Hefði verið sátt við annað sætið

Sigurinn í Söngvakeppninni kom Lay Low á óvart og hún var ekki undirbúin. ➤ 30

Ein taugahrúga

Fransiska Björk Hinriksdóttir, unnusta Gunnars Nelson, er ein taugahrúga í hvert skipti sem Gunnar stígur inn í búrið. ➤ 20

FRÉTTABLAÐIÐ

55. TÖLUBLAÐ 21. ÁRGANGUR
LAUGARDAGUR 19. MARS 2022

Ég vissi greinilega of mikið

Steingrímur Árnason stjórnaði einni stærstu svokölluðu frjálsu fjölmiðlasamsteypu Rússlands, Afisha Rambler SUP, og upplifði þegar Pútín og hans menn fóru að hafa afskipti af ritstjórnarstefnunni og frjáls fjölmiðlun leið undir lok í landinu. ➤ 26

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Alþingi hefur heimild til að veita ríkisborgararétt. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Sífellt færri fá ríkisborgararétt

kristinnhaukur@frettabladid.is

SAMFÉLAG Þeim fækkar sífellt sem fá íslenskan ríkisborgararétt í samræmi við ákvörðun stjórnvalda. Árið 2020 fengu 395 útlendingar íslenskan ríkisborgararétt, sem er það minnsta í áratug og innan við helmingur af fjölda ársins 2015 þegar 801 fékk ríkisborgararétt.

Síðan árið 2015 hefur talan lækkað mjög hratt. Niður í 703 árið 2016, 637 árið 2017, 569 árið 2018 og 437 árið 2019.

Meirihluti þeirra sem fengu ríkisborgararétt árið 2020 koma frá öðrum Evrópuríkjum, 269 manns. Þar af 134 frá Póllandi, 27 frá Eystrasaltsríkjunum, 8 frá Úkraínu og 7 frá Rússlandi. Nokkur fjöldi kemur frá Asíu, þar af 19 frá Tælandi og 13 frá Filippseyjum. ■

Forsetinn fagnaði fjölbreytileikanum

Í tilefni af alþjóðadegi fólks sem er með Downs heilkenni, á mánudag, klæddi Guðni Th. Jóhannesson forseti sig í mislita sokka þegar hann tók á móti sendinefnd félags áhugafólks um Downs heilkennið. Mislitu sokkarnir tákna umburðarlyndi og fjölbreytileika. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ársreikningur bendir til mikils taps

olafur@frettabladid.is

VIÐSKIPTI Ársreikningur Íslandspósts fyrir 2021 bendir til verulegs taps á innlendri póstþjónustu.

Erfitt er að meta nákvæmlega hve mikið tapið er vegna þess að Íslandspóstur veitir ekki upplýsingar um sundurliðun þátta.

Hagnaður af rekstri Íslandspósts var 255 milljónir á síðasta ári. Án 563 milljóna framlags ríkisins vegna alþjónustuskyldu hefði tapið numið meira en 300 milljónum.

Fyrir liggur að jákvæð afkoma er af millilandapóstsendingum.

Tapið af innlendri póstþjónustu er því líklega meira en 300 milljónir.

Fréttablaðið hefur óskað eftir upplýsingum frá Íslandspósti og Byggðastofnun, sem hefur eftirlitshlutverk gagnvart Íslandspósti, um hvernig tapið samræmist 3. mgr. 17. gr. laga um póstþjónustu nr. 98/2019, sem kveður skýrt á um að gjaldskrár fyrir alþjónustu skuli taka mið af raunkostnaði að viðbættum hæfilegum hagnaði.

Verulegt tap virðist hafa orðið á innlendri póstþjónustu á síðasta ári.

Einnig hefur Fréttablaðið beðið innviðaráðuneytið, sem fer með eftirlit gagnvart Byggðastofnun, um að útskýra afstöðu sína, en það hefur verið haldið fram að ofangreind lög séu „óvirk“, hvernig sem svo mora vera með gildandi lög. ■

ÚTBOÐ

Útboð 21627

BYGGING HJÚKRUNARHEIMILIS Í HVERAGERÐI

Framkvæmdasýslan-Ríkiseignir, Heilbrigðisráðuneytið og Hveragerðisbær, auglýsa eftir umsóknum byggingaraðila (aðalverktökum) um þátttökurétt í lokuðu alútboði á fullnaðarhönnun og byggingu 22 rýma hjúkrunarheimilis andspænis núverandi dvalar- og hjúkrunarheimilinu ÁS við Hverahlíð 19 í Hveragerði. Hér er um að ræða forval, þar sem aðilar verða valdir með tilliti til hæfi og reynslu. Leitað er að aðilum, sem geta tekið að sér að hanna og byggja 22 rýma hjúkrunarheimili fyrir fasta fjárhæð samkvæmt alútboðsaðferð. Áætluð húsrýmisþörf er 1.430 m2 (BR).

Gögnin eru á útboðsvefnum www.Tendsign.is, útboðsnúmer 21627.
Óski þátttakendur frekari upplýsinga má senda fyrirspurn í útboðskerfinu.

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

RÍKISKAUP

Sálusorgarar á ögurstundu í ástarleit Clayton hér á landi

Þegar Clayton Echard, piparsveinninn í Bachelor, var í sárum vegna þess að Susie hafði farið frá honum, leitaði hann í Hallgrímskirkju þar sem kórinn söng lag Þorvalds Arnar Davíðssonar, Vaktu minn Jesú, vaktu yfir mér, sem er texti úr Passíusálmum Hallgríms Péturssonar.

benediktboas@frettabladid.is

SAMFÉLAG „Við áttum smá spjall um þetta og komumst að því að sumir hlutir eru einfaldlega of fyndnir til að segja nei við,“ segir Steinar Logi Helgason, kórstjóri Hallgrímskirkju, en kórinn söng á ögurstundu piparsveinsins Clayton Echard hér á landi, þar sem hann var að leita að ástinni.

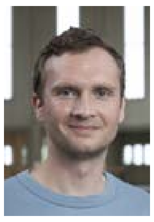
Lokaþættir nýjustu seríu Bachelor voru teknir upp á Íslandi í haust og sýndir í sjónvarpi í síðustu og þessari viku. Þegar kórinn hóf upp raust sína var Clayton í sárum eftir að einn keppandinn, Susie, hætti með honum. Hjartað var enn hjá Susie en lokaþættirnir urðu ótrúlega dramatískir og eftirminnilegir.

Clayton leitaði til trúarinnar og birtist myndskeið í næstsíðasta þættinum af honum í Hallgrímskirkju þar sem hann leitaði svara við öllum sínum spurningum. Undir hljómaði lagið Vaktu minn Jesú, vaktu yfir mér, sem er texti úr Passíusálmunum, en Þorvaldur Örn Davíðsson útsetti. Steinar stýrði kórnum af festu enda mátti ekkert klikka – slík var spennan. Atriðið er þegar umtalað í Bachelor-heimum en aðdáendur þáttaraðarinnar telja milljónir um heim allan.

„Ég hafði fyrst áhyggjur af að þetta væri full dramatískt fyrir þáttinn en ég hef heyrt að mikið hafi gengið á þannig að það var kannski bara viðeigandi að við værum í sálusorgarahlutverki í kirkjunni,“ segir

Steinar Logi stýrir kórnum á meðan Clayton situr í Hallgrímskirkju og veltir fyrir sér næstu skrefum. MYNDIR/SKJÁSKOT ÚR SJÓNVARPI SÍMANS

> ”
> Maður veit ekki hvort maður eigi að vera stoltur eða skammast sín að koma Passíusálmunum inn í Bachelor.



Steinar Logi Helgason, kórstjóri Hallgrímskirkju

Steinar, en framleiðendurnir höfðu séð kórinn flytja lagið og úr varð að íslenskur Passíusálmur heyrðist í bandarísku raunveruleikasjónvarpi eins og það gerist best.

„Þetta kom upp í hendurnar á okkur, að framleiðendurnir vildu taka upp í Hallgrímskirkju og vildu hafa kór. Ég sagði nú að það yrði að bera undir hópinn,“ segir Steinar, en hann setti fram kröfuna um að íslensk tónlist myndi heyrast – svo eftir var tekið.

„Þau frá Bachelor höfðu séð myndband frá kórnum þar sem við syngjum þetta lag sem við og gerðum.

