Hann fæddist í hafnarborginni Liverpool á Englandi árið 1940 í miðjum loftárásum Þjóðverja á borgina í síðari heimsstyrjöldinni og féll fyrir morðingja hendi sem skaut hann til bana fyrir framan heimili hans og Yoko Ono í New York 8. desember árið 1980.

Lennon var aðeins fertugur að aldri þegar hann lést, en hefur skapað sér sess sem einhver helsti tónlistamaður sögunnar. Lennon var einn af fjórum meðlimum hinnar heimsfrægu hljómsveitar The Beatles, eða Bítlanna, ásamt þeim Paul McCartney, George Harrison og Ringo Starr, en Lennon var jafnan nefndur uppreisnargjarni bítillinn.

Hæfileikaríkur og ódæll í æsku

Lennon var óþekkur krakki og lét ófriðlega í skólanum og kennurum hans var mörgum mjög í nöp við hann, því hann nennti ekki að læra og truflaði kennsluna.

Leiddar hafa verið að því líkur að Lennon hafi verið haldinn athyglisbresti og/eða ofvirkni, ADHD, eins og svo margir aðrir snillingar sögunnar, þar á meðal tónskáldið Wolfgang Amadeus Mozart og uppfinningamaðurinn Thomas Alfa Edison.

Börn með athyglisbrest eins og Lennon verða oft hornreka í skóla því að vandamál þeirra eru oft talin leti eða áhugaleysi, en málið er mun flóknara en svo og tengist taugaþroskaröskun, sem kemur yfirleitt snemma fram hjá börnum.

Með ADHD eins og fleiri snillingar

Vitnisburðir frá kennurum Lennons sýna margt sem bendir til þess að hann hafi verið með ADHD. Skólastjórinn sagði: „Drengurinn getur ekki einbeitt sér að því sem skiptir máli og hann sóar allri orku sinni". Frammistaða hans í

John Lennon var óþekkur í æsku og gekk illa í skóla, en síðar átti snilligáfa hans á sviði tónlistarinnar eftir að koma í ljós.

> **Frammistaða Lennon í trúarbragðafræði þótti algerlega ófullnægjandi, og stærðfræðikennarinn hans sagði að drengsins hlyti að bíða glötun, miðað við hegðun hans.**

trúarbragðafræði þótti algerlega ófullnægjandi, og stærðfræðikennarinn hans sagði að drengsins hlyti að bíða glötun, miðað við hegðun hans.

Lennon hittir Yoko

Leiðir Johns Lennons og listakonunnar Yoko Ono lágu saman í listagalleríi í London árið 1966, en þá var Ono að undirbúa opnun listasýningar sinnar.

Þremur árum seinna voru þau gift og eyddu heilli viku í rúminu á Hilton hótelherbergi í Amsterdam til þess að mótmæla stríðinu í Víetnam, þangað sem þau buðu allri heimspressunni á hverjum degi á milli klukkan níu árdegis og klukkan níu að kvöldi. Þessi uppákoma vakti að sjálfsögðu heimsathygli. Þau létu ekki þar við sitja heldur buðu upp á samskonar uppákomu á hóteli í Montreal í Kanada nokkrum vikum seinna.

Börðust fyrir friði úr hótelherbergjum.

Boðberi friðar

Yoko Ono ekkja Johns Lennons hefur haldið áfram sem öflugur boðberi friðar eftir dauða eiginmanns síns. Á blaðamannafundi sem hún hélt á Íslandi þegar friðarsúlan var vígð árið 2006, sagði hún að hún vildi að fólk kæmi til Íslands til að sameinast í ósk um frið og senda strauma friðar um allan heim. ■

Stjórn Hönnunarsjóðs, Friðrik Steinn Friðriksson, Hrólfur Karl Cela, Björg Ingadóttir, Birna Bragadóttir og Guðrún Inga Ingólfsdóttir ásamt Þórdísi Kolbrúnu R. Gylfadóttur ráðherra ferðamála, iðnaðar og nýsköpunar. MYND/VÍÐIR B

Frumgerðir, íslenskt brimbretti og hampur meðal styrkþega

Hönnunarsjóður úthlutaði í vikunni 19 styrkjum til ólíkra verkefna á sviði hönnunar og arkitektúrs auk níu ferðastyrkja. Að þessu sinni var 20 milljónum úthlutað en alls bárust 82 umsóknir um rúmar 208 milljónir. Endurnýting, nýsköpun og þróun efniviðar er rauður þráður verkefna styrkþega.

benediktboas@frettabladid.is

„Nýsköpun með grænum áherslum voru áberandi í þeim verkefnum sem hlutu styrk. Loftslagsváin knýr okkur til að endurhugsa allt með aukinni áherslu á gæði, endingu, fullnýtingu, þróun og staðbundna framleiðslu," segir Birna Bragadóttir, formaður stjórnar Hönnunarsjóðs, en sjóðurinn úthlutaði í vikunni 19 styrkjum, þegar 20 milljónum var úthlutað.

Alls bárust 82 umsóknir um rúmar 208 milljónir. Hæsta styrkinn hlutu verkefnin Frumgerð frá Plastplan og Frábær smábær – Hjallurinn, frá Ólafíu Zoëga sem hlutu tvær milljónir í þróunar- og rannsóknarstyrk hvort um sig. Feyging á íslenskum hampi og hönnun á vinnslubúnaði frá Sigrúnu Höllu Unnarsdóttur hlaut einnig tvær milljónir í verkefnastyrk.

„Það er gaman að sjá að tenging landsins við hafið og vatnið og vöruþróun tengd baðmenningu og upplifunarhönnun, spilar stórt hlutverk í þessari úthlutun," segir Birna.

Frábær smábær er verkefni sem snýr að því að efla tengingu lítils smábæjar við sjóinn, skúrana og bryggjurnar sínar, sem áður voru stærstu samkomustaðir bæjarins en eru að miklu leyti horfnir á braut. Heimamenn fá nýja aðstöðu til sjósunds og gufubaðs sem verður einstök og markmiðið að ferðamenn flykkist að.

Verkefnið „Frumgerð" er annar fasi í stóru verkefni sem miðar að aukinni úrvinnslu á endurunnu plasti með áherslu á afurðasköpun. Unnið er að þróun tveggja vörulína, „Everyday" og „Collect" en afurðir þeirra verða framleiddar með sérsmíðuðum vélum, iðnaðar-þrívíddarprentara og plötupressu.

Íslenska brimbrettið frá Bumblebee Brothers hlaut 1,1 milljón í styrk en verkefnið felur í sér að framleiða tvær mismunandi gerðir af brimbrettum sem eru sérhönnuð og aðlöguð að íslenskum aðstæðum.

Feyging á íslenskum hampi og hönnun á vinnslubúnaði, hlaut tvær milljónir í verkefnastyrk. Markmiðið með verkefninu er að hanna staðlað vinnsluferli við feygingu á hampi og þróa búnað til að vatnsfeygja hamp í því skyni að hámarka gæði trefjanna með sem minnstum kostnaði. Hamptrefjarnar eru svo notaðar í textílvinnslu. ■

Þökkum af alhug hlýjar kveðjur og samhug við andlát og útför elskulegrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Kristínar Jónsdóttur

Kjarnagötu 14, Akureyri.

Sérstakar þakkir færum við Heimahlynningu og starfsfólki á Sjúkrahúsinu á Akureyri.

Rafn Sveinsson
Sveinn Rafnsson **Berghildur Þóroddsdóttir**
Jón Rúnar Rafnsson **Jónína Vilborg Karlsdóttir**
Ingvar Rafnsson **Íris Dröfn Jónsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær systir okkar, mágkona og frænka,

Þóra Guðnadóttir

áður til heimilis að Sólheimum 25,

lést á hjúkrunarheimilinu Grund þriðjudaginn 5. október.
Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju þriðjudaginn 19. október, kl. 15.

Gerður Guðnadóttir
Bjarni Guðnason
Jónína Margrét Guðnadóttir **Sveinn Snæland**
og frændsystkin.

---

†

Ástkær sonur okkar og bróðir,

Einar Vignir Sigurjónsson

Álfaskeiði 127, Hafnarfirði,

lést þriðjudaginn 5. október.
Útför verður auglýst síðar.

Elín S. Hallgrímsdóttir **Sigurjón E. Einarsson**
Hrafnhildur Elínardóttir
Íris Sigurjónsdóttir

---

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Ingibergur Elíasson

framhaldsskólakennari,
Álalind 16, Kópavogi,

lést á Landspítalanum mánudaginn 4. október. Hann verður jarðsunginn frá Lindakirkju föstudaginn 15. október kl. 13.00.

Lilja Dóra Gunnarsdóttir
Eiríkur Steinn Ingibergsson
Ragnar Ingibergsson
Ingibergur Ingibergsson Edduson
Magnús Grétar Ingibergsson
Katrín Ingibergsdóttir
og fjölskyldur.

---

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Helga Alfonsdóttir

frá Hnífsdal,

lést 25. september. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Þorgerður H. Halldórsdóttir **Jakob K. Kristjánsson**
Grétar A. Halldórsson **Ásdís Bragadóttir**
Bryndís Halldórsdóttir **Jóhann Svavar Jóhannsson**
ömmu- og langömmubörn.

---

†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Óli Jörundsson

frá Miðhrauni,
lengst til heimilis á Sólvöllum 11, Selfossi,

lést á hjúkrunardeildinni Ljósheimum sunnudaginn 3. október. Útförin fer fram frá Selfosskirkju fimmtudaginn 14. október kl. 14. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vildu minnast hans er bent á Vinafélag Ljósheima og Fossheima.

Kristbjörg Óladóttir **Gestur Haraldsson**
María Óladóttir **Svanur Ingvarsson**
afabörn og langafabörn.

---

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Jóhann Helgason

fyrrv. skrifstofustjóri, Akureyri,

lést sunnudaginn 3. október á dvalarheimilinu Hlíð Akureyri.
Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju fimmtudaginn 14. október klukkan 13.00.
Athöfninni verður streymt á Facebook-síðunni Jarðarfarir í Akureyrarkirkju – Beinar útsendingar.
Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarsjóð á vegum Knattspyrnufélags Akureyrar.

Sigríður Árnadóttir
Stefán Jóhannsson **Karólína Margrét Másdóttir**
Helgi Jóhannsson **Kristín Sólveig Eiríksdóttir**
Hólmfríður Jóhannsdóttir **Unnar Vilhjálmsson**
Sigríður Jóhannsdóttir **Sigurður Sigurðsson**
Eiríkur S. Jóhannsson **Friðrika Tómasdóttir**
Jónína Þ. Jóhannsdóttir **Guðmundur Örn Sverrisson**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Innilegar þakkir færum við vinum, vandamönnum og öðrum sem sýndu okkur samhug og hlýju og veittu okkur aðstoð er eiginmaður minn og faðir okkar

Jón Bernódusson

verkfræðingur,
Hvammsgerði 8,

lést miðvikudaginn 22. september sl., svo og þeim sem komu til útfarar hans í Landakirkju í Vestmannaeyjum föstudaginn 1. október. Af alhug þökkum við samstarfsmönnum Jóns hluttekningu og samúðarkveðjur. Systkinum Jóns og fjölskyldum þeirra þökkum við stuðning við okkur og umhyggju. Vinátta og tryggð ykkar er og verður okkur mikill styrkur í sorginni eftir góðan mann.

Martina Bernódusson
María Lára Jónsdóttir
Aðalbjörg Jóhanna Jónsdóttir

♡

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, sonur, tengdasonur og bróðir,

Gísli Þór Guðjónsson

lést á fylkissjúkrahúsinu í Tönsberg í Noregi mánudaginn 4. október 2021.

Guðrún Þóra Guðjónsdóttir
Hrafnhildur Emma **Gabríel Gaui**
Sara María **Theódór Donni**
Óliver Steinar
Arnheiður Andrésdóttir
Hrafnhildur Jónsdóttir **Guðjón Grétarsson**
systkini og fjölskyldur.

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á **timamot@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055 .

blómaval

Allar pottaplöntur

Ný sending vikulega

25%
afsláttur

Októberstjarna

Til styrktar Bleiku slaufunni

26%

Októberstjarna
Bleik og falleg.
126087321

1.990kr
~~2.690 kr~~

Haustlaukar

Loforð um litríkt vor

25%
afsláttur
Alla helgina

Haustlauka-ráðgjöf

Laugardag og sunnudag,
kl. 13-17 í Skútuvogi

Vilmundur Hansen, garðyrkjufræðingur gefur góð ráð

Blómavals-vöndurinn

29%

Blómavals-vöndurinn
10001050

4.990kr
~~6.990kr~~

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

Raftækjadagar

Gildir til 17. október

Sparaðu **15.000kr**

AEG
Þvottavél
L6FBI48S
8 kg, 1400 snúninga, með kolalausum mótor, vigtar þyngd þvottar. **1860502**

79.990kr
~~94.990kr~~

eta since 1943 **20%**

Brauðrist
800W, hvít. **1851507**

3.990kr
~~4.990 kr~~

eta since 1943 **20%**

Airfryer
Franskar, kjöt, fiskur o.fl., hitar upp máltíðir og bakar, tekur 3,5 ltr., hitastillingu fyrir 80-200°C. **1851560**

11.990kr
~~14.990 kr~~

eta since 1943 · LG · AEG · Electrolux · Frigor · enox.

Litaráðgjöf

25%
afsláttur
og afsláttur af LADY málningu

Græn vara

Maja Ben
veitir litaráðgjöf í dag
kl. 12-16 í Skútuvogi

damixa™

Blöndunartæki

25%
afsláttur

orthex™

Geymslubox

25%
afsláttur

Skoðaðu myndbandið
Skannaðu QR kóðann

ÍS
fyrir alla
í Skútuvogi
alla helgina
kl. 12-16

HÚSASMIÐJAN

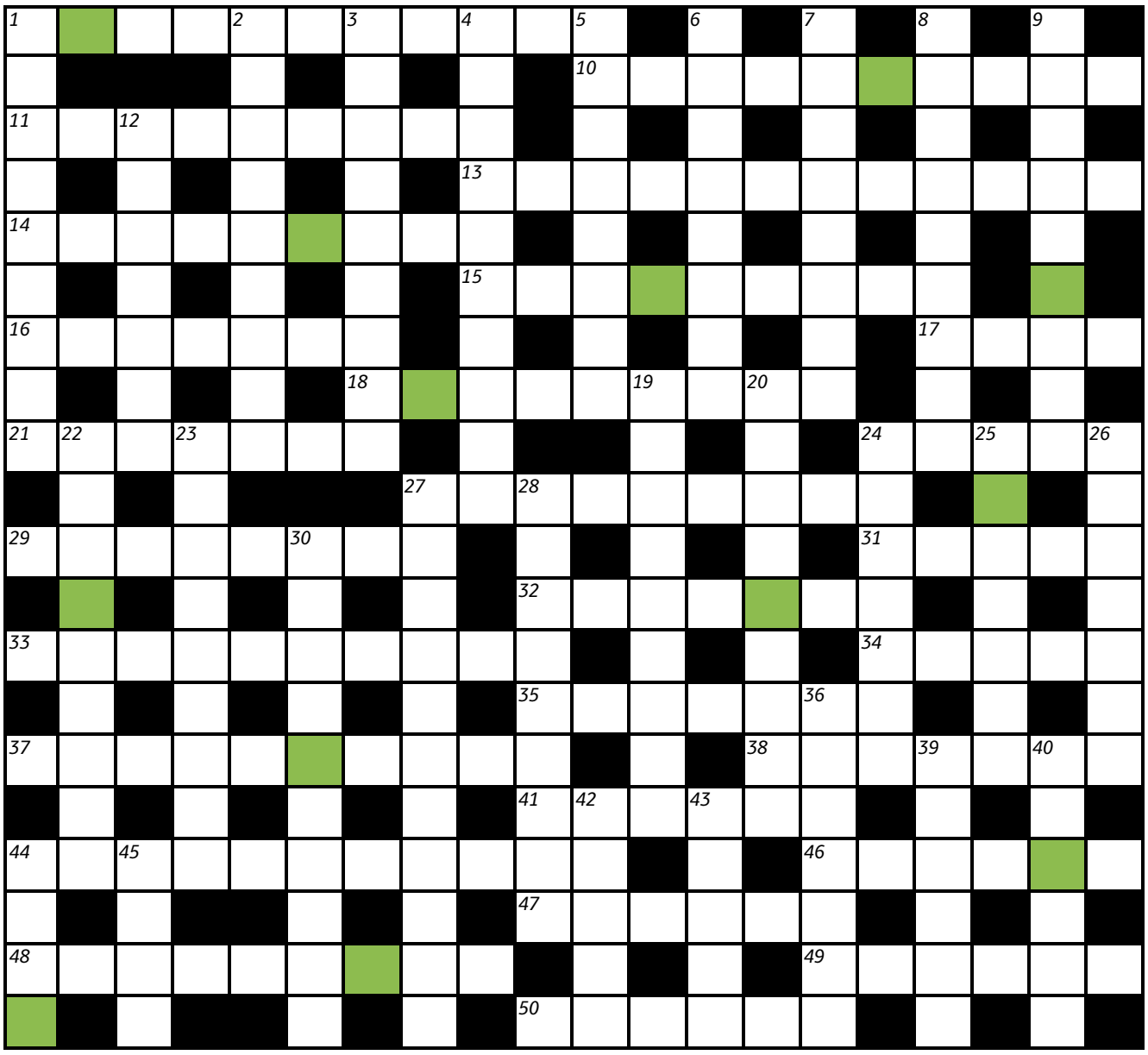
FYRIR ÞIG

Parket og flísar

Ótrúlegt úrval

25%
afsláttur

Nýtt blað Skannaðu QR kóðann



LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist reisa sem við förum fæst í á þessum árstíma (13). Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 14. október næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „9. október“.

Sudoku

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

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

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

Brjóta samganginn

Nú þegar Covid-faraldurinn er í rénun, stefnir BSÍ að því að Bridgehátíð 2022 verði haldin í Hörpu. Að venju verður þessi hátíð firnasterk og sveit, sem inniheldur parið Dennis Bilde og Zia Mahmood, hefur tilkynnt komu sína í sveitakeppnina. Dennis Bilde er óneitanlega meðal sterkustu spilara Dana og Pakistanann Zia Mahmood þekkja allir. Hann hefur, öllum til ánægju, margoft verið gestur á Bridgehátíð. Forvitnilegt að sjá hvernig þeim mun ganga. Zia tók nýverið þátt í móti (Open USBC 2021) þar sem keppt var um sæti í liði Bandaríkjanna, til að taka þátt í HM-keppninni um Bermúdaskálina. Sveit hans hét Lebowski og innihélt meðal annars Michael Rosenberg, makker Zia. Algengasti samningurinn var þrjú grönd í AV (spilaður á níu borðum). Þegar Zia spilaði spilið, sat hann í suður með ansi hressilega skiptingu. Vestur var gjafari og enginn á hættu:

Norður
♠ ÁK983
♥ DG107
♦ 105
♣ G10

Vestur
♠ G652
♥ K54
♦ K3
♣ KD52

Austur
♠ D1074
♥ Á
♦ D86
♣ Á9863

Suður
♠ 98632
♥ ÁG9742
♦ 74
♣

Sagnhafi á hans borði fór upp með kóng og fór þrjá niður, þegar hann reyndi að standa spilið. Aðeins einn sagnhafi í austur stóð spilið og það var Meckstroth sem var að spila einn sinn uppáhalds samning, en hann spilaði í sveit sem kallaði sig „Levine“. Hann fékk sama útspil, lítinn tígul og norður fékk að eiga slaginn á tíuna, því Meckstroth var að reyna að brjóta samganginn á litnum, í þeirri von að ekki væri samgangur í spaðanum. Vörnin getur samt hnekkt þessum samningi með því að skipta yfir í hjarta, en gerði það ekki. Meckstroth auðnaðist að skrapa heim níu slögum og stóð sitt spil. ■

Lausnarorð síðustu viku var
FJARÐARHEIÐI

B	R	O	S	K	A	R	L	S		G		Ó		S	Í	V	A	L	T
L		R		V		E		J	A	R	L	D	Ó	M		Æ		A	
A	R	M	B	E	Y	G	J	A		Ú		R		Á	S	T	A	N	D
Đ		É		N		I		L	Ú	S	L	E	S	T		U		G	
L	É	T	T	K	E	N	N	D		K		N		E		S		H	
A		I		O		R		A	Đ	A	L	G	E	L	L	U	N	U	M
U	N	N	U	S	T	I	N	N		R		U		P		M		N	
S		N		T		S			B	A	K	R	A	U	F	A		D	
T	E	I	N	A	L	A	U	S	A		Ó		Đ		Á	R	F	A	R
	I		E		Í		M		K	Ú	R	E	K	U	M		Æ		O
H	N	Ú	T	U	K	A	S	T	S		Ó		O		E		R		S
	F		V		A		K		L	Á	N	S	M	E	N	N	I	N	A
H	Æ	V	E	R	S	K	A	R	A		A		A		N		B		B
	R		R		T		P	A	G	A	N	I	N	I			A		A
Ú	T	S	K	R	I	F	A	Đ	I	R		L		N	Í	U	N	D	U
T		Ú		E		A		T		S	Ú	L	A	N			D		G
S	T	R	Á	K	A	S	S	A		E		F		H	A	L	I	N	A
L		Ö		K		T		L	A	N	G	Æ	R	A		Ú		Ý	
A	F	L	E	I	T	A	R	A		I		R		F	Á	T	Í	T	T
G		I		Đ		N		N	Í	Đ	R	I	T	I		A		I	

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Forfæri Brangelinu við Atlantshafshrygginn (11)
10 Tíni til sérræktað grænmeti fyrir holdagripinn (10)
11 Fljót þekkir Báru og dreifingu hennar á vatni (9)
13 Skítur, já eitt voðalegt drullusvað, og skánirnar allar búnar! (12)
14 Herra minn, hroki þinn! Hvílík kvennaskömm! (9)
15 Tel ekki rétt að ákafi fái fólk til að ruglast við að reikna (9)
16 Enda við síðu og liðinn mjúka (7)
17 Einhvern veginn fauk þessi akur (4)
18 Nú er nótt og nú skal drekka – og drykkurinn er seyði illgresi og allskonar (9)
21 Lentu kýrnar í rugli bankstera síðustu ára? (7)
24 Smali leitar villuráfandi hreindýra (5)
27 Bráðaflói býður upp á brennt vín og áköf viðbrögð (9)
29 Grillið glæ fyrir umdeildan útveginn (8)
31 Af þéttriðnum hitagjöfum (5)
32 Óbundinn en vel fluttur bandormur prestsins (7)
33 Púfa beygs leitar lands hinna litlu hóla (10)
34 Nes nokkuð aum bera blekkingarnar vel (5)
35 Klóra eins og feiknamikil sál (7)
37 Aga svein og nema með (10)
38 Græn skíri með fersk heiti (7)
41 Ungabörn eru ekki merki (6)
44 Óbundinn batt það sem hinn slaki sleppti (11)
46 Sóli gaf skít í orðljótt fól (6)
47 Flýti fyrir síðu ef kanann vantar (6)
48 Tanar skeið stjörnu okkar allra dagana langa (9)
49 Ruglumst á polkum og söndum (6)
50 Lagði fæð á allt og alla en vann þó hjörtu landans (6)

LÓÐRÉTT

1 Uppgjörið að baki enda ekki í sambandi lengur (9)
2 Komin af stað á ný – og farin að breyta því sem var! (9)
3 Skoða nýja hlið karla á ystu mörkum (9)
4 Grefst fyrir um afdrif flokks á höttunum eftir fólki (10)
5 Kvartanir kjúklinga vegna kúgunaraðgerða (8)
6 Óreiða leitar útrásar eins og hver önnur falskenning (8)
7 Franska geymir feila í framsögn (8)
8 Held ég kasti þessu uppfyrir og sleppi allri uppgerð (9)
9 Blæs þá hæna á blesgæs (9)
12 Kóngurinn Blóðöx átti fátt (7)
19 Nef í steini hnusar af málmsalti (9)
20 Panna umlykur góða menn hinna helgu húsa (9)
22 Stækka stóra umfram efni (9)
23 Í sár áss skal dreypa safa hins svarta trés (9)
24 Hrærð og ringluð þegar sortinn víkur (7)
25 Tilvera okkar og samskipti öll rúmast í þessu orði (7)
26 Tak oss undir þinn væng, kóngur, en vera garmur ella (7)
27 Víkjum þá að útsendingunni frá straumnum (11)
28 Hér dafnar hin ljúfa sem mæt er í gegn (9)
30 Hitti afhaldna sveina og frækna kappa (10)
36 Botnleysur og barð – hvílíkar gersemar! (7)
39 Elli lengir lífið og ringulreiðina (6)
40 Borðum helst í nettum törnum (6)
42 Að geyma svita gengur vel (5)
43 Gæta geita milli bletta (5)
44 Hef álit á þessum stíl (4)
45 Fugl sem flaug og laug (4)