Maður veit ekki hvort maður eigi að vera stoltur eða skammast sín að koma Passíusálmunum inn í Bachelor,“ segir hann og hlær, en Steinar viðurkennir að hafa ekki séð einn einasta þátt af þáttaröðinni vinsælu sem sýnd er í Sjónvarpi Símans.

Hann bendir þó á að nokkrir Bachelor-sérfræðingar leynist í kórnum og mikill meirihluti hafi verið sammála um að taka þátt í þessu verkefni. „Þetta var ákvörðun sem við tókum í sameiningu og það var yfirgnæfandi meirihluti á því að þetta væri fyndið og skemmtilegt að fá að taka þátt í. Ég var sammála því.“

Kór Hallgrímskirkju syngur á Boðunardegi Maríu á sunnudag á tónleikum sem hefjast hálf sex og er nóg að gera. „Svo seinna í vor erum við með stóra tónleika með barokkbandinu Brák, sem er mjög spennandi verkefni.“ ■

Sama hver verkefnin eru þá er Toyota Proace til staðar fyrir þig.

Amstri dagsins fylgja ýmsar áskoranir. Hvort sem þú ert að leita að styrk og burðargetu eða mýkt og lipurð fyrir fólksflutninga, þá er Toyota Proace bíll sem hentar þínum þörfum.

Toyota Proace er traustur, öflugur og fjölhæfur bíll, fáanlegur í ýmsum stærðum og gerðum. Þú hefur val um orkugjafa, lengd, yfirbyggingu og stærð hleðslurýmis, allt eftir því hvað hentar þinni starfsemi. Vinnuaðstaða bílstjórans er snjöll og þægileg og bíllinn er búinn framúrskarandi öryggisbúnaði sem tryggir öryggi þitt í vinnunni.

Allar gerðir Proace koma með 7 ára (3+4) ábyrgð og þeim fylgir 3 ára þjónusta.
Skoðaðu nánar á toyota.is

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

7 3+4 ÁBYRGÐ
3 ÁRA ÞJÓNUSTA

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
480 8000

Bílarnir í þessari auglýsingu endurspegla ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Kosið er á fimm stöðum í Reykjavík.

Þátttaka heldur dræm í prófkjöri

adalheidur@frettabladid.is

KOSNINGAR Kosning fer fremur hægt af stað í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík, sem hófst í gær og lýkur í kvöld.

Þegar kjörstöðum lokaði í gær höfðu 1.226 kosið en áður höfðu 539 kosið utan kjörfundar. Alls hafa því 1.765 kosið áður en kjörstaðir opna í dag.

Til samanburðar tóku alls 7.208 þátt í prófkjöri flokksins fyrir alþingiskosningarnar í fyrra.

Unnur Brá Konráðsdóttir, formaður kjörstjórnar, segir tölurnar ekki endilega gefa til kynna að þátttaka verði dræm enda lítil hefð fyrir tveggja daga prófkjöri. Í gær hafi flestir verið í vinnu og aðaldagurinn sé í dag.

Prófkjör Sjálfstæðisflokksins fyrir borgarstjórnarkosningarnar hófst klukkan 11 í gær og stendur til klukkan 18 í dag.

Hildur Björnsdóttir borgarfulltrúi og Ragnhildur Alda Vilhjálmsdóttir varaborgarfulltrúi gefa báðar kost á sér til að leiða lista flokksins.

Mikil barátta er um 2. sæti listans en í það sæti gefa kost á sér borgarfulltrúinn Marta Guðjónsdóttir, varaþingmennirnir Friðjón Friðjónsson, Kjartan Magnússon og Þorkell Sigurlaugsson framkvæmdastjóri. Auk þeirra gefur Birna Hafstein, formaður félags íslenskra leikara, kost á sér í 2. til 3. sæti.

Alls gefa 26 kost á sér í prófkjörinu, þrettán konur og þrettán karlar. Meðal frambjóðenda eru sjö sitjandi borgarfullrúar auk nokkurra varaborgarfulltrúa.

Kosið verður á fimm stöðum í Reykjavík: í Valhöll, á Fiskislóð 10 á Granda og í félagsheimilum flokksins í Árbæ, Grafarvogi og Breiðholti.

Flokkurinn er með átta borgarfulltrúa í borgarstjórn en flokkurinn fékk flesta borgarfulltrúa allra flokka í síðustu kosningum. Samkvæmt nýrri könnun sem gerð var fyrir Fréttablaðið fengi flokkurinn 5 borgarfulltrúa. ■

Samfylkingin stærst í fimm hverfum

Sjálfstæðisflokkurinn missir rúmlega 10 prósent samkvæmt nýrri könnun. Meirihlutinn í borginni bætir við sig einum manni. Miðflokkurinn þurrkast út en Framsókn nær tveimur.

kristinnhaukur@frettabladid.is

KOSNINGAR Meirihluti borgarstjórnar heldur, samkvæmt nýrri skoðanakönnun sem Prósent gerði fyrir Fréttablaðið. Hinir fjóru flokkar sem mynda meirihlutann myndu bæta við sig einu sæti og fá samanlagt 13 af 23.

Samfylkingin mælist nú stærsti flokkurinn í borginni með 22 prósenta fylgi. Þetta er þó tæpum 4 prósentum minna en flokkurinn fékk í borgarstjórnarkosningunum árið 2018, og myndi hann missa 1 af 7 borgarfulltrúum sínum.

Þegar könnunin er greind niður eftir póstnúmerum sést að Samfylkingin hefur yfirburðafylgi í Miðbænum, póstnúmeri 101, heil 45 prósent. Það er tvöfalt meira en nokkur annar flokkur hefur í hverfinu. Flokkurinn er einnig stærstur í fjórum öðrum póstnúmerum. Hann hefur þriðjungsfylgi í Vesturbænum, póstnúmeri 107, og meira en 20 prósent í 104, 105 og 108, það er Hlíðunum, Laugardalnum og Múlahverfi. Samfylkingin hefur hins vegar aðeins 8 prósenta fylgi í Grafarvogi, póstnúmeri 112.

Sjálfstæðisflokkurinn missir rúmlega 10 prósenta fylgi samkvæmt könnuninni og mælist með 20,7 prósent samanborið við 30,8 í kosningunum árið 2018. Sjálfstæðisflokkurinn mældist einnig með sitt kjörfylgi hjá könnun Prósents í desember síðastliðnum. Þetta þýðir líka að flokkurinn missir 3 borgarfulltrúa og fer úr 8 niður í 5. Sterkastur er flokkurinn í Grafarholti og Úlfarársdal, númeri 113, með 34 prósent. Hann hefur einnig tæplega þriðjungsfylgi í Grafarvogi og Árbæ, númeri 110.

Píratar mælast með 16,4 prósenta fylgi og fara úr 2 í 4 borgarfulltrúa. Þeir eru stærsti flokkurinn í póstnúmerum 102 og 103, Skerjafirðinum og Háaleitishverfinu, með 28 prósent og hafa einnig sterka stöðu í Miðbænum, Laugardalnum og Seljahverfinu, póstnúmeri 109.

Flokkur fólksins er langstærsti flokkurinn í Breiðholtshverfi og fær þar 28 prósenta fylgi. Það er 10 prósentum meira en nokkur annar flokkur í Breiðholtinu. Hvergi hefur Flokkur fólksins viðlíka stöðu. Í Hlíðahverfi mælist hann varla, með aðeins 1 prósent. Í heildina fær flokkurinn 7,2 og bætir við sig einum manni sem hangir naumt inni.

Viðreisn er skammt frá því að ná inn sínum öðrum manni og hefur einnig 7,2 prósent. Fylgið er á bilinu 4 til 11 prósent í öllum hverfum nema Breiðholti og Grafarvogi þar sem fylgið er mjög lítið. Vinstri græn myndu hins vegar bæta við sig manni og fá slétt 10 prósent.

Framsóknarflokkurinn er á mikilli siglingu og fengi 9,7 prósenta fylgi og 2 menn kjörna. Flokkurinn náði ekki inn fulltrúa í síðustu kosningum og samkvæmt könnuninni í desember mældist fylgið aðeins 4,1 prósent. Flokkurinn hefur á bilinu 4 til 9 prósent í eldri hverfum borgarinnar en allt að 14 prósent í efri byggðum.