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Milli steins og sleggju eftir Maria Adolfsson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Arnheiður Eyþórsdóttir, Akureyri**

Ennþá meira úrval af listavörum

Listverslun.is

AMSTERDAM dream × create · van Gogh The Quality Brand · REMBRANDT The Professional Choice · Liquitex · Conté à Paris DEPUIS 1795 · LEFRANC BOURGEOIS PARIS

2017 2020 Framúrskarandi fyrirtæki

Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is

Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

FJALLKONAN
KRÁ & KRÆSINGAR

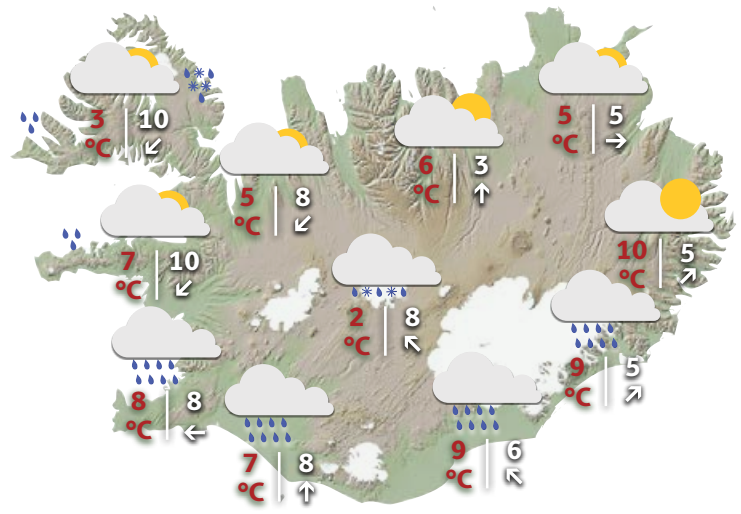
BRJÁLÆÐISLEGA GÓÐUR
BRUNCH
LAUGARDAGA & SUNNUDAGA
11.30-14.30

NÝR OG SPENNANDI SEÐILL!
Nánar á **fjallkona.is**

FJALLKONAN FAGNAR ÞÉR!

fjallkonan.rvk fjallkonan
Hafnarstræti 1–3 > **fjallkona.is**

Veðurspá Laugardagur



Í dag verður norðaustan strekkingur vestan til á landinu, annars hægari. Rigning eða skúrir sunnan og vestan til, annars skýjað eða skýjað með köflum. Hiti 3-10 stig, svalast á Vestfjörðum. KORT/SIGURÐUR Þ. RAGNARSSON

	Sunnudagur	Mánudagur
Reykjavík	4 °C | 4	5 °C | 3
Ísafjörður	2 °C | 4	4 °C | 4
Akureyri	3 °C | 1	2 °C | 3
Egilsstaðir	4 °C | 4	4 °C | 2
Kirkjubæjarklaustur	7 °C | 5	5 °C | 1

Mér líst ekki á blikuna

Sigurður Þ. Ragnarsson
vedur
@frettabladid.is

Saga nokkur er til af bónda á Norðurlandi. Haustdag einn gerði bandbrjálaðan norðanstorm, með svo mikilli snjókomu að ekki sáust handa skil. Bóndi hafði áhyggjur af hrossum sínum úti í haga og kallaði þá á vinnumenn sína að klæðast vel, því það yrði að sækja hrossin. Töldu vinnumennirnir bóndann óðan að ætla út í þetta óveður, en bónda varð ekki haggað.

Út héldu þeir og rétti bóndinn vinnumönnunum endann á bandspotta sem hann hafði bundið um kvið sér og skipaði þeim að halda fast í. Þeir gengu af stað og sáu þá vinnumennirnir að bóndinn tók ofan húfuna. Þeir mjökuðust gegnum bylinn og nokkru síðar fundu þeir hrossin. Þeir héldu þá aftur heim, og áfram var bóndinn höfuðfatslaus. Vinnumennirnir veltu fyrir sér hvernig bóndi ætlaði sér að rata heim, en áður en langt var um liðið höfðu þeir runnið í hlaðið, til mikillar furðu vinnumannanna. Síðar útskýrði bóndinn að á löngum ferli í sveitinni hefði hann tamið sér að hlusta á vindgnauðið í fjöllunum til að ná áttum; þess vegna hefði hann tekið húfuna ofan – til að hlusta. Góða helgi. ■

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

NÝR

RENAULT ARKANA

Náttúrulegur Hybrid

ENNEMM / SÍA / NM007608

FRUMSÝNING Í DAG FRÁ 12–16

Hvar sem þú vilt vera og hvað sem þú vilt gera þá flytur Renault Arkana þig alla leið. Hann er náttúrulegt sambland margra eiginleika, alveg eins og þú. Einstök hönnun með rennilegum útlínum, góðri veghæð og fallegu innanrými gerir hann bæði ómótstæðilega sportlegan og frábæran fjölskyldubíl. Komdu og skoðaðu Arkana!

RENAULT ARKANA

E-Tech, Hybrid

Bensín, rafmagn, sjálfskiptur

Verð frá: **5.690.000 kr.**

5 ÁRA ÁBYRGÐ

www.renault.is

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

Enn einn jepplingur frá Toyota

Nýr Toyota Aygo X verður kynntur í nóvember og mun taka við af Aygo-smábílnum. Bíllinn stækkar og fær meiri tæknibúnað þegar hann kemur á markað á næsta ári.

njall@frettabladid.is

Aygo verður næsti bíll til að fá jepplingsnafnbótina hjá Toyota, en Toyota tilkynnti í vikunni að hann fengi nafnið Aygo X. X-ið er tilvitnun í Cross-nafnið hjá stóra bróður hans Yaris Cross. Ætlunin er að þessi nýi bíll leysi Aygo af hólmi og verði ódýrasti bíll merkisins, en Toyota áætlar að kynna bílinn strax í næsta mánuði.

Óhætt er að segja að þetta sé djarft framtak hjá Toyota því að fáir framleiðendur hafa komið fram með jepplingsútgáfur í flokki minnstu smábílanna. Það er helst litlum framleiðendum eins og Daihatsu og Suzuki sem gengið hefur vel með hinn fjórhjóladrifna Ignis.

Aygo X verður byggður á sama GA-B undirvagni og Yaris Cross og fær því líklega þriggja strokka vél. Líklega verður hann ekki búinn tvinnbúnaði til að halda verði niðri en hugsanlega verða dýrari gerðir hans þannig búnar. Aygo X er örlítið stærri en núverandi Aygo, eða 3.700 mm að lengd og 1.500 mm á hæð. Hjólhaf eykst líka um 90 mm til að búa til meira rými aftur í bílnum.

Nýi bíllinn verður smíðaður í verksmiðju Toyota í Kolin í Tékklandi sem hingað til hefur smíðað Aygo, Peugeot 108 og Citroen C1.

Þar sem bíllinn fær nýjan undirvagn mun tæknibúnaður hans breytast mikið frá Aygo-smábílnum. Hann getur jafnvel fengið sama 9 tommu snertiskjá og í nýjum Yaris Cross. Nýi bíllinn verður smíðaður í verksmiðju Toyota í Kolin í Tékklandi sem hingað til hefur smíðað Aygo ásamt systurbílum hans Peugeot 108 og Citroen C1. Þeir verða þó ekki með lengur þar sem Toyota hefur tekið verksmiðjuna í sínar hendur. Búast má við bílnum á markað næsta vor í fyrsta lagi. ■

Aygo X prologue er tilraunaútgáfa frá Toyota sem kynnt var nýlega og gefur innsýn í hvernig hinn nýi bíll gæti litið út.

Stórar hjólskálar og 19 tommu felgur munu líklega minnka nokkuð með framleiðsluútgáfunni.

SOLIHULL NÁMSKEIÐ Í BOÐI

Solihull nálgunin byggir á heildrænni aðferðarfræði fyrir foreldra og fagaðila þar sem markmiðið er að auka skilning á tilfinningalegri og andlegri heilsu barna. Námskeiðin nýtast öllum þeim sem koma að uppeldi og umönnun barna.

TVEGGJA DAGA GRUNNNÁMSKEIÐ, VAL UM TVÆR DAGSETNINGAR:
a) 12. okt. og 2. nóv., kl. 9-16
b) 16. og 30. nóv., kl. 9-16
Hámark 12 þátttakendur í hvort skipti.
Leiðbeinendur:
Elísabet Sigfúsdóttir, félagsráðgjafi og fjölskyldufræðingur og **Gunnlaug Thorlacius** félagsráðgjafi

AÐ SKILJA ÁFÖLL
1. nóvember, kl. 9-16
Leiðbeinandi:
Anna María Jónsdóttir
geðlæknir

HEILAÞROSKI
29. nóvember, kl. 9-13
Leiðbeinandi:
Anna María Jónsdóttir
geðlæknir

TENGSLAMYNDUN
15. nóvember, kl. 9-16
Leiðbeinandi:
Anna María Jónsdóttir
geðlæknir

Námskeiðsgjald
Tveggja daga grunnnámskeið: 59.000 kr.
Önnur námskeið: 29.000 kr.

Tryggðu þér sæti í tíma!
Skráning á www.gedvernd.is
eða með netpósti á gedvernd@gedvernd.is

GEÐVERND
GEÐVERNDARFÉLAG ÍSLANDS

TRYGGÐU ÞÉR JEEP Á LÆGRA VERÐI

480.000 KR. VSK verð-hækkun um áramótin*

ALVÖRU JEPPI. ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF.

5 ÁRA ÁBYRGÐ | 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á DRIFRAFHLÖÐUNNI | PLUG-IN HYBRID

4xe
JEEP WRANGLER RUBICON
VERÐ FRÁ 9.899.000 KR.**

4xe
JEEP COMPASS
VERÐ FRÁ 6.699.000 KR.*

4xe
JEEP RENEGADE
VERÐ FRÁ 5.750.000 KR.*

Nú er tilvalið að tryggja sér alvöru jeppa með alvöru fjórhjóladrifi í forsölu.
Áætlað er að bílarnir verði tilbúnir til afhendingar í desember.

***Verð á Compass og Renegade hækkar um 480.000 KR. um áramótin, vegna VSK hækkana.**
****Bjóðum upp á 35”-40” breytingapakka fyrir Wrangler.**

ISBAND

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

Jeep

Sá er leitar mun finna

BÆKUR

Ljósgildran
Guðni Elísson
Lesstofan
Síðufjöldi: 800

Kristján Jóhann Jónsson

> Þetta er hugmyndarík skáldsaga og í henni bíður margt gott eftir lesendum sem hugsa, leita og uppgötva.

Fjórar persónur eru frekastar á rýmið á þessum átta hundruð blaðsíðum. Annars vegar eru skáldin Jakob, sem jafnframt er höfundur ljóðabókarinnar Ljósgildrunnar, og Hermann, sem hefur tekið sér höfundarnafnið H.M.S Hermann, því hann er til þess búinn að skjóta tundurskeytum á hvað sem er. Hins vegar eru valdamennirnir, forsetinn og forsætisráðherrann, sem heitir Ólafur Helgi Haraldsson. Nafnið vísar bæði til þekkts forseta og konunglegs sjálfsskilnings forsætisráðherrans. Skáldið Jakob er sniðið eftir goðsögninni um Orfeus og Evridísi, og þar með draumnum um að endurheimta lífið.

Valdsmennirnir eru með þeim ósköpum gerðir að þeir vilja alltaf meira. Það er reyndar ekki sérstakt í þessari sögu því allir leita einhvers og öll hugarró er víðs fjarri. Mikið er fjallað um hégómaskap og sjálfshyggju, græðgi, svik og hagsmuni, kynjaátök og fullan fjandskap kynjanna á köflum, sambandsleysi ungra og aldinna og ýmislegt fleira sem ekki er til fyrirmyndar. Að þessu leyti gengur skáldsagan í takti við samtímann. Þetta eru vinsælustu umræðuefni fjölmiðla og samfélagsmiðla sem jafnframt eru heimild um samvitund tímans. Ég minni til staðfestingar á nýlegar fréttir af því hvernig stórmiðillinn „facebook“ hefur ýtt undir efni af þessu tagi til þess að auka sínar vinsældir.

Í Ljósgildrunni ákveða valdsmennirnir að gera skáldin að hirðskáldum, sér til framdráttar. Það er flókin aðgerð að kaupa skáld og verður ekki rakið hér hvernig það gengur. Hins vegar má minna á að milli lífs og dauða er einungis þunnt skæni, rétt eins og milli skáldskapar og veruleika. Mörg vitur skáld hafa einnig bent á þunna og brothætta skurn milli andlegs heilbrigðis og veikleika. Höfundur Ljósgildrunnar hefur sterkan og skýran skilning á hverfulleika mannlegs lífs og vitundar. Frásögn hans er að grunni raunsæisleg en inn í hana koma samt bæði furðuverur og bókmenntapersónur sem stíga fyrirhafnarlaust yfir skilveggi tíma og rúms, skáldskapar og veruleika. Það er mikil íþróttamennska sem þarf til þess að tengja frásagnir og tilvísanir í þessari bók.

Eins og áður var nefnt er bókin 800 bls. og því skiljanlegt að ekki verður grein gerð fyrir öllu hér í þessu spjalli enda ekki ástæða til. Að mínu mati hefði bókin ekki þurft að verða svona löng en það er ekki mikilvægt. Þetta er hugmyndarík skáldsaga og í henni bíður margt gott eftir lesendum sem hugsa, leita og uppgötva. Aukapersónur eru nokkuð margar og ég minnist hér aðeins á tvær sem örugglega ýta undir tilhneiginguna til að lesa söguna sem lykilskáldsögu. Ég hef reyndar alltaf verið andsnúinn slíkum lestri. Það á ekki að „afskálda“ sögur aftur inn í ímyndaðan veruleika. Ég nefni samt aukapersónuna Gunnar-rauða, sem er ógnandi og virðist „langa að höggva höfuðin, af heiðursmönnunum öllum“ eins og segir í gamalli vísu. Hann fær engu áorkað. Píratinn Mogens Bogesen nær meiri árangri! Þó að hann sé ef til vill strengjabrúða líka. ■

NIÐURSTAÐA: Áhugavert og skemmtilegt bókmenntaverk sem hefði mátt vera styttra. Ef einhvers staðar eru að störfum leshringir sem eru meira en orðin tóm, þá er Ljósgildran tilvalið viðfangsefni.

Hér er það listin sem er tjáningarmiðillinn, alveg eins og í lífi listamannsins.

Litadýrð lífsins

LEIKHÚS

Kjarval
Stefán Hallur Stefánsson
Borgarleikhúsið, Litla sviðið
Leikstjóri: Stefán Hallur Stefánsson
Leikarar: Haraldur Ari Stefánsson og Þuríður Blær Jóhannsdóttir
Leikmynd og búningar: Guðný Hrund Sigurðardóttir
Tónlist: Úlfur Eldjárn
Lýsing og myndbönd: Pálmi Jónsson
Hljóð: Þorbjörn Steingrímsson
Leikgervi: Elín S. Gísladóttir
Sviðshreyfingar: Kata Ingva

Sigríður Jónsdóttir

Jóhannes Sveinsson Kjarval gaf Íslendingum ekki einungis nýja sýn á íslenskt landslag heldur einnig á lífið. Fegurðina má finna alls staðar og oft á óvæntum stöðum, líka innra með okkur. Myndmál hans er örugglega orðið greypt í genamengi þjóðarinnar, því er svo sannarlega við hæfi að setja upp leiksýningu um líf þessa merka manns, en Kjarval var frumsýnt á Litla sviði Borgarleikhússins laugardaginn 25. september.

Stefán Hallur Stefánsson leikstýrir og semur handritið en leikritið er að hluta til byggt á bók Margrétar Tryggvadóttur, Kjarval: Málarinn sem fór sínar eigin leiðir. Stiklað er á mjög stóru á æviskeiði Kjarvals, hér er það listin sem er tjáningarmiðillinn, alveg eins og í lífi listamannsins. Áhorfendur eru leiddir um heim skynjunar frekar en staðreynda, heim sem er smíðaður með fjölbreyttum efniviði en hornsteinarnir eru myndlist og lífsviðhorf Kjarvals. Þetta gerir Stefán Hallur virkilega vel í einni áhugaverðustu barnasýningu síðustu leikára.

Listin er þriðja persónan

Sýningin hefst með litasprengju áður en að leikararnir svo mikið sem stíga á svið. Guðný Hrund Sigurðardóttir er svo sannarlega einn eftirtektarverðasti leikmyndahönnuður landsins. Áhorfendur hreinlega hrynja inn í hugarheim og list Kjarvals þegar gengið er inn í Litla salinn. Sætin eru umkringd eftirprentunum af málverkum meistarans og strigarnir stöðugt tengdir inn í framvindu sýningarinnar. Listin, einnig endurspegluð í leikmunum og búningum, er nefnilega þriðja persóna sýningarinnar. Lýsing og myndbandsvinna Pálma Jónssonar spilar einnig veigamikið hlutverk, þar sem áherslan er lögð á að lyfta listinni upp og endurskapa, enda spilar ljósið veigamikið hlutverk í verkum Kjarvals.

Haraldur Ari Stefánsson og Þuríður Blær Jóhannesdóttir hafa áður haldið uppi leiksýningu sem leikaratvíeyki, en það var leiksýningin Tvískinnungur eftir Jón Magnús Arnarsson, á sama sviði fyrir þremur árum. Bæði hafa þau mikla útgeislun og sterka sviðsverund sem skilar sér í eftirminnilegri frammistöðu sem er keyrð áfram af leikgleði. Þau ná fallegri tengingu við áhorfendur, textavinnan er framúrskarandi og leikurinn léttur. Frábær

> Áhorfendur hreinlega hrynja inn í hugarheim og list Kjarvals þegar gengið er inn í Litla salinn.

þrenna í sýningu ætluð yngstu kynslóðunum, en nálgun þeirra opnar á tengingu við alla aldurshópa.

Tónlist Úlfs Eldjárn, hljóðvinnsla Þorbjörns Steingrímssonar og sviðshreyfingar Kötu Ingva eru síðan eins og síðustu pensildrættirnir í stórbrotnu málverki: Þau dýpka verkið án þess að vera yfirþyrmandi, líkt og þau hefðu alltaf verið á striganum.

Ævisögulegar sýningar hafa verið áberandi síðastliðin misseri með misjöfnum árangri, en Kjarval, með Haraldi Ara og Þuríði Blævi í fararbroddi, sýnir hvernig hægt er að nálgast þessa tegund leiksýninga með eftirminnilegum hætti. Kjarval á eftir að þjappast örlítið saman og styrkjast en svo sannarlega er hægt að mæla með sýningunni fyrir listunnendur á öllum aldri. ■

NIÐURSTAÐA: Kjarval er yfirfull af töfrum og litadýrð, eins og íslensk náttúra.

Perlur í íslenskri myndlist

kolbrunb@frettabladid.is

Uppboð Gallerís Foldar, Perlur í íslenskri myndlist, stendur yfir og lýkur 18. október og eru verkin til sýnis á opnunartíma gallerísins fram að því.

Þrjú góð verk eftir Karl Kvaran verða boðin upp, þar af eitt stórt olíuverk. Þá er eftirtektarvert geometríuverk unnið í olíu eftir Kjartan Guðjónsson á uppboðinu, sem og annað abstrakt á pappír, sem og olíuverkið Streymi. Þá má nefna verk eftir Svavar Guðnason, Þorvald Skúlason, Braga Ásgeirsson og Nínu Tryggvadóttur.

Þá verða boðin upp óvenjuleg verk eftir Kjarval, meðal annars eitt af þekktustu olíuverkum hans, Kálfshamarsvík.

Af verkum annarra af eldri kynslóð listamanna má nefna verk eftir Jóhann Briem, Jón Stefánsson og Gunnlaug Scheving.

Kálfhamarsvík eftir Kjarval.

Pappírsverk eftir Rósku er á uppboðinu og þar eru einnig verk eftir Birgi Andrésson og stórt verk eftir Georg Guðna. Óvenjumörg verk eftir Karólínu Lárusdóttur verða boðin upp, bæði vatnslitaverk og olíumálverk ■

ILVA

Afmæli

SPARAÐU

25%

AF ÖLLUM VÖRUM

29.SEPT. - 11. OKT.

BROSTE MATARSTELL
DISKUR 31CM
3.995 kr. **NÚ 2.996 kr.**
DISKUR 26CM
1.895 kr. **NÚ 1.421 kr.**
SKÁL MEÐ LOKI
2.995 kr. **NÚ 2.246 kr.**

SEAFORD GLERSKÁPUR H150CM
59.900 kr.
NÚ 44.925 kr.

RICHMOND BORÐSTOFUBORÐ Ø120CM 89.900 kr. **NÚ 67.425 kr.**

TRUE BEKKUR L160CM
64.900 kr. **NÚ 48.675 kr.**

ALLY HÆGINDASTÓLL
44.900 kr.
NÚ 33.675 kr.

BRAY BORÐSTOFUSTÓLL
19.900 kr. **NÚ 14.925 kr.**

BARNES STÓLL
12.900 kr.
NÚ 9.675 kr.

VEFVERSLUN - WWW.ILVA.IS - ALLTAF OPIN

FAST SENDINGARGJALD MEÐ PÓSTINUM HVERT Á LAND SEM ER!

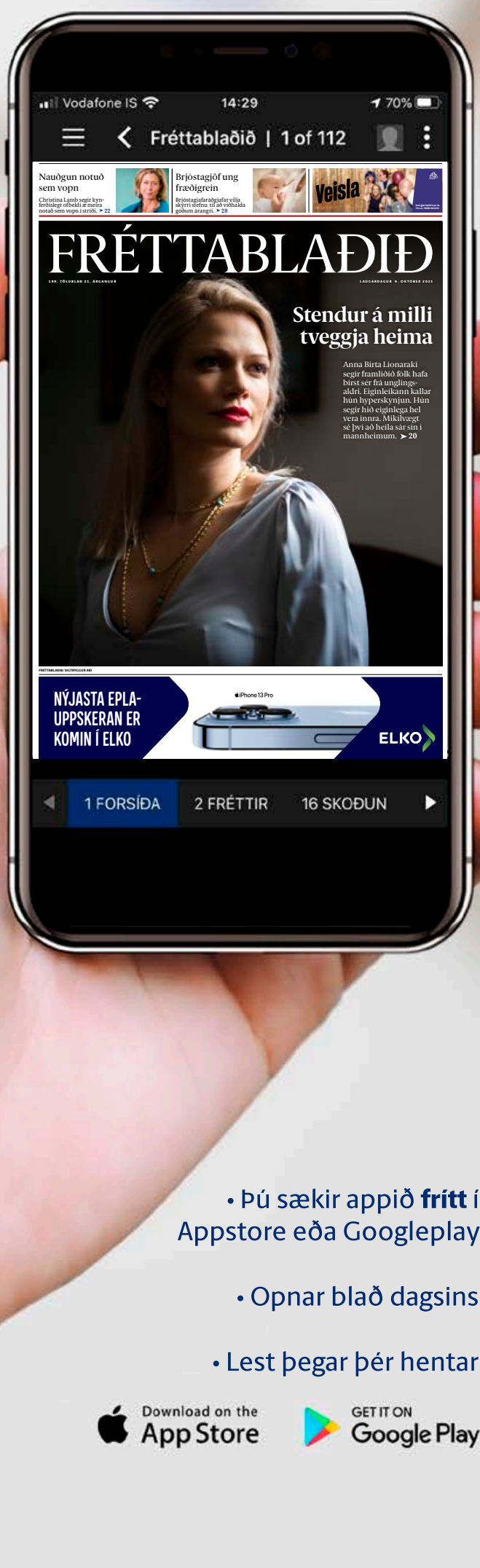
ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
mánudaga - föstudaga 11:00-18:30, helgar 12-18

ILVA Akureyri Mánudaga - föstudaga 11-18, laugardaga 10-17, sunnudaga 13-17

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND

BYRJAÐU DAGINN MEÐ
FRÉTTABLAÐINU

Lestu Fréttablað dagsins
í snjalltækinu þínu,
hvar og hvenær sem er!



• Þú sækir appið **frítt** í Appstore eða Googleplay.

• Opnar blað dagsins.

• Lest þegar þér hentar!

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

Laugardagur

Hringbraut

18.30 Sir Arnar Gauti 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 Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
20.00 Kvennaklefinn Heimsborgaralegur, hreinskilinn, fjörugur, óvenjulegur og ótrúlega skemmtilegur þáttur fyrir konur, um konur.