Miðflokkurinn þurrkast út samkvæmt könnuninni og er mjög langt frá því að halda sínum fulltrúa. Flokkurinn hefur aðeins 1,3 prósenta fylgi sem er mun minna en í alþingiskosningunum síðastliðið haust, sem þótti afhroð. Sósíalistar, sem einnig guldu afhroð í haust, halda sínum borgarfulltrúa með 5,5 prósenta fylgi. Skiptir þar mestu 10 prósenta fylgi flokksins í Breiðholtinu.

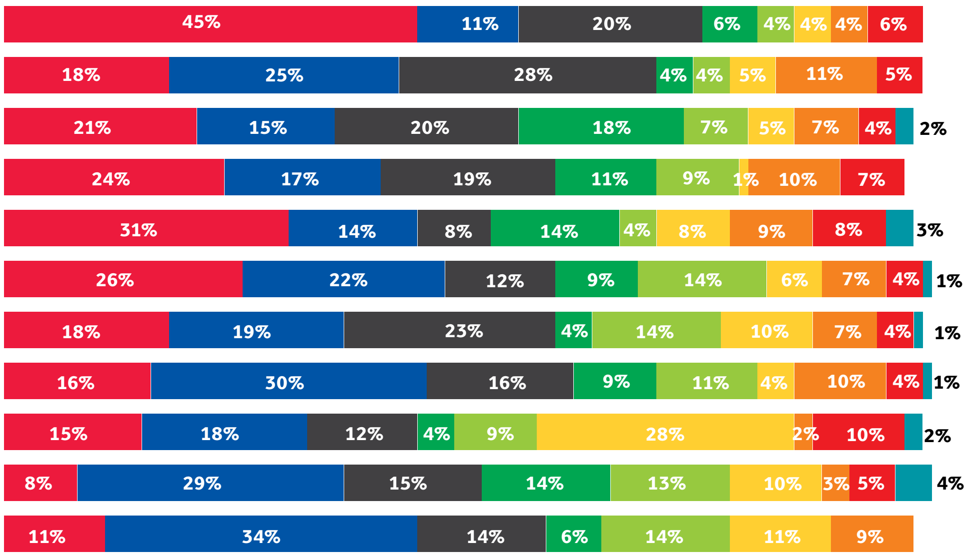
Ekki er mjög mikill munur á svörum fólks eftir kynjum. Helst ber að nefna að Vinstri græn hafa 13 prósenta stuðning kvenna en aðeins 7 prósenta karla. 23 prósent karla styðja Sjálfstæðisflokkinn en aðeins 18 prósent kvenna.

Píratar hafa fjórðungsfylgi kjósenda undir 25 ára og eru stærsti flokkurinn í þeim aldurshópi. Athygli vekur að Framsóknarflokkurinn hefur meira fylgi ungra kjósenda en Sjálfstæðisflokkurinn, 12 prósent á móti 9. Mest fylgi Sósíalistaflokksins kemur frá elstu kjósendunum, 65 ára og eldri, en aðeins 2 prósent frá þeim yngstu.

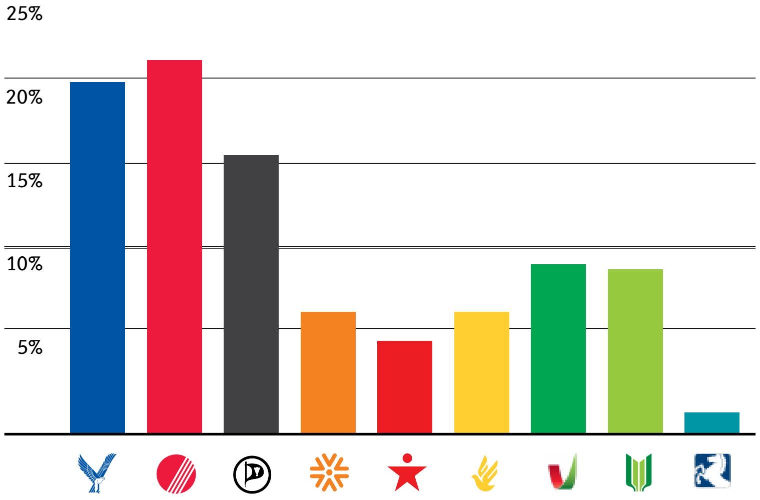
Samfylkingin hefur áberandi mest fylgi hjá háskólamenntuðum, allt að 30 prósent, og einnig mest fylgi hjá tekjuhæstu og tekjulægstu hópunum. Píratar hafa hins vegar mest fylgi þeirra sem hafa aðeins grunnskólapróf og Sjálfstæðisflokkurinn hjá þeim sem hafa framhaldsskólapróf eða iðnmenntun.

Könnunin var gerð dagana 4. til 18. mars. Úrtakið var 2.400 og svarhlutfallið 52 prósent. ■

Fylgi flokka í Reykjavík eftir póstnúmerum



Hvaða lista myndirðu kjósa ef gengið yrði til borgarstjórnarkosninga í Reykjavík í dag?



»

Núverandi meirihluti Samfylkingar, Vinstri grænna, Viðreisnar og Pírata myndi bæta við sig einu sæti og fá 13 af 23.

RAFMAGNAÐUR

Opið í dag frá 12–16

BMW X5 PHEV MEÐ 80 KM DRÆGNI* Á RAFHLÖÐU

BMW X5 Plug-in Hybrid, með einstöku xDrive fjórhjóladrifi og stærri rafhlöðu sem skilar þér af öryggi allt að 80 kílómetrum á rafmagninu einu saman. Fáguð innrétting og óviðjafnanlegur glæsileiki, ásamt 394 hestöflum veita þér hina einu sönnu BMW upplifun sem gerir hverja ferð að spennandi ævintýri.
Komdu í reynsluakstur í dag.

4 ÁRA ÁBYRGÐ

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

Guðmundur missti þingsætið sitt.

Guðmundur og Magnús kæra þingkosningarnar

bth@frettabladid.is

STJÓRNMÁL „Kæran til Mannréttindadómstóls Evrópu er á lokametrunum,“ segir Guðmundur Gunnarsson, sem í félagi við Magnús Daða Norðdahl kærir framkvæmd alþingiskosninga síðastliðið haust til Mannréttindadómstóls Evrópu (MDE).

Guðmundur var þingmaður Viðreisnar um stund eftir fyrri talningu atkvæða í kosningunum. Brestir urðu við talningu í Norðvesturkjördæmi og var endurtalið. Hringekja jöfnunarmanna fór af stað þar sem sumir duttu út en aðrir fengu þingsæti sem þeir höfðu ekki haft eftir fyrri talningu. Mikilli rannsókn undirbúningskjörnefndar Alþingis var hrundið af stað sem tafði myndun ríkisstjórnar. Niðurstaðan varð að síðari talningin gilti og telur Guðmundur þau málalok óviðunandi.

Sigurður Örn Hilmarsson lögmaður rekur málið fyrir MDE fyrir hönd Guðmundar og Magnúsar Daða. Karl Gauti Hjaltason, sem kærði kosningarnar til lögreglu, segist ekki hafa tekið ákvörðun hvort hann kæri til MDE.

„Stóra málið er sá galli á kerfinu að þingmenn taki sjálfir ákvarðanir um eigin kjör,“ segir Guðmundur. „Það eru brestir í kerfinu okkar og það er brýnt að MDE svari hvort hægt sé að vera dómari í eigin sök. Við teljum niðurstöðuna brjóta í bága við mannréttindasáttmálann sem við Íslendingar erum aðilar að,“ bætir hann við. ■

Stökkbreytingar Covid-veirunnar eru algerlega óútreiknanlegar

Covid-19 er vond pest, einnig Omíkron-afbrigðið sem nú geisar, þó að það sé talið vægara. Þrátt fyrir bólusetningar og fyrri smit geta menn orðið mjög veikir, en veikindin eru þess eðlis sem betur fer að þau leiða sjaldnar til sjúkrahússinnlagnar eða andláts.

elinhirst@frettabladid.is

„Stökkbreytingar eru algerlega óútreiknanlegar. Það hafa verið uppi fullyrðingar um að veiran verði alltaf vægari og vægari með hverju afbrigði sem kemur fram. Það er því miður ekki rétt. Þetta er ekki línulegt ferli. Delta-afbrigðið var til dæmis mun skæðara afbrigði en þau sem á undan komu,“ segir Kristjana Hrönn Ásbjörnsdóttir, lektor í faraldsfræði við Háskóla Íslands.