RÚV Sjónvarp

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Sögur snjómannsins
07.24 Tulipop
07.27 Poppý kisukló
07.38 Lundaklettur
07.45 Rán - Rún
07.50 Kalli og Lóa
08.01 Millý spyr
08.08 Kátur
08.20 Eðlukrúttin
08.31 Sjóræningjarnir í næsta húsi
08.42 Hið mikla Bé
09.04 Kata og Mummi
09.15 Lautarferð með kōku
09.21 Stundin okkar
09.45 Ævar vísindamaður
10.10 List í borg – Lissabon
11.00 Vikan með Gísla Marteini
11.50 Taka tvö
12.45 Attenborough: Undur eggjanna
13.40 Heilabrot
14.10 Kiljan
14.50 Lífi Frakkland
16.15 Nú verður aftur hlýtt og bjart um bæinn
16.50 Bara ef ég hefði aldrei byrjað
17.20 Veröld Ginu
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Ósagða sagan
18.30 Lars uppvakningur
18.45 Bækur og staðir
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Snækóngulóin Bresk, leikin þáttaröð fyrir alla fjölskylduna um drenginn Gwyn sem öðlast töframátt á níu ára afmælisdaginn sinn. Hann ákveður að nota þessa nýju hæfileika til að reyna að finna systur sína sem hvarf sporlaust nokkrum árum áður. Aðalhlutverk: Fflyn Edwards, Mali Jenkins og Dion Mason Jones.
20.20 Draumaliðið Fjölskyldumynd um börn sem eru staðráðin í því að láta draum sinn verða að veruleika, um að vera við opnun Heimsmeistarmótsins í fótbolta í Suður-Afríku. Þau halda af stað í langt ferðalag, lenda í ævintýrum og kynnast ýmsu misjöfnu á leiðinni.
22.00 Sem á himnum
00.15 Vera – Náttúruval
01.45 Dagskrárlok

Stöð 2 Golf

09.25 PGA Special: FedEx Cares Charity Challenge
11.30 European Tour 2021
16.00 LPGA Tour 2021
19.00 Golfarinn 1
19.35 2021 Legends Tour- Highlights
20.20 Golfarinn 1
21.00 PGA Tour 2021

Sjónvarp Símans

06.00 Tónlist
11.00 Dr. Phil
11.39 Dr. Phil
12.20 The Block
13.11 Man with a Plan
13.32 Will and Grace
13.53 Speechless
14.14 Carol's Second Act
14.35 Magic in the Moonlight
17.25 The King of Queens
17.50 Everybody Loves Raymond
18.15 Zoey's Extraordinary Playlist
19.00 The Block
20.00 Jersey Girl Rómantísk gamanmynd frá 2004. Lífið lék við Ollie Trinke. Hann var í góðu starfi, nýgiftur og átti von á barni. En þegar eiginkonan fellur frá stendur hann einn uppi með unga dóttur og líf hans fer úr böndunum. Það er ekki fyrr en nokkrum árum síðar sem honum tekst að finna ástina og lífshamingjuna á ný með aðstoð dóttur sinnar.
21.40 Criminal Spennumynd frá 2016. Til að freista þess að koma í veg fyrir yfirvofandi hryðjuverk ákveður CIA að koma minningum látins leyniþjónustumanns fyrir í kolli glæpamannsins Jerichos Stewart í þeirri von að hann geti ljóstrað því upp sem hinn látni vissi um hina aðsteðjandi ógn.
23.20 A Single Shot
01.15 The Vow
02.55 Hounds of Love
04.40 Tónlist

RÚV Rás eitt

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Vinill vikunnar
Umsjón: Guðni Tómasson.
08.00 Morgunfréttir
08.05 Ég á lítinn skrítinn skugga
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Kventónskáld í karlaveldi
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.45 Heimskviður
13.25 Kynstrin öll
14.05 Útvarpsleikhúsið: Með tík á heiði
14.40 Neðanmáls
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Börn tímans
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar
20.50 Hraði
21.15 Bók vikunnar
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Litla flugan
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir

Stöð 2 Bíó

10.20 Mystery 101
11.45 Something's Gotta Give
13.50 Pitch Perfect
15.40 Something's Gotta Give
17.45 Mystery 101
19.10 Pitch Perfect
21.00 Abigail
22.45 Knives Out
00.50 Cold Pursuit
02.45 Abigail

Stöð 2

08.00 Laugardagssögur
08.01 Sögur af svöngum björnum
08.05 Ég er fiskur
08.10 Greinda Brenda
08.12 Örstutt ævintýri
08.14 Ég er kynlegt kvikyndi
08.17 Örstutt ævintýri
08.19 Börn sem bjarga heiminum
08.22 Vanda og geimveran
08.30 Neinei
08.39 Monsurnar
08.50 Ella Bella Bingó
08.55 Leikfélag Esóps
09.05 Spýtukarl
09.35 Tappi mús
09.40 Latibær
09.50 Víkingurinn Viggó
10.05 Angry Birds Stella
10.10 Angelo ræður
10.15 Mia og ég
10.40 K3
10.50 Denver síðasta risaeðlan
11.05 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.25 Angry Birds Stella
11.30 Hunter Street
11.55 Friends
12.15 Bold and the Beautiful
13.40 Bold and the Beautiful
14.00 Friends
14.25 Jamie's Easy Meals for Every Day
14.55 10 Years Younger in 10 Days
15.35 Framkoma
16.05 Framkoma
16.55 Gulli byggir
17.45 Wipeout
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.40 Sportpakkinn
18.55 Kviss
19.40 Hún á afmæli í dag Í tilefni af 35 ára afmæli Stöðvar 2 býður Stöð 2 upp á afmælisfögnuð í beinni útsendingu frá höfuðstöðvunum. Fjöldi gesta sem hafa komið við sögu Stöðvarinnar kíkja í heimsókn og rifjuð verða upp ógleymanleg augnablik úr sögu Stöðvar 2.
21.25 Back to the Future II
23.10 The Dead Don´t Die
00.55 The Clovehitch Killer
02.40 Godzilla
04.40 Friends
05.00 Friends

Stöð 2 Sport

07.00 Tindastóll - Valur
08.40 Tilþrifin 1. umferð
09.25 Körfuboltakvöld karla
10.25 Körfuboltakvöld kvenna
11.20 Seinni bylgjan kvenna 2. umferð
12.20 Fjölnir - Breiðablik
14.00 Haukar - Njarðvík
15.40 Tindastóll - Valur
17.20 Körfuboltakvöld karla
18.20 Seinni bylgjan 2. umferð
19.25 Haukar - Selfoss
20.50 ÍA - Keflavík
22.40 Vestri - Víkingur R.
00.30 Tindastóll - Valur

Stöð 2 Sport 2

06.55 Tyrkland - Noregur
08.35 Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar 2021/2022
09.00 Ítalía - Spánn
10.40 Tyrkland - Noregur
12.20 Markaþáttur HM 2022
12.50 Litháen - Búlgaría
14.50 Lokasóknin 3. þáttur
15.25 NFL Extra 21/22
15.50 Skotland - Ísrael
17.50 NFL Gameday 21/22
18.35 Andorra - England
20.45 Markaþáttur HM 2022
21.15 Litháen - Búlgaría
22.55 Lenovo Tenerife - Casademont Zaragoza
00.30 Skotland - Ísrael

Í OPINNI DAGSKRÁ

35 ÁRA

TAKK FYRIR AÐ VERA MEÐ OKKUR Í 35 ÁR

FRÁBÆR SKEMMTIÞÁTTUR FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

Í TILEFNI AF 35 ÁRA AFMÆLI STÖÐVAR 2 BJÓÐUM VIÐ UPP Á AFMÆLISFÖGNUÐ Í BEINNI ÚTSENDINGU FRÁ HÖFUÐSTÖÐVUNUM. FJÖLDI GESTA SEM HAFA KOMIÐ VIÐ SÖGU STÖÐVARINNAR KÍKJA Í HEIMSÓKN OG RIFJUÐ VERÐA UPP ÓGLEYMANLEG AUGNABLIK ÚR SÖGU STÖÐVAR 2. VEISLUSTJÓRAR VERÐA EDDA ANDRÉSDÓTTIR, KRISTJÁN MÁR UNNARSSON, ELÍSABET INGA SIGURÐARDÓTTIR, EVA LAUFEY KJARAN OG SINDRI SINDRASON.

Í KVÖLD 19:40

Sunnudagur

Hringbraut

18.30 **Mannamál** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
19.00 **Suðurnesja-magasín Víkurfrétta** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
19.30 **Markaðurinn** Viðskiptafréttir samtímans í umsjón blaðamanna Markaðarins.
20.00 **Saga og samfélag** Saga og samfélag er þáttur þar sem málefni líðandi stundar verða rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknum fræðimanna á margvíslegum sviðum.

RÚV Sjónvarp

07.15 **KrakkaRÚV**
07.16 **Rán - Rún**
07.21 **Kúlugúbbarnir**
07.44 **Poppý kisukló**
07.55 **Kátur**
08.07 **Stuðboltarnir**
08.18 **Konráð og Baldur**
08.31 **Hvolpasveitin – Hvolpar stöðva ofurslæmt vélmenni/ Hvolparnir og hvolfþakið**
08.54 **Skotti og Fló**
09.01 **Unnar og vinur**
09.24 **Múmínálfarnir**
09.46 **Eldhugar – Margaret Hamilton - ógnvekjandi leikkona**
09.50 **Sammi brunavörður**
10.00 **Sjö heimar, einn hnöttur – Afríka**
10.50 **Sætt og gott**
11.00 **Silfrið**
12.10 **Martina hefur séð allar myndirnar mínar**
13.10 **Við eigum land**
13.45 **Noregsævintýri Húna**
14.30 **Tónatal**
15.30 **EM stofan**
15.50 **Undankeppni EM kvenna í handbolta**
17.30 **EM stofan**
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **KrakkaRÚV**
18.01 **Stundin okkar**
18.30 **Menningin - samantekt**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.35 **Veður**
19.45 **Landinn**
20.15 **Alla baddarí Fransí biskví**
21.20 **Snilligáfa Picassos**
22.10 **Personal Shopper**
23.50 **Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

09.25 **Herminator Invitational**
10.10 **Herminator Invitational**
11.00 **European Tour 2021**
15.30 **Golfarinn 2**
16.00 **LPGA Tour 2021**
19.00 **2021 PGA Tour Champions Learning Center**
19.20 **Champions Tour Highlights 2021**
20.15 **Golfarinn 1**
21.00 **PGA Tour 2021**

Sjónvarp Símans

06.00 **Tónlist**
10.30 **Dr. Phil**
11.15 **Dr. Phil**
12.00 **Dr. Phil**
12.45 **The Good Place**
13.10 **Happy Together**
13.35 **Top Chef**
14.30 **The Block**
15.25 **Bachelor in Paradise**
17.45 **The King of Queens**
18.05 **Everybody Loves Raymond**
18.30 **Missir** Áhrifamikil og vönduð íslensk þáttaröð. Sorg er viðbrögð við missi og ef við ætlum að elska verðum við að syrgja. Í þáttaröðinni hittum við fyrir fólk sem hefur gengið í gegnum sorg og missi. Lært að lifa með sorginni, unnið sig í gegnum áfallið og eignast gott og hamingjusamt líf.
19.05 **The Block**
20.10 **Best Home Cook**
21.10 **The Equalizer**
22.00 **Billions**
22.50 **The Handmaid's Tale**
23.35 **The Walking Dead**
00.20 **How to Get Away with Murder**
01.05 **The Rookie**
01.50 **Clarice**
02.35 **Snowfall**
03.20 **Tónlist**

RÚV Rás eitt

06.55 **Morgunbæn og orð dagsins**
07.00 **Fréttir**
07.03 **Hringsól**
08.00 **Morgunfréttir**
08.05 **Sankti María, sestu á stein**
09.00 **Fréttir**
09.03 **Svona er þetta**
10.00 **Fréttir**
10.05 **Veðurfregnir**
10.15 **Bók vikunnar**
11.00 **Guðsþjónusta í Ólafsfjarðarkirkju**
12.00 **Hádegisútvarp**
12.20 **Hádegisfréttir**
13.00 **Sögur af landi**
14.00 **Víðsjá**
15.00 **Lestin**
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Úr tónlistarlífinu: Ungsveit SÍ**
17.25 **Orð af orði**
18.00 **Kvöldfréttir**
18.10 **Kventónskáld í karlaveldi**
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Óskastundin**
19.40 **Ég á lítinn skrítinn skugga**
20.30 **Kynstrin öll**
21.20 **Nóvember '21**
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Þögnin rofin – Fanny Mendelssohn**
23.10 **Frjálsar hendur**

Stöð 2 Bíó

11.05 **Batman: Hush**
12.30 **Britt-Marie Was Here**
14.00 **Parenthood**
16.00 **Batman: Hush**
17.25 **Britt-Marie Was Here**
18.55 **Parenthood**
21.00 **A Beautiful Day in the Neighborhood**
22.45 **Plus One**
00.20 **Old Man and the Gun**
01.50 **A Beautiful Day in the Neighborhood**

Stöð 2

08.00 **Uppskriftir fyrir svanga birni**
08.02 **Laugardagsklúbburinn**
08.05 **Rita og krókódíll**
08.10 **Regnbogasögur**
08.13 **Ég er fiskur**
08.15 **Veira vertu blessuð**
08.16 **Örstutt ævintýri**
08.18 **Ást er ást**
08.20 **Hérinn og skjaldbakan**
08.22 **Litli Malabar**
08.25 **Blíða og Blær**
08.45 **Monsurnar**
09.00 **Tappi mús**
09.05 **Greppikló**
09.35 **Adda klóka**
09.55 **Angelo ræður**
10.05 **It's Pony**
10.25 **Keli**
10.35 **K3**
10.45 **Angry Birds Toons**
10.50 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
11.10 **Ævintýri Tinna**
11.35 **Friends**
12.00 **Top 20 Funniest**
12.35 **Nágrannar**
14.00 **Nágrannar**
14.30 **Skemmtiþáttur- 35 ára afmæli Stöðvar 2**
15.15 **Draumaheimilið**
15.45 **Patrekur Jamie: Æði**
16.05 **Kviss**
16.50 **Supernanny US**
17.40 **60 Minutes**
18.26 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.40 **Sportpakkinn**
18.50 **Ísland í dag**
19.05 **Gulli byggir**
19.45 **The Anti Vax Conspiracy**
20.55 **Dr. Death**
21.50 **Animal Kingdom**
22.35 **Moonshine**
23.20 **Delilah**
00.00 **The Third Day**
00.55 **Room 104**
02.05 **Friends**
02.30 **Top 20 Funniest**
03.10 **Draumaheimilið**
03.35 **Patrekur Jamie: Æði**
03.40 **Supernanny US**

Stöð 2 Sport

06.55 **Njarðvík - Þór Þ.**
08.35 **Stjarnan - ÍR**
10.15 **Tindastóll - Valur**
11.55 **Tilþrifin 1. umferð**
1.umferð - 7. október 2021
12.40 **Körfuboltakvöld karla**
13.40 **Körfuboltakvöld kvenna**
14.35 **Afturelding - Haukar**
15.55 **Breiðablik - Þróttur R.**
18.05 **Breiðablik - Grindavík**
20.05 **Keflavík - Haukar**
22.00 **Breiðablik - Grindavík**
23.40 **Selfoss - Afturelding**

Stöð 2 Sport 2

07.15 **Andorra - England**
08.55 **Litháen - Búlgaría**
10.35 **Markaþáttur HM 2022**
11.00 **Belgía - Frakkland**
12.50 **Ítalía - Belgía**
14.50 **Skotland - Ísrael**
16.30 **Andorra - England**
18.15 **Þjóðadeildin - Upphitun**
18.35 **Spánn - Frakkland**
20.45 **Þjóðadeildin - Uppgjör**
21.30 **Mörkin í undankeppni HM**
22.20 **Ítalía - Belgía**
00.00 **Valencia Basket - Real Madrid**

Mánudagur

Hringbraut

18.30 **Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 **Fjallaskálar Íslands** Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildaþáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.
19.30 **Heima er bezt** Heima er bezt er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits.
20.00 **Karlmennskan** Femínískt sjónarhorn á karlmennsku, karla og jafnrétti í feðraveldissamfélagi.

RÚV Sjónvarp

11.00 **Heimaleikfimi**
11.10 **Verksmiðjan**
11.35 **Fólkið í landinu**
12.00 **Spaugstofan 2009-2010**
12.25 **Grænir fingur 1989-1990**
12.40 **Stúdíó A**
13.10 **Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni**
13.35 **Innlit til arkitekta**
14.05 **Orðbragð**
14.35 **Unglingsskepnan**
15.05 **Veröld sem var II**
15.35 **Fyrir alla muni**
16.00 **Símamyndasmiðir**
16.30 **Silfrið**
17.35 **Táknmálsfréttir**
17.45 **Krakkafréttir**
17.50 **Lag dagsins**
18.00 **Fréttir**
18.10 **HM stofan** Upphitun fyrir leik Íslands og Liechtenstein í undankeppni HM karla í fótbolta.
18.35 **Undankeppni HM karla í fótbolta** Bein útsending frá leik Íslands og Liechtenstein í undankeppni HM karla í fótbolta.
20.30 **HM stofan**
21.05 **Greta Thunberg: Ár til að breyta heiminum**
22.00 **Tíufréttir**
22.20 **Veður**
22.25 **Björk Orkestral** Beinar útsendingar frá fernum tónleikum Bjarkar Guðmundsdóttur í Eldborg í Hörpu í samstarfi við Iceland Airwaves. Tónleikarnir hafa allir sína sérstöðu og ólíka dagskrá. Stjórn útsendingar: Helgi Jóhannesson.
23.30 **Á slóð fíkniefnagróðans**
00.00 **Dagskrárlok**

Stöð 2 Golf

09.50 **PGA Tour 2021**
12.50 **PGA Special: One Shot Away 2021**
13.10 **2021 PGA Tour Champions Learning Center**
13.30 **PGA Special: Must-See Moments**
14.15 **PGA Tour 2021**
17.15 **PGA Tour 2021**
20.15 **PGA Highlights 2021**
21.10 **PGA Tour 2021**

Sjónvarp Símans

06.00 **Tónlist**
12.30 **Dr. Phil**
13.15 **The Late Late Show with James Corden**
14.00 **The Block**
15.05 **A Million Little Things**
15.50 **The Neighborhood**
16.50 **The King of Queens**
17.10 **Everybody Loves Raymond**
17.35 **Dr. Phil**
18.20 **The Late Late Show with James Corden**
19.05 **The Block**
20.10 **Top Chef**
21.00 **The Rookie**
21.50 **Clarice** Spennandi þáttaröð sem byggð er á bókinni The Silence of the Lambs eftir Thomas Harris og fjallar um alríkislögreglukonuna Clarice Sterling.
22.35 **Snowfall**
23.20 **The Late Late Show with James Corden**
00.05 **How to Get Away with Murder**
00.50 **FBI: Most Wanted**
01.35 **The Stand**
02.20 **The Chi**
03.15 **Tónlist**

RÚV Rás eitt

06.45 **Morgunbæn og orð dagsins**
06.50 **Morgunvaktin**
07.00 **Fréttir**
07.30 **Fréttayfirlit**
08.00 **Morgunfréttir**
08.30 **Fréttayfirlit**
09.00 **Fréttir**
09.05 **Segðu mér**
09.45 **Morgunleikfimi**
10.00 **Fréttir**
10.03 **Veðurfregnir**
10.13 **Flugur**
11.00 **Fréttir**
11.03 **Mannlegi þátturinn**
12.00 **Fréttir**
12.03 **Hádegið**
12.20 **Hádegisfréttir**
12.42 **Hádegið**
13.00 **Dánarfregnir**
13.02 **Samfélagið**
14.00 **Fréttir**
14.03 **Hringsól**
15.00 **Fréttir**
15.03 **Orð um bækur**
16.00 **Síðdegisfréttir**
16.05 **Víðsjá**
17.00 **Fréttir**
17.03 **Lestin**
18.00 **Spegillinn**
18.30 **Krakkakiljan**
18.50 **Veðurfregnir**
18.53 **Dánarfregnir**
19.00 **Mannlegi þátturinn**
20.00 **Björk Orkestral**
21.05 **Þjóðsöguþættir í samantekt Þorsteins frá Hamri**
21.40 **Kvöldsagan: Í verum, fyrra bindi**
22.00 **Fréttir**
22.05 **Veðurfregnir**
22.10 **Samfélagið**
23.05 **Lestin**
00.00 **Fréttir**

Stöð 2 Bíó

11.20 **Call of the Wild**
13.00 **Johnny English**
14.25 **Mamma Mia**
16.10 **Call of the Wild**
17.45 **Johnny English**
19.10 **Mamma Mia**
21.00 **Ashes in the Snow**
22.35 **King of Thieves**
00.20 **Light of my Life**
02.15 **Ashes in the Snow**

Stöð 2

08.00 **Heimsókn**
08.10 **The Mentalist**
09.05 **Bold and the Beautiful**
09.25 **Grey's Anatomy**
10.05 **Landnemarnir**
10.40 **Grand Designs:**
11.30 **Love in the Wild**
12.15 **Last Man Standing**
12.35 **Nágrannar**
12.55 **Friends**
13.20 **The Goldbergs**
13.40 **Spegill spegill**
14.05 **Einfalt með Evu**
14.25 **First Dates**
15.10 **Hell's Kitchen**
15.55 **The Dog House**
17.35 **Bold and the Beautiful**
18.00 **Nágrannar**
18.26 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.50 **Sportpakkinn**
18.55 **Ísland í dag**
19.10 **Draumaheimilið**
19.35 **Jamie's Easy Meals for Every Day**
20.05 **Home Economics**
20.25 **Moonshine** Drama- og gamanþáttur sem fjallar um afbrigðilegu Finley-Cullens fjölskylduna. Hálfsystkyni sem berjast um yfirráð yfir fjölskyldufyrirtækinu, The Moonshine, sem er tveggja stjörnu sumardvalarstaður á góðum degi ... sá dagur var 1979.
21.10 **Wentworth**
22.05 **Delilah**
22.50 **60 Minutes**
23.35 **The Murders**
00.20 **Hamilton**
01.05 **Legends of Tomorrow**
01.45 **Sticks & Stones**
02.35 **The Mentalist**
03.15 **Grey's Anatomy**
03.55 **Love in the Wild**
04.40 **Friends**

Stöð 2 Sport

07.05 **Breiðablik - Grindavík**
08.45 **Keflavík - Haukar**
10.25 **Meistarakeppni kvenna: Valur - Haukar**
11.55 **Seinni bylgjan 2. umferð**
12.55 **Breiðablik - Grindavík**
14.35 **Keflavík - Haukar**
16.20 **Selfoss - Afturelding**
17.50 **Grótta - Fram**
19.25 **Haukar - Stjarnan**
21.10 **Seinni bylgjan 3. umferð**
22.25 **Grótta - Fram**
23.50 **Haukar - Stjarnan**

Stöð 2 Sport 2

07.00 **Úrslitaleikur**
08.45 **Þjóðadeildin - Uppgjör**
09.25 **Leikur um 3. sæti**
11.05 **Þjóðadeildin - Uppgjör**
11.45 **Kristianstad - Eskilstuna**
13.40 **Cincinnati Bengals - Green Bay Packers**
16.10 **Úrslitaleikur**
17.50 **Þjóðadeildarmörkin 2020/2021**
18.35 **Norður-Makedónía - Þýskaland**
20.45 **Markaþáttur HM 2022**
21.35 **Þjóðadeildarmörkin 2020/2021**
21.55 **Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar 2021/2022**
22.20 **Arizona Cardinals - San Francisco 49ers**

Við kynnum nýja

Línu af úrum

ESTD 2021

GILBERT

VINTAGE WATCH COLLECTION

JÖRUNDUR

GILBERT ÚRSMIÐUR
FAGMAÐUR Í YFIR 50 ÁR

JS WATCH CO. REYKJAVIK KYNNIR MEÐ STOLTI NÝJA LÍNU AF ÚRUM GILBERT VINTAGE WATCH COLLECTION. ÚRIN KOMA Í 38,5 MM STÁLKASSA MEÐ ÞREMUR MISMUNANDI SKÍFUM OG VÍSUM OG ERU FÁANLEG MEÐ ÚRVALI AF BRÚNUM EÐA SVÖRTUM LEÐURÓLUM EN EINNIG ER HÆGT AÐ FÁ STÁLKEÐJU Á ÚRIN.

ÚRVALIÐ AF JS ÚRUM HEFUR ALDREI VERIÐ MEIRA OG ÆTTU FLESTIR AÐ GETA FUNDIÐ ÍSLENSKT ÚR VIÐ SITT HÆFI EN ÚRVALIÐ MÁ SKOÐA Á VEFSÍÐU WWW.GILBERT.IS EÐA WWW.JSWATCH.COM.

JS Watch co.
REYKJAVIK
WWW.JSWATCH.COM

GILBERT
ÚRSMIÐUR
Laugavegi 62 - sími: 551-4100
www.gilbert.is

Hvar ertu?