„Nú er unnið að því að setja inflúensu- og Covid-bóluefni saman í eina sprautu, en Moderna vonast til þess að koma því á markað árið 2023. Þannig að í framtíðinni verða inflúensa og Covid ef til vill tveir landlægir sjúkdómar sem við verðum að bólusetja við á hverju ári,“ segir Kristjana.

„Upphaflega vorum við að vona að með bólusetningum myndum við ná hjarðónæmi þannig að þau sem væru bólusett gætu ekki tekið smit. Bóluefnin voru hins vegar ekki hönnuð til að stoppa smit, heldur alvarleg veikindi, spítalainnlagnir eða andlát og eru mjög gagnleg til þess,“ segir hún.

Þó að Omíkron sé mildara í samanburði við önnur afbrigði og flestir sem smitast bólusettir, sem dregur frekar úr hættunni, getur fólk eftir sem áður veikst illa og andlátum fjölgar. Vonir standa til þess að þeir sem hafa bæði verið bólusettir og fengið Omíkron ættu að vera nokkuð vel varðir, um skeið að minnsta kosti.

„Þegar talað er um að hjarðónæmi sé ekki langt undan þá er það vegna þess að við vonum að þetta tvennt saman, hátt hlutfall bólusetninga og mikill fjöldi sem hefur fengið og jafnað sig á Omíkron, verði nóg til að ná hjarðónæmi meðal þjóðarinnar. Það er þó ekki víst að það dugi,“ segir Kristjana.

Fyrsta afbrigði Covid-19 greindist hér á landi snemma árs 2020 og í kjölfarið hafa fylgt mörg önnur. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Kristjana Hrönn Ásbjörnsdóttir, lektor í faraldsfræði við Háskóla Íslands

Fyrsta afbrigði Covid-19 greindist hér á landi snemma árs 2020 og í kjölfarið hafa fylgt mörg önnur afbrigði. Fyrst afbrigðið var kallað Wild type og síðan hafa bæst við Alpha, Beta, Gamma, Delta og Omíkron, greint í nóvember 2021, öll kennd við gríska stafrófið. Fleiri afbrigði raðast í gríska stafrófið á milli þessara, en ástæðan fyrir því að við munum ekki eftir þeim öllum er að sum þeirra komust aldrei inn í umræðuna af því að þau voru ekki talin áhyggjuefni (e. variants of concern) af Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni.

„Það eru þegar komnar fram undirtegundir af Omíkron með áframhaldandi stökkbreytingum en þeim hefur ekki verið gefið nýtt nafn sem sérstöku afbrigði.

Þessi undirafbrigði Omíkron eru erfðafræðilega ekki svo lík og eru kölluð BA1 og BA2. BA2 af Omíkron er nú orðið ráðandi og það er meira smitandi en upphaflega Omíkron. Það góða við Omíkron-afbrigðið er að það er „vægt“, það er að segja að það eru litlar líkur á spítalainnlögnum og andláti. Engu að síður geta þetta verið óskemmtileg veikindi og andstyggileg pest, og hættuleg fyrir viðkvæma hópa.

En Omíkron virðist geta komið sér hæglega fram hjá mótefnum sem fólk hefur myndað gegn öðrum afbrigðum, sem sést á því að á Íslandi hafa 3.752 smitast oftar en einu sinni. Ef það kemur nýtt afbrigði sem tekur fram úr Omíkron þá er spurning hvað Omíkronsmit veitir mikla vörn gegn því. En þar sem Omíkron er svona útbreitt gæti verið erfitt fyrir nýtt afbrigði að ná fótfestu.

Því miður endist ónæmi vegna kórónaveirunnar heldur ekki að eilífu eins og til dæmis með mislinga, þar sem bæði smit og bólusetning veitir ævilanga vernd.

Kórónaveirur eru allt öðruvísi og við sjáum fjölda endursmita. Smit með hverju afbrigði fyrir sig veitir besta vernd gegn sama afbrigði, sem dvínar svo með tímanum. Ef Omíkron-bylgjan verður enn í gangi eftir fjóra til fimm mánuði getur fólk átt eftir að smitast aftur, og það eru meiri líkur á því ef nýtt afbrigði kemur fram,“ segir Kristjana Hrönn Ásbjörnsdóttir faraldsfræðingur. ■

Hillir undir vor eftir illviðrasaman vetur

bth@frettabladid.is

VEÐUR „Elsku sumar. Þú veist að ég elska þig, ég hef bara ekki alltaf verið fær um að sýna það. Stundum verið annars hugar. En stundum bara gleymt mér. Tekið þér sem sjálfgefnum hlut og hangið inni að vinna. En ég veit ekkert betra en að vera berrössuð með þér. Þegar allt er hlýtt. Og sól. Og bjart, eins og aðeins þér er lagið, svo bjart ... að meira að segja nóttin verður ljós. Ég elska þig sumar. Ég get ekki lifað án þín. Viltu koma aftur til mín?“

Þessa færslu skrifaði Auður Jónsdóttir rithöfundur á Facebook í vikunni, langeygð eftir betri tíð og ekki ein um það.

Kristín Björg Ólafsdóttir, sérfræðingur í veðurfari, staðfestir að það er ekki bara upplifun heldur staðreynd að veðrið hefur reynt á þanþol landsmanna síðustu vikur, ekki síst á höfuðborgarsvæðinu.

„Við skilgreinum íslenska veturinn frá desember til loka mars og þótt desember hafi verið snjóléttur og hægviðrasamur þá er það staðreynd að veturinn hefur í heild sinni verið mjög illviðrasamur. Hann er að ná illviðrasömustu vetrum þessarar aldar og þá erum við að horfa á landið allt. En við verðum líka að athuga að það er heilmikið eftir, sumir vetur eru slæmir út apríl,“ segir Kristín Björg.

Erfiður tími að baki en von um betri tíð. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Gríðarmagn féll af snjó á höfuðborgarsvæðinu í febrúar miðað við meðalár seinni tíma. Febrúar er snjóþyngsti febrúar í Reykjavík síðan 2000, eða í 22 ár. Alhvítir dagar í Reykjavík eru orðnir 46 í vetur. Þeir voru aðeins 17 allt árið í fyrra og enn gæti bætt verulega í.

En hvað með framtíðina? Fréttablaðið spurði spádeild Veðurstofu hvort vorið væri á næsta leiti.

„Það verður hægur framgangur á vorinu næstu vikurnar en greinileg breyting í farvatninu, í næstu viku koma fleiri mildari dagar en á síðustu vikum,“ segir Óli Þór Árnason, veðurfræðingur á spádeild Veðurstofunnar. ■

Herra
lagerinn
outlet
líka fyrir konur
Troðfull verslun af merkjavöru!
40-60%
afsláttur af öllum vörum
BOSS HUGO BOSS
Stenströms
HUGO HUGO BOSS
gardeur
SAND COPENHAGEN
EMPORIO ARMANI
bugatti
BARKER ENGLISH SHOEMAKERS SINCE 1880
POLO RALPH LAUREN
eterna
LES DEUX copenhague
LLOYD
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

Ekki ÁTVR að verja einkarétt sinn

arib@frettabladid.is

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur vísaði í gær frá máli ÁTVR gegn Þórgný Thoroddsen, eiganda áfengisverslunarinnar Bjórlands. Í gær var einnig vísað frá máli ÁTVR gegn áfengisversluninni Sante.

Líkt og fram kom í umfjöllun Fréttablaðsins í september í fyrra taldi ÁTVR að þar sem það hefði einkarétt á áfengissölu þá hefði það aðkomu að málinu, þar að auki gæti verslunin ekki búið við réttaróvissuna. Innanríkisráðuneytið hefur vísað til dómstóla um lögmæti Bjórlands og Sante

Í úrskurðinum segir að stefnan beri þess merki að verið sé að reyna að fá dómstólinn til að skera úr um hver megi selja áfengi, slíkt sé ekki á forræði ÁTVR. Þó svo að ÁTVR sé með einkarétt teljist það ekki meðal verkefna að viðhalda honum. Var ÁTVR dæmt til að greiða tæpa milljón króna í málskostnað. ■

AÐAL FUNDUR

Félags iðn- og tæknigreina 2022

verður haldinn laugardaginn 26. mars kl. 11 að Stórhöfða 31, jarðhæð.