Er í fríi.

Víðir Reynisson, yfirlögregluþjónn almannavarna, hefur lítið sést undanfarið eftir mánaðalanga, nánast stöðuga viðveru.

Fréttir af fólki

Arnaldi tryggður pappír

thorarinn@frettabladid.is

Pappírsskortur og tregða í skipaflutningum milli landa gæti mögulega truflað straum jólabókaflóðsins.

Bjarni Harðarson, hjá bókaútgáfunni Sæmundi, sagði þannig í Fréttablaðinu að hann þyrfti að fresta útgáfu tíu jólabóka vegna pappírsskorts.

„Maður sér að jólabókaflóðið, það verður seinna á ferðinni heldur en venjulega."

Aðdáendur Arnaldar Indriðasonar hafa þó ekkert að óttast og nýjasta glæpasaga hans kemur, venju samkvæmt, stundvíslega út mánudaginn 1. nóvember. „Fagfólkið á Forlaginu var löngu búið að sjá þetta fyrir og tryggja að ekkert kæmi í veg fyrir glæstasta jólabókaflóð útgáfunnar frá upphafi," segir Egill Örn Jóhannsson, forstjóri Forlagsins. „Og að sjálfsögðu verður því Arnaldur með brakandi ferska bók þann 1. nóvember!" ■

Guðni stjórnar Jóker dóttur sinnar

Sinfónía Norðurlands flytur margverðlaunaða tónlist Hildar Guðnadóttur við Joker á kvikmyndatónleikum undir stjórn Guðna Franzsonar, sem mun óhjákvæmilega finna föðurhjartað slá aðeins örar þegar hann beinir sprotanum að snilldarverki dóttur sinnar í Hörpu annað kvöld.

toti@frettabladid.is

Guðni sveiflar sprotanum yfir snilld Hildar annað kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Kvikmyndinni Joker verður varpað á risastórt tjald í Eldborgarsal Hörpu við undirleik sinfóníuhljómsveitarinnar SinfoniaNord á kvikmyndatónleikum, þar sem margverðlaunuð tónlist Hildar Guðnadóttur fær að njóta sín til hins ítrasta undir stjórn föður hennar, Guðna Franzsonar, klarínettuleikara með meiru.

„Já, já. Það gerir það," segir Guðni, um að vissulega kitli það föðurhjartað að fá slíkt tækifæri til þess að koma að flutningi á Óskarsverðlaunatónlist dóttur sinnar. „Ég er mjög þakklátur þeim fyrir norðan fyrir að draga mig út í þetta, enda er þetta mjög skemmtilegt," segir Guðni og bætir við að ánægjan sé ekki síst fólgin í því að með lifandi flutningi geti tónlistin öðlast sjálfstætt líf utan bíótjaldsins.

„Það er eins og músíkin lifni svolítið við og vonandi gerist eitthvað í þá veru núna," segir Guðni og bendir á að þótt það sé alls ekki algilt sé stundum eins og tónlistin sé dálítið falin bak við kvikmyndina sjálfa. Renni eiginlega inn í hana, en með lifandi flutningi „kemur svolítið skemmtilegur fókus og þetta fer að virka svona eins og heildstætt tónverk."

Tilfinningaþrungin vegferð

Tónlist Hildar er í raun hryggjarstykkið í aðalpersónunni Arthur Fleck og tilfinningaþrunginni vegferð hans, sem nær hámarki þegar hann umturnast í Jókerinn.

Guðni bendir á að það sé ekki síst gaman að kvikmyndatónleikunum vegna þess að segja megi að Hildur vinni með svolítið takmarkað efni til þess að skapa þann sterka karakter sem Jókerinn er í myndinni. „Allt í einu stækkar þetta nauma efni og verður að heilu tónverki."

Lifandi tónlistin framkallar þannig alveg nýja upplifun á Jókernum, sem verður til við magnaðan samruna leikarans Joaquin Phoenix og tónlistar Hildar en bæði hlutu, eins og löngu frægt er orðið, Óskarsverðlaun fyrir framlög sín til myndarinnar.

Guðni lét sig ekki muna um að lita grátt hárið grænt. MYND/AÐSEND

> Ég er mjög þakklátur þeim fyrir norðan fyrir að draga mig út í þetta enda er þetta mjög skemmtilegt.
>
> Guðni

Röntgenmynd af Phoenix

„Mér finnst svolítið gaman að þessu vegna þess að þetta er svo nálægt Joaquin Phoenix og hans Jóker í þessu, þannig að það er eins og það komi einhvers konar nærmynd af honum. Það er svolítið spes.

Músíkin tengist honum og persónu Jókersins svo sterkt, sko. Þannig að það er eins og maður horfi inn í hann og dálítið gaman að þetta er eins og röntgenlýsing á Joaquin Phoenix. Svolítið eins og maður sjái bara alveg beinagrindina í honum."

> Þetta var svo fallegt ferðalag og það gleður mig mjög að áhorfendur fái nú að njóta þess á sama hátt.

Hildur Guðnadóttir

Hildur segist sjálf hæstánægð með að fá að sjá og heyra Joker á kvikmyndasýningu með lifandi sinfóníuhljómsveit. „Hljómsveitin kom með svo mikla dýpt og næmni í flutningi sínum þegar við hljóðrituðum tónlistina. Við bókstaflega héldum niðri í okkur andanum meðan á upptökum stóð. Þetta var svo fallegt ferðalag og það gleður mig mjög að áhorfendur fái nú að njóta þess á sama hátt."

Sjokkerandi mynd

Þegar talið berst að myndinni sjálfri segir Guðni að „skemmtileg" sé kannski ekki rétta orðið. „En mér finnst þetta rosalega áhrifarík mynd. Ég tek hana bara sem svona ákveðna sögn í nútímanum og um ástandið í samfélaginu."

Guðni vísar til grimmra örlaga Arthurs sem er ótryggður og hefur ekki efni á heilbrigðisþjónustu. „Ég sé þetta náttúrlega svolítið með þeim gleraugum og eitt morð til eða frá hættir að skipta máli í samhenginu. Þannig að ég sé þetta svolítið sem Bandaríki nútímans, eða bara veröldina í dag.

Joaquin Phoenix. MYND/WARNER BROS.

Mér finnst þetta snúast miklu meira í kringum það. Þetta er ofsalega sterkt og maður varð svolítið sjokkeraður að sjá hana fyrst, en síðan er ég búinn að sjá hana nokkrum sinnum og þá eru það taugarnar og tilfinningarnar sem tengjast þessu sem fara alltaf að koma sterkar og sterkar inn. Þetta er ein af þeim myndum sem verða alltaf magnaðri og magnaðri eftir því sem maður horfir á þær oftar."

Grænt ofan á grátt

Guðni var fenginn til þess að bregða sér í gervi Jókersins til þess að vekja athygli á tónleikunum. „Þeim datt þetta snjallræði í hug. Að dressa mig svona upp og ég er náttúrlega algjörlega ókomplexaður og gersamlega laus við einhverja mótaða sýn á hvernig ég eigi að líta út og svoleiðis," segir Guðni og hlær dátt, áður en hann bætir við að hann hafi sagst vera til í þetta ef talið væri að uppátækið yrði til þess að draga fólk að.

Hann segist þó alls ekki ætla að stjórna sinfóníuhljómsveitinni sem Jókerinn. „Nei! Ég ætla ekkert að stela senunni frá Joaquin Phoenix. Hann á sjóið þarna. Ég verð bara svartur og sykurlaus og fer í skuggann.

Þeim fannst góð kynning að dressa kallinn upp í þetta en ég ætla ekkert að vera að trana mér. Ég held að það hafi verið vitleysa en það er kannski smá svipur með okkur," heldur Guðni áfram og bendir á einn augljósan kost.

„Þegar maður er orðinn svona grár og litlaus þá getur maður tekið hvaða lit sem er. Grænt eða blátt eða fjólublátt eða hvernig sem er. Það er alveg sama hvernig lit þú setur í svona grátt hár. Það er góður grunnur og verður allt í lagi," segir Guðni Franzson, sem mun stjórna Sinfóníu Norðurlands með grátt hár í Hörpu á sunnudagskvöld á tónleikunum sem hefjast klukkan 19.30. ■

BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

Hlýnun jarðar og viðbótargreiðslur

Frétt vikunnar

Ingileif Friðriksdóttir

svavamarin@frettabladid.is

Fjölmiðla- og baráttukonan Ingileif Friðriksdóttir nefnir jákvæð tíðindi frá Arion banka sem eina af fréttum vikunnar, en bankinn ætlar að jafna hlut kynjanna með því að tryggja starfsfólki sínu 80 prósent af launum í fæðingarorlofi í sex mánuði og greiða starfsfólki í fæðingarorlofi sérstakan viðbótarstyrk þegar við á. „Það hefur einnig verið mjög áhugavert að fylgjast með framvindu talningarmála í Norðvesturkjördæmi. Þetta er auðvitað algjört klúður en ekki eru öll kurl komin til grafar og verður forvitnilegt að sjá hvert þetta mun fara.

Síðan er aurskriðan fyrir norðan hið rosalegasta mál. „Ég átti að vera á leið á Seyðisfjörð síðastliðinn sunnudag rétt áður en fréttirnar um viðvaranir bárust en komst svo ekki og verð að viðurkenna að ég er frekar fegin. Mér verður mikið hugsað til fólksins á þessum svæðum," segir hún í ljósi viðvarana sem bárust að austan á sama tíma.

„Mér finnst smá skrýtið ef fólk trúir ekki á hlýnun jarðar með þetta ágætis dæmi fyrir framan okkur um að það sé loftslagsvandi í gangi. Síðasta vetur rigndi óvenju mikið og hitastigið er mun hærra en við erum vön." ■

> Þetta er auðvitað algjört klúður en ekki eru öll kurl komin til grafar.

Ingileif Friðriksdóttir baráttukona. MYND/AÐSEND

DORMA
Láttu drauminn rætast

Við eigum afmæli og nú er veisla

AFMÆLIS 20% AFSLÁTTUR

BOGGIE
3ja sæta sófi. Fáanlegur í 3 litum í Fiesta áklæði; bláum, brúnum og gráum. Stærð: 186 x 77 x 85 cm.
Fullt verð: 119.900 kr.
Aðeins 95.920 kr.

AFMÆLIS 30% AFSLÁTTUR af dýnu og 10% af botni

Nature´s CASHMERE
heilsurúm með Classic botni
140x200 eða 180x200 cm. Dýna með nýju Wave pokagormakerfi sem er byggt á 20 cm háum pokagormum sem aðlagast líkama þínum betur. Dýnan er með Cashmere áklæði og ullarlagi sem hleypir náttúrulegri öndun gegnum dýnuna og stýrir hitamyndun.
Fullt verð 180x200 cm: 204.900 kr.
Aðeins 154.430 kr.

AFMÆLIS 25% AFSLÁTTUR

RIGA
hægindastóll með skemli
Svart leður og krómfótur. Stillanlegur. B82 x H106 cm
Fullt verð: 199.900 kr.
Aðeins 149.925 kr.

Verð og vöruupplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Tilboðin gilda til 31. október 2021 eða á meðan birgðir endast.
www.DORMA.is

Holtagörðum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA
Láttu drauminn rætast

Óskar Árnason lét ekki glepjast af dullarfullu kauptilboði í Facebook-hóp hans fyrir borðspilara. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hafnaði hundrað þúsunda kauptilboði í Facebook-hóp

Óskar Árnason, einn helsti borðspilasérfræðingur landsins, hefur hafnað hundrað þúsund króna kauptilboði í Facebook-hópinn Borðspilaspjallið en hefur heyrt að sami aðili ásælist aðra stærri Facebook-hópa.

odduraevar@frettabladid.is

„Ég veit ekki hver stendur á bak við tilboðið, sem kom frá nafnlausum Facebook-aðgangi, en ég held að ég hafi sirkabát sigtað út hver þetta er. Þetta er einhver sem stjórnar nokkrum hópum sem hafa flestir sama meðstjórnandann," útskýrir Óskar.

Er þetta einhver vafasamur aðili?

„Nei, nei, þetta virðist bara vera einhver strákur í Háskólanum í Reykjavík, viðskiptafræðingur eða eitthvað. Svo spjallaði ég við strák sem stjórnar öðrum stórum hóp, Borðspil til Sölu/skiptis og hann hafði fengið svipað tilboð," segir hann.

Óskar segist ekki hafa hugmynd um hver tilgangurinn gæti verið en mögulega sjái viðkomandi gróðatækifæri í Facebook-hópunum.

„Ég talaði aðeins meira við hann í gær og á endanum neitaði ég að nefna upphæð en hann bauð þá hundrað þúsund."

> Þetta hljómar 110 prósent eins og eitthvert svindl sem enginn gengur heill frá.

Hann segir að í risahópum séu stundum seldar auglýsingar og önnur skilti. „En annars get ég ekki ímyndað mér að það sé eitthvert virði í þessu."

Tilfinningar í spilunum

Aðspurður hvort hann hyggist selja spilahópinn segir Óskar: „Ef það væri einhver eðlileg leið til að gera þetta þá kannski, en ég held að maður hlæi bara að þessu. Þetta hljómar 110 prósent eins og eitthvert svindl sem enginn gengur heill frá."

Óskar skýtur því að að hann hafi fyrir tilviljun orðið stjórnandi í öðrum Facebook-hópi, hópnum „Menningarátökin". „Ég var svona að gæla við að bjóða honum hann bara í staðinn," segir Óskar léttur í bragði.

Hann viðurkennir að tilfinningar séu í spilinu, enda stofnaði Óskar borðspilahópinn sjálfur. „Ég á svona megnið af póstunum þarna inni og ef ég hætti að sjá um hópinn og halda uppi spjallinu þá er ekkert brjáluð virkni þarna inni svona án mín, það er að segja reglulegir póstar og kynningar, sem ég sé um."

Spilaframtíðin björt

Óskar vinnur í Nexus aðra hverja viku og segir alltaf jafn mikið að gera þar sem vitaskuld má finna ágætt úrval borðspila. „Það hefur verið svolítil breyting núna. Þessi hobbíspil, þar sem 3-5 voru að hittast og spila eitthvað alvarlegt í heilt kvöld, það hefur svolítið pólaríserast, en fjölskylduspil og partíspil hafa rokið upp úr öllu valdi."

Óskar segir litlu spilin rjúka út. „Fólk er að kaupa þessi spil eins og Secret Hitler, Resistance og Cards Against Humanity og svo kemur fólk aftur að leita að einhverju öðru. Það eru fjölskyldur sem eru að spila meira við börnin sín og pör sem eru að spila meira saman." ■

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*

9líf
Bubbi Morthens
Söngleikur
Sýningin sem
allir verða að sjá
★★★★★
Í þessum fimm stjörnu stórsöngleik
leggja leikarar, dansarar og
tónlistarmenn allt í sölurnar við
leitina að Bubbanum í okkur öllum.
Tryggðu þér miða á ógleymanlega
upplifun – yfir 18.000 miðar seldir!
borgarleikhus.is
Miðasala: 568 8000

BYKO

Litakort
Elísabetar Gunnars

HVÍTUR SVANUR

HVÍTUR LÉTT-SKÝJAÐUR

KAFFI MEÐ KLÖKUM

GRÁR HVERS-DAGSLEIKI

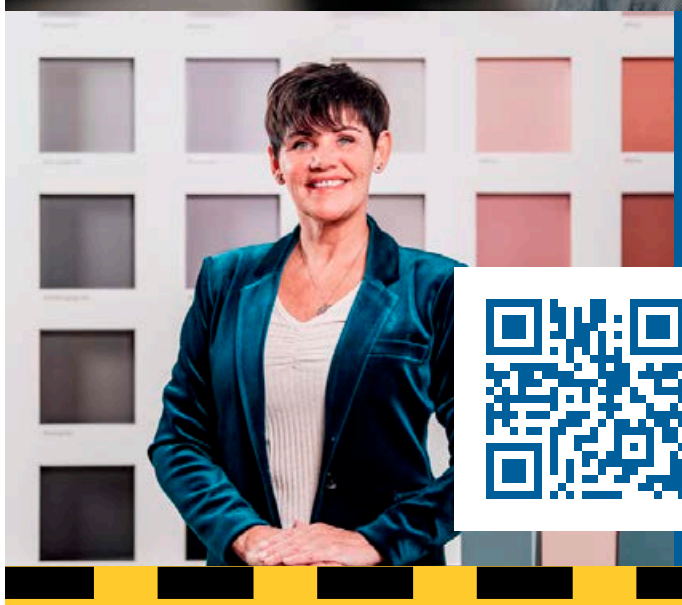
501 BLÁR

FANØ GRÆNN

Þegar veðurspáin er ekki alveg nógu spennandi.

Þá er gott að vera bara inni og gera fínt

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.



Nú getur þú pantað tíma í litaráðgjöf á byko.is

ásamt innréttingaráðgjöf, pallaráðgjöf og framkvæmdaráðgjöf

Litaval setur tóninn í allri hönnun og leggur grunninn að fallegu rými. Jóhanna Heiður, litaráðgjafi BYKO, veitir faglega ráðgjöf við val á rétta litnum fyrir þitt rými, þér að kostnaðarlausu.

Litaráðgjöfin felur í sér 30 mínútna samtal við Jóhönnu sem fer fram í verslun BYKO Breidd eða á vefnum, hvort sem hentar þér betur.

MARKAÐSDAGAR

Komdu og gramsaðu!

Fjöldi tilboða á markaðsdögum.
Bætum við nýjum vörum daglega.

Gerðu frábær kaup!

Auðvelt að versla á byko.is

Öll regnföt á 20% afslætti

Lyngsoe Regnjakki Vindþolinn og regnþolinn regnjakki með rennilás. Til í ýmsum stærðum og litum *20% afsláttur* - **9.196** kr. | Almennt verð frá: ~~11.495~~ kr. - vnr. 93461000

Allar járnhillur á 20% afslætti

Járnhillur Frábær lausn fyrir geymsluna. Til í ýmsum stærðum *20% afsláttur* - *Verð frá:* **3.356** kr. | Almennt verð frá: ~~4.195~~ kr. - vnr. 38910110-22

Öll geymslubox á 25% afslætti

1. Keeeper Cornelia geymslubox m/loki Glært geymslubox með svörtum smellum og loki. Boxið rúmar 52L. Stærð: 59 x 38,5 x 34 cm. *25% afsláttur* - **2.996** kr. | Almennt verð: ~~3.995~~ kr. - vnr. 58094201. **2. Geymslubox** sem þolir allt að 30kg. Stærð: 40 x 30 x 22cm. *25% afsláttur* - **1.721** kr. | Almennt verð: ~~2.295~~ kr. - vnr. 58088225

Allar áltröppur á 20-40% afslætti

Þú finnur blaðið okkar á byko.is

Járnhillur 20% • SONAX bílavörur 20% • Háþrýstidælur 20% • TACTIX verkfærabox og skúffuskápar 20-30% • STANLEY verkfæratöskur 20% BACHO topplyklasett 15% • Blá BOSCH verkfærasett 20-25% • Öryggisskór 20% • SKIL verkfæri 20% Geymslubox 25% • Hvítt og svart hilluefni 25% Límtrésplötur 30% • Panill & vatnsklæðning 30%

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

frettabladid.is

550 5000
RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is
AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is
PRENTUN Torg ehf.
DREIFING Póstdreifing ehf.
dreifing@postdreifing.is

Bakþankar

Óttars Guðmundssonar

Afneitun

Mér hefur tekist með Guðs hjálp og góðra manna að halda mig frá áfengi í samanlagt 26 ár. Drykkjan varð snemma vandamál en mér tókst lengi að halda henni leyndri og réttlæta hana gagnvart umhverfinu. Ég hafði alltaf einhverjar skynsamlegar skýringar á reiðum höndum. Þetta kallast afneitun á máli hegðunarfræðinga, sem getur verið margs konar. Margir benda á einhvern annan sem sé verri. Aðrir gera lítið úr vandamálinu og segja að allt sé þetta á misskilningi byggt Bæði einstaklingar og opinberir aðilar beita grímulausri afneitun þegar tilveru þeirra er ógnað. Sovétríkin gömlu afneituðu Tsjernóbylslysinu í nokkrar vikur þótt heimurinn fylgdist óttasleginn með vaxandi geislavirkni á svæðinu.

Á dögunum fann ég fyrir ýmsum líkamlegum einkennum sem hræddu mig. Ég greip þá til gamalla varnarhátta og fór í afneitun. „Það er ekkert að mér! Ég þarf engin lyf!“ Þetta dugði í einhvern tíma en að lokum endaði ég inni á Landspítala.

Ég bjóst við því að leggjast inn á yfirfulla deild þar sem læknar og hjúkrunarfræðingar væru við dauðans dyr vegna þreytu. Svo reyndist ekki vera. Hressir og úthvíldir læknar tóku á móti mér. Starfsfólkið allt var yndislegt og ég varð ekki var við hið meinta neyðarástand. Eftir margvíslegar rannsóknir og aðgerð var ég sendur heim með lyf sem ég lofaði að taka samviskusamlega.

Stundum er sagt að banamein margra sjúklinga sé afneitun.

Ég taldi mig fantagóðan að greina og sjá í gegnum afneitun sjúklinga minna. Samt var ég sjálfur næstum dauður úr sjálfsblekkingu. Enn og aftur sannar sr. Hallgrímur gildi sitt: „Þetta, sem helst nú varast vann, varð þó að koma yfir hann.“ ■

200kr.
af hverjum seldum rúðuvökva rennur til **Bleiku slaufunnar** í október

© Inter IKEA Systems B.V. 2021

Nýtt **HÖSTKVALL** sósukanna **1.290,-**

Nýtt **FRIKOSTIG** hliðardiskur **395,-**

Nýtt **FÄRGKLAR** bolli **295,-**

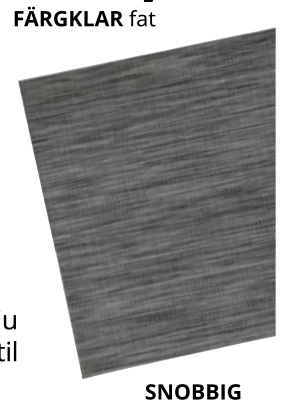
Nýtt **FRIKOSTIG** bolli **345,-**

895,-
FÄRGKLAR fat

Nýtt **FÄRGKLAR** hliðardiskar **1.490,-/4 í pk.**

Haustið heilsar

Á haustin er tilvalið að blása nýju lífi í heimilið og koma sér vel fyrir. Fallegur borðbúnaður kryddar hversdagslífið og gerir aðeins meira úr þessum daglegu en mikilvægu stundum í faðmi fjölskyldu eða vina. Nú eru nýjungar í hverju horni í versluninni sem fegra og bæta heimilið og auðvelda þér að njóta haustsins til hins ýtrasta. Líttu við og skoðaðu fjölbreytt úrval, við tökum vel á móti þér!



SNOBBIG diskamotta **545,-**

STILENLIG glös **695,-/4 í pk.**

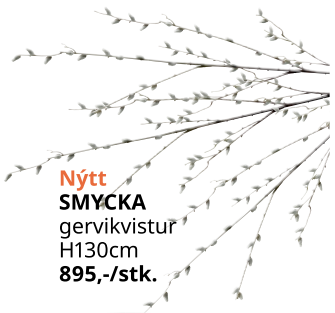
FÄRGKLAR bolli **295,-**

UPPHÖJD hnífapör **1.490,-/16 í setti**

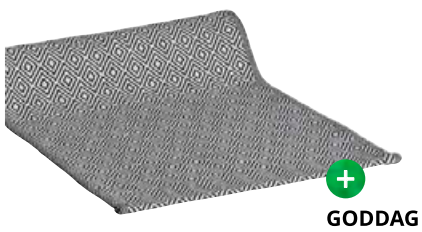
695,-/4 í pk.
FÄRGKLAR skálar Ø12cm

Nýtt **FÄRGKLAR** djúpir diskar **1.790,-/4 í pk.**

Nýtt **195,-**
FRIKOSTIG skál Ø11cm



Nýtt **SMYCKA** gervikvistur H130cm **895,-/stk.**



GODDAG löber **995,-**

STILENLIG hliðardiskar **895,-/2 í pk.**

Nýtt **HÖSTKVALL** servíettur **295,-/30 í pk.**

FÄRGKLAR diskar **1.790,-/4 í pk.**

Nýtt **ÄROFULL** kertastjaki **295,-**

Nýtt **895,-**
ÄROFULL kertastjaki

Nýtt **HÖSTKVALL** fat **3.290,-**

VEITINGASTAÐURINN
Á matseðli núna

Lambaskanki með kartöflumús, grænum baunum og rauðkáli **1.195,-**

Ýsa í orly með frönskum og hrásalati **995,-**

Verslun opin 11-20 – IKEA.is
IKEA Bakarí, Sænska matarhornið og IKEA Bistro opið 11-20