Gengið inn Grafarvogsmegin.

Athugið að gildandi reglum um sóttvarnir verður fylgt á fundinum.

Dagskrá:

1. Skýrsla félagsstjórnar um starf félagsins á liðnu starfsári.
2. Endurskoðaðir reikningar lagðir fram til umræðu og afgreiðslu.
3. Ákvarðanir teknar um ávöxtun sjóða félagsins.
4. Kjöri stjórnar lýst.
5. Kosning trúnaðarráðs, kjörstjórnar, skoðunarmanna reikninga, og uppstillinganefndar.
6. Kosning endurskoðenda.
7. Tillögur um fulltrúa á ársfundi lífeyrissjóða sem FIT er aðili að.
8. Önnur mál.

Hádegismatur í boði félagsins.

Stjórnin

Félagið veitir ferðastyrk til þeirra félagsmanna sem búa í meira en 40 km fjarlægð frá fundarstað.

FIT FÉLAG IÐN- OG TÆKNIGREINA

Bókanasíða flugfélagsins norðlenska opnaði í fyrradag og áætlunarflug hefst í byrjun júní. MYND/AÐSEND

Bókanir Niceair byrja vel

Norðlendingar binda miklar vonir við betri lífsgæði með greiðum flugsamgöngum út í heim. 70% útlendra sem hafa komið til Íslands vilja út á land.

bth@frettabladid.is

SAMGÖNGUR „Bókanir hafa farið vel af stað og eru framar væntingum. Það er líka áhugavert að heyra af því að útlendingar séu farnir að breyta fyrri hótelbókunum sínum til að aðlaga dvölina að flugáætlun Niceair,“ segir Þorvaldur Lúðvík Sigurjónsson hjá Niceair.

Hið norðlenska flugfélag opnaði bókanasíðu félagsins í fyrradag. Má sjá af viðbrögðum Norðlendinga á samfélagsmiðlum að mikil ánægja hefur skapast bæði með flugtíma og verð.

Áætlanaflug hefst frá Akureyrarflugvelli í byrjun júní. Fyrsta flugið verður til Kaupmannahafnar en einnig verður flogið til London og Tenerife.

Þorvaldur Lúðvík segir áætlunarflugið fyrstu reglubundnu samgöngurnar milli Akureyrar og umheimsins í meira en hundrað ár. „Við getum talað um að það þurfi að fara aftur til þess tíma þegar Gránufélagið var og hét í siglingum, þegar síðast voru reglubundnar samgöngur við útlönd frá Akureyri,“ segir Þorvaldur Lúðvík. „Samfélög geta ekki þroskast að fullu nema hafa alþjóðasamgöngur, til viðbótar við fólk, fjármagn, tækni og fjarskipti,“ bætir hann við.

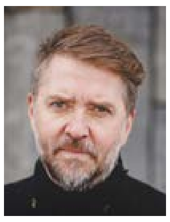
Þorvaldur Lúðvík bendir á að burtséð frá jákvæðum tækifærum fyrir heimamenn hagnist Ísland allt með greiðari aðgangi erlendra

Dæmigerður ferðakostnaður Akureyrings

	KEF-LON	AEY-LON
Flugfargjald (fram og til baka)	103.600	114.660
Akstur innanlands	16.000	2.200
Veitingar innanlands	10.000	5.000
Bensín innanlands	15.624	0
Parking KEF (7 dagar)	12.250	0
Gisting KEF (1 nótt)	21.300	0
Vinnutap/orlof (2 dagar)	48.334	0
	227.108	**116.860**
Sparnaður við AEY		**110.248**

Forsendur

- Hjón á vikuferðalagi með handfarangur og velja sæti saman
- Slembidagsetningar valdar
- 2 orlofsdagar notaðir til aksturs til og frá Keflavík – laun beggja áætluð 580.000/mánuði og 24 orlofsdagar á ári
- Meðalverð á gistingu eina nótt í Keflavík
- Akstur og eldsneyti: 800 kílómetrar fram og til baka, 6,3l dísel/100km og 20 kr. viðhald/km



Atli Örvarsson, tónskáld og fjárfestir í Niceair

ferðamanna sem víðast um landið.

„Rannsóknir sýna að 70% farþega sem hafa komið til Íslands og vilja koma aftur, vilja komast beint út á land. Þeir eru þá búnir að sjá Gullfoss, Geysi, suðurströndina og Reykjavík, sem er fínt, en nú stækkar kakan og auðveldara verður að viðhalda þeim góða árangri sem náðst hefur í markaðssetningu Íslands.“

Atli Örvarsson tónskáld er í hópi fjárfesta Niceair.

„Sannleikurinn er sá að þegar fólk á þessu svæði vill komast til útlanda hafa iðulega farið tveir dagar í ferðina, sem þýðir vinnutap, kostnað við að koma sér suður og kostnað við gistingu í Reykjavík eða í Keflavík. Nú munum við vakna á kristilegum tíma að morgni dags, það tekur mig fimm mínútur að fara út á flugvöll, svo lendir maður í London fjórum tímum síðar. Þetta verður algjör bylting,“ segir Atli.

Hann segist hafa tekið þátt í stofnun hlutafélagsins vegna þess að vandfundið sé gagnlegra verkefni. Hann nefnir sem dæmi að viðskiptavinir SinfonIa Nord hafi sagt að ef beint flug væri milli Akureyrar og London gætu viðskipti aukist til mikilla muna. Því séu ótalmargir fletir á jákvæðum áhrifum af stofnun flugfélagsins og þess vegna hafi hann ákveðið að taka þátt og sitja í stjórn félagsins.

„Ég held líka að þegar verður búið að opna þessa gátt milli umheimsins og Akureyrar geti orðið mikil jákvæð menningarleg breyting,“ segir Atli. ■

Parket

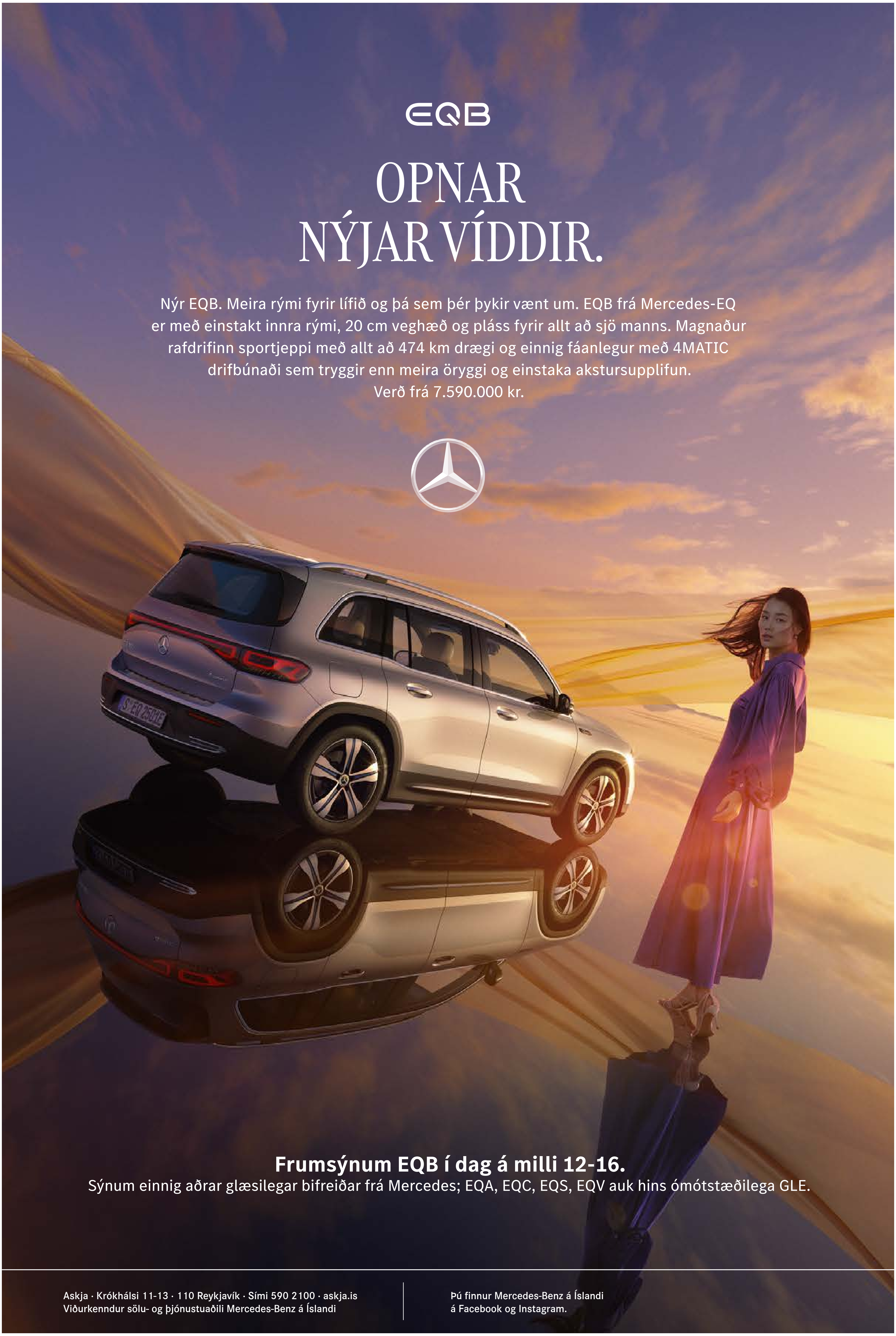
Parki INTERIORS

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

Komdu við og ræddu við sérfræðinga Parka og fáðu faglega ráðgjöf

Parki INTERIORS **Dalvegi 10-14,** 201 Kópavogi • 595 0570

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


EQB
OPNAR
NÝJAR VÍDDIR.
Nýr EQB. Meira rými fyrir lífið og þá sem þér þykir vænt um. EQB frá Mercedes-EQ er með einstakt innra rými, 20 cm veghæð og pláss fyrir allt að sjö manns. Magnaður rafdrifinn sportjeppi með allt að 474 km drægi og einnig fáanlegur með 4MATIC drifbúnaði sem tryggir enn meira öryggi og einstaka akstursupplifun.
Verð frá 7.590.000 kr.
Frumsýnum EQB í dag á milli 12-16.
Sýnum einnig aðrar glæsilegar bifreiðar frá Mercedes; EQA, EQC, EQS, EQV auk hins ómótstæðilega GLE.
Askja · Krókhálsi 11-13 · 110 Reykjavík · Sími 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Mercedes-Benz á Íslandi
Þú finnur Mercedes-Benz á Íslandi
á Facebook og Instagram.

Ingimundur Sigurpálsson, forstjóri Íslandspósts til fjórtán ára fram til 2019, er formaður stjórnar ISNIC þar sem póstfyrirtækið á 18,66 prósenta hlut. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Íslandslén skilaði eigendum nærri milljarði á áratug

Arðgreiðslur til hluthafa í ISNIC, sem annast íslenska landslénið .is, nam tæpum 900 milljónum króna á tíu árum. Mest voru greiddar 190 milljónir í arð fyrir tveimur árum. Ekki var því um metarðgreiðslu að ræða nú í febrúar, eins og framkvæmdastjórinn fullyrti.

» Stærstu hluthafar ISNIC eru Jens Pétur Jensen, Íslandspóstur, Magnús Soffaníasson og Bárður Hreinn Tryggvason.

gar@frettabladid.is

VIÐSKIPTI Hlutafélagið ISNIC - Internet á Íslandi greiddi hluthöfum sínum 896,5 milljónir króna í arð á árunum 2012 til 2021. Það samsvarar nánast öllum 903,4 milljóna króna hagnaði af rekstri félagsins á þessu tíu ára tímabili.

ISNIC sér um skráningu léna undir landsléninu .is og rekstur á tæknilegum innviðum því tengdum, eins og segir á vefsíðu fyrirtækisins. Það hefur að undanförnu verið gagnrýnt fyrir háa gjaldtöku af notendum þjónustunnar í skjóli einokunarstöðu. Jens Pétur Jensen, framkvæmdastjóri ISNIC, svaraði athugasemdum um reksturinn á vefsíðu félagsins síðastliðinn miðvikudag eins og rakið var í Fréttablaðinu í gær.

Í færslu Jens sem bar yfirskriftina Rangfærslur á Rás2 og Bylgjunni kom fram að árgjald ISNIC væri 29 dolllarar, samanborið við 12 dollara að meðaltali á heimsvísu. Skýrði Jens þennan mun með háu þjónustustigi ISNIC. Benti hann á að aðeins tæpur helmingur léna á Íslandi bæru .is endinguna. Margir væru til dæmis með .com.

„Rangt er að eigendur ISNIC hafi greitt sér mörg hundruð milljónir í arð „á ári“ eins og fram kom hjá þáttastjórnendum Bítisins á Bylgjunni. Rétt er hins vegar að metarðgreiðsla var innt af hendi í febrúar síðastliðnum og var hún 108 milljónir króna eins og sjá má í ársreikningi ISNIC 2021,“ sagði í yfirlýsingu Jens.

Þessar upplýsingar frá Jens virðast þó ekki í samræmi við það sem fram kemur í ársskýrslum ISNIC. Í ársreikningi fyrir árið 2021 segir að arðurinn sem greiddur verði út á þessu ári nemi 118 milljónum króna. Þar að auki sýnist þar ekki um metarðgreiðslu að ræða eins og framkvæmdastjórinn kallar hana, því fram kemur í ársreikningum félagsins að 190 milljónir króna hafi verið borgaðar út í arð á árinu 2020 vegna rekstrarársins 2019. Virðist þessi arður hafa verið greiddur þótt stjórn ISNIC hafi lagt til 65 milljónum króna lægri arðgreiðslu í það skipti eða 125 milljónir króna.

Þess má geta að hagnaður ISNIC fyrir árið 2019 nam 151 milljón króna, tæplega 40 milljónum minna en arðgreiðslan vegna rekstrarins það ár. Sé horft til næstliðinna tíu reikningsára, 2012 til 2021 sést að arðgreiðslur ISNIC hafa haldist í hendur við hagnað félagsins. Á þessum tíu árum nam hagnaðurinn samtals 903,4 milljónum og arðgreiðslurnar 896,5 milljónum.

ISNIC er í blandaðri eign einkaaðila og opinberra aðila. Stærsti einstaki eigandi er Jens Pétur Jensen framkvæmdastjóri með 29,51 prósents hlut. Hlutur hans samkvæmt því, í fyrrgreindum 896,5 milljóna króna arði á tíu ára tímabili, er 264,6 milljónir.

Aðrir stórar hluthafar í ISNIC eru Íslandspóstur með 18,66 prósenta hlut, Magnús Soffaníasson með 16,77 prósent og Bárður Hreinn Tryggvason með 16,24 prósent. ■

Norðmenn ósáttir við að verð lækki ekki á bensíni í takt við heimsmarkað

bth@frettabladid.is

NOREGUR Bensínverð hefur ekki fallið í Noregi í takt við lækkandi heimsmarkaðsverð á olíu. Norskir fjölmiðlar fjalla um þessa staðreynd og er umræðan á svipuðum nótum og þekkist innanlands.

Norskir fjölmiðlar greina frá því að það hafi tekið örskamma stund fyrir norskar bensínstöðvar að stórhækka verð á dísilolíu og bensíni en lækkun skili sér ekki eins hratt til baka þegar olíutunnan hefur lækkað um 15-20 prósent frá því sem mest var. Umræða fór fram um málið í norska ríkissjónvarpinu í fyrrakvöld. ■

Betri svefn

Það er hluti af góðri eigna-stýringu

Góð eignastýring breytir öllu

Reynslan sýnir að það að hafa meira milli handanna skilar sér ekki endilega í betri svefni. Við uppskeru erfiðis, á borð við sölu á fyrirtæki eða hugverki, eða þegar eignir flytjast milli kynslóða, birtast nýjar áskoranir; fjárfestingar og ráðstöfun fjármuna. Þá er gott að geta sest niður með traustum sérfræðingi til að ákvarða markmið með fjárfestingum, átta sig á heildarmynd eigna og aðstæðna og velja bestu leiðina í stöðunni til að standa vörð um og ávaxta fjármunina. Hafðu samband við Eignastýringu Íslandsbanka og saman komum við öllu í réttan farveg svo þú sofir rótt.

islandsbanki.is/eignastyring
440 4000

Fæðuöryggi Úkraínumanna í mikilli hættu

Rússar segja að barist sé í miðborg Maríupol. Forsvarsmenn Matvælaáætlunar Sameinuðu þjóðanna hafa miklar áhyggjur af fæðuöryggi í landinu.

arib@frettabladid.is

ÚKRAÍNA Fæðuframboð í Úkraínu er í mikilli hættu að mati Matvælaáætlunar Sameinuðu þjóðanna (MSÞ). Innrás Rússa hefur eyðilagt mikilvæga innviði, sem hefur leitt til þess að verslanir og vöruhús eru tóm.

„Aðfangakeðjurnar í landinu eru að molna í sundur. Bílstjórar óttast að keyra á milli staða,“ sagði Jakob Kern, verkefnastjóri almannavarna hjá MSÞ, á blaðamannafundi í Genf í gær. Staðan væri þó mun verri í umkringdum borgum á borð við Maríupol þar sem matur er uppurinn og borgarar verða sér úti um drykkjarvatn með því að bræða snjó.

Innrásin hefur einnig mikil áhrif á matvælaverð í heiminum þar sem MSÞ sjálf kaupir mikið af hveiti frá Úkraínu til að flytja til annarra staða þar sem neyðin er mikil.

Tímaspursmál er hvenær Rússar ná tökum á Maríupol. Rússneska varnarmálaráðuneytið sagði í gær að hermenn væru nú í götubardögum í miðborginni.

Ljúdmíla Denisova, umboðsmaður mannréttinda í Úkraínu, sagði að búið væri að bjarga 130 úr leikhúsinu í Maríupol, þar sem meira en þúsund konur og börn höfðu leitað skjóls áður en það varð fyrir flugskeyti. Denisova sagði við NBC að 1.300 væru föst í kjallaranum. Rússar neita því að hafa skotið á leikhúsið.

Volodímír Selenskíj, forseti Úkraínu, sagði að allt væri gert til að aðstoða fólkið en árásir Rússa gerðu það ómögulegt að koma hjálparsveitum á vettvang.

Rússnesk skip hafa skotið á Odesa og eru líkleg til að reyna að senda fótgönguliða sjóhersins á land nærri borginni til að loka á aðgang Úkraínu að Svartahafi. Innrásarherinn náði miklu landsvæði til að byrja með en hefur átt í erfiðleikum með að halda áfram för sinni. Borgin Súmíj í norðausturhluta landsins er nánast umkringd en Úkraínumönnum hefur tekist að koma í veg fyrir að Rússar loki víglínunni fyrir sunnan borgina.

Kænugarður er vel varinn og hefur Rússum ítrekað mistekist að koma mönnum suður fyrir borgina. Hafa hersveitir Rússa verið fastar í rúma viku við bæinn Irpin, 25 kílómetra frá borginni. Hefur þeim ekki tekist að komast yfir Irpin-ána.

Fréttaritari BBC í Karkív í austurhluta landsins sagði að Rússar væru orðnir pirraðir á því að ná ekki borginni og væru því að beina stórskotaliði að íbúðahverfum í síauknum mæli. Rússar skutu í gær flugskeytum á Lvív í vesturhluta landsins.

Xi Jinping forseti Kína sagði við Joe Biden Bandaríkjaforseta á fjarfundi í gær að átökin í Úkraínu væru ekki til hagsbóta fyrir neinn. „Ástandið í Úkraínu er eitthvað sem við viljum ekki sjá,“ sagði Xi. Þeir ræddu saman í tvo tíma í gær, Biden varaði Kínverja við að veita Rússum efnahags- eða hernaðaraðstoð. Slíkt myndi koma niður á kínverskum fyrirtækjum.

Bandaríkin hafa varið 800 milljónum dala í hernaðaraðstoð til Úkraínu. Meðal þess sem verður sent eru 800 Stinger-flugskeyti sem geta skotið niður flugvélar, 2 þúsund Javelin-sprengjuvörpur til að eyðileggja skriðdreka og 6 þúsund AT-4 sprengjuvörpur.

Sergei Lavrov, utanríkisráðherra Rússlands, sagði í viðtali við RT að Rússar litu svo á að allar vopnasendingar til Úkraínu væru lögleg skotmörk. „Það er skýrt að allir vöruflutningar sem fara inn á yfirráðasvæði Úkraínu og við teljum að innihaldi vopn, eru réttmætt skotmark,“ sagði hann.

Fór Lavrov einnig yfir nýja heimssýn Rússa, tímabilinu eftir Kalda stríðið væri lokið og Rússar myndu miklu frekar horfa austur á bóginn. „Við munum þurfa að treysta á okkur sjálf og þá bandamenn sem yfirgefa okkur ekki,“ sagði hann.

„Landið okkar hefur ekki séð svona mikla samstöðu í langan tíma,“ sagði Vladimír Pútín Rússlandsforseti, þegar hann kom fram á fjöldafundi á Luzhníkí-þjóðarleikvanginum í Moskvu í gær í tilefni af því að átta ár eru frá því að Rússar réðust inn á Krímskaga. Í ræðu sinni hélt Pútín áfram málflutningi um að Úkraínumenn hefðu framið fjöldamorð á rússneskumælandi íbúum Donbass-héraðsins. Hélt hann því einnig fram að Úkraínumenn tækju innrásarliðinu fagnandi.

Samstaðan í landinu er þó töluvert minni en Pútín hélt fram, eins og sjá má í niðurstöðum könnunar sem gerð var meðal almennings nýverið og sjá má hér fyrir ofan. ■

> ”
>
> **Það er skýrt að allir vöruflutningar sem fara inn á yfirráðasvæði Úkraínu og við teljum að innihaldi vopn, eru réttmætt skotmark.**
>
> Sergei Lavrov, utanríkisráðherra Rússlands

Innrás í Úkraínu

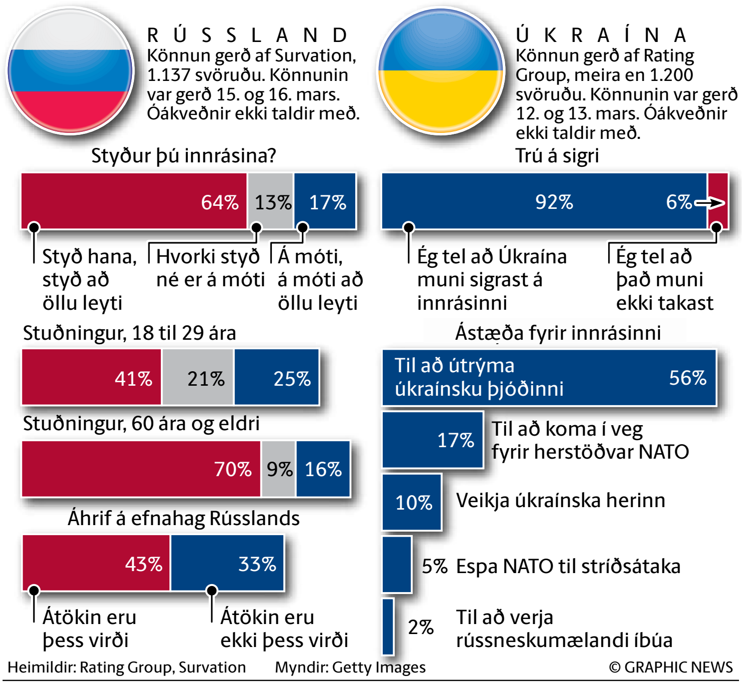
1. Kænugarður: Harðar árásir á borgina. Hersveitir Úkraínu ollu miklum skaða á sveitum Rússa norðvestan við borgina.
2. Tjernív: 53 almennir borgarar látnir.
3. Súmíj: Skriðdrekasveitir Rússa fastar í svaði sunnan við borgina.
4. Karkív: Harðar árásir á borgina. Mikið mannfall hjá Rússum, Ígor Níkolaev, ofursti 252. hersveitar, þar á meðal.
5. Maríupol: Rússar reyna að komast inn í borgina úr austri og vestri. Meira en tvö þúsund almennir borgarar liggja í valnum.
6. Kerson: Rússar færðu þyrluflota eftir loftárásir Úkraínumanna.
7. Odesa: Rússar hafa fært 810. fótgöngulið sjóhersins til Maríupol, líklegt er að hersveitin eigi að ganga á land nærri Odesa.
8. Lvív: Sex flugskeytum skotið á borgina en átökin hafa hingað til ekki náð svo langt vestur.

Heimildir: Institute for the Study of War, UK Ministry of Defence, Reuters © GRAPHIC NEWS

Blokk í úthverfi Kænugarðs í rúst í gær eftir loftárás. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Almenningsálit í Rússlandi og Úkraínu

Skýrar línur eru að myndast í Rússlandi í afstöðu til innrásarinnar. Á sama tíma er mikil samstaða í Úkraínu en níu af hverjum tíu Úkraínumönnum telja að hægt verði að sigrast á innrásinni



Heimildir: Rating Group, Survation Myndir: Getty Images © GRAPHIC NEWS

HAFNARFJÖRÐUR, NÓNHAMAR OG HRINGHAMAR Í HAMRANESI

Opið fyrir umsóknir vegna nýrra leiguíbúða

Bjarg íbúðafélag hefur opnað fyrir umsóknir vegna nýrra leiguíbúða í Hamranesi í Hafnarfirði.
Umsóknir og nánari upplýsingar á heimasíðu félagsins
www.bjargibudafelag.is

BJARG ÍBÚÐAFÉLAG

BSRB

Illt í hálsinum?
ÞRÍÞÆTT VIRKNI
gegn særindum og bólgu í hálsi
Septabene®
citron og honning
3 mg/1 mg munnsogstöflur
benzydaminehydrochloride/cetylpyridiniumchloride
Til notkunar í munnhol.
CITRON OG HONNING
16 munnsogstöflur
Vnr 41 97 33
Vnr 51 58 88
Septabene®
30 ml
Septabene (benzydaminehydrochloride/cetylpyridiniumchloride) 3 mg/1 mg munnsogstöflur
Septabene (benzydaminehydrochloride/cetylpyridiniumchloride) 1,5 mg/ml + 5 mg/ml munnholsúði, lausn
Septabene citron og honning er ætlað fullorðnum, unglingum og börnum eldri en 6 ára, til staðbundinnar og stuttrar bólgueyðandi, verkjastillandi og sótthreinsandi meðferðar við ertingu í hálsi, munni og tannholdi. Septabene munnholsúði er ætlaður fullorðnum, unglingum og börnum eldri en 6 ára, til staðbundinnar og stuttrar bólgueyðandi, verkjastillandi og sótthreinsandi meðferðar við ertingu í hálsi, munni og tannholdi og fyrir og eftir tanndrátt. Notkun Septabene citron og honning: Leysa á eina munnsogstöflu hægt upp í munninum á 3 til 6 klukkustunda fresti. Ekki er ráðlagt að nota lyfið strax fyrir eða eftir tannburstun. Ekki á að borða eða drekka í a.m.k. eina klukkustund eftir töku Septabene citron og honning. Notkun Septabene munnholsúða: Fyrir fyrstu notkun Septabene munnholsúða á að þrýsta nokkrum sinnum á úðadæluna til að ná jafnri skömmtun. Ef úðadælan hefur ekki verið notuð í langan tíma (svo sem a.m.k. eina viku) á að þrýsta einu sinni á úðadæluna til að ná jafnri skömmtun. Fjarlægið plasthettuna fyrir notkun. Opnið munninn vel, beinið úðastútnum að kokinu og þrýstið 1-2 sinnum á úðadæluna. Haldið niðri andanum meðan úðað er. Eftir hverja notkun á að setja plasthettuna aftur á úðadæluna. Þegar þrýst er einu sinni á úðadæluna er losaður skammtur sem nemur 0,1 ml af munnholsúða, en hann inniheldur 0,15 mg af benzydaminehydrochloride og 0,5 mg af cetylpyridiniumchloride. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir, sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is. Markaðsleyfishafi: KRKA, d.d., Novo mesto. KRK220309 – Mars 2022
Septabene®

Innblástur kemur víða að, þú þarft bara að finna hann. Kia Sportage tekur akstursupplifun þína í nýjar hæðir með einstökum aksturseiginlegum, tvöföldum bogadregnum skjá, öflugu fjórhjóladrifi og einstöku viðmóti. Kia Sportage verður fáanlegur bæði sem tvinn- og tengiltvinnbíll með allt að 70 km drægi. Nánar á kia.com

Komdu og reynsluaktu nýjum Sportage.
Frumsýndur í dag á milli 12-16 í sýningarsal okkar að Krókhálsi 13.
Við tökum vel á móti þér.

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

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland

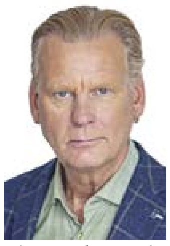
*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustueftirlit sem kaupandi ber kostnað af. Lestu meira um ábyrgðina á www.kia.com/abyrgd.

7 ÁRA ÁBYRGÐ KIA*
LOFORÐ UM GÆÐI

Askja býður öflugar hleðslulausnir fyrir allar stærðir fyrirtækja og heimila.
Nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

Eldgosið varði frá 19. mars 2021 og því lauk endanlega með stórum skjálfta á milli jóla og nýárs, að sögn Þorvaldar Þórðarsonar eldfjallafræðings. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Kurteisa eldgosið sem fór sínar eigin leiðir



Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Eitt ár er í dag síðan gjósa fór í Geldingadölum á Reykjanesi. Gosið var smátt og aflítið en kærkomið fyrir ferðaþjónustuna.

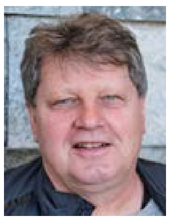
Eldar hófu að teygja sig upp úr Geldingadölum fyrir réttu ári, þann 19. mars 2021, en þar með rumskaði Reykjanesskagi af áttahundruð ára dvala og minnti á mátt sinn í þessum efnum.

Óhætt er að segja að eldgosið hafi verið landsmönnum hjartfólgið, svo og þeim ótölulega fjölda útlendinga sem þangað lagði leið sína að vori, sumri og fram á haust, en jarðhræringarnar voru um margt óvenjulegar, þótt ekki væri sakir annars en að höfuðborgarbúar áttu þess margir kost að horfa á eldtungurnar út um stofuglugga sinn. Sá bjarmi sem þar sást yfir landi er öllum þeim ógleymanlegur sem virtu hann fyrir sér.

Til hæginda fyrir ferðamenn

Þorvaldur Þórðarson, prófessor í eldfjallafræði, fylgdist manna gerst með framvindu gossins, en hann lýsir því frá sjónarhorni fræðanna sem frekar smáu og aflitlu gosi. „Þetta var kurteist gos sem var til hæginda fyrir ferðamenn,“ bendir hann á og bætir því við að varla hafi það getað komið sér fyrir á hentugri stað á milli fjalla og hæðardraga í hæfilegri fjarlægð frá Grindavík og Suðurstrandarvegi.

„En auðvitað má líka segja að jarðeldarnir hafi bent okkur vinsamlega á hvaða áhrif eldgos geta haft á okkur íbúa suðvesturhornsins. Við höfum ekki vanist því á okkar lífsleið að vera vakin og sofin yfir eldsumbrotum í bakgarðinum hjá okkur,“ segir Þorvaldur enn fremur. „En eldgosið var okkur einmitt áminning um að við búum á jaðri gosbeltis.“



Þorvaldur Þórðarson, prófessor í eldfjallafræði og bergfræði

Bjargaði okkur í faraldrinum

Tómas Guðbjartsson, leiðsögumaður á vegum Ferðafélags Íslands, fer fyrir stórum hópi göngufólks í afmælisgöngu í Geldingadali í dag, en fráleitt er það fyrsta ferð hans að gosstöðvunum suður með sjó. „Ætli ég hafi ekki gengið um það bil fimmtán sinnum upp að gosstöðvunum, á öllum árstíðum, þar á meðal á ferðaskíðum yfir snævi þakta jörð,“ segir fjallalæknirinn kunni, en svo fór að lokum að hann gerði göngukort af svæðinu til að auðvelda fólki umgengni við viðkvæma náttúruna á staðnum „og ekki síst til að minna fólk á hvað þetta var fjölfarin þjóðleið á milli höfuðbólanna Grindavíkur og Eyrarbakka í árdaga,“ segir Tómas.

Hann segir gosið hafa verið kærkomið. „Það má heita að það hafi bjargað okkur í miðjum heimsfaraldri, enda dró það þúsundir út undir bert loft og kom þeim upp úr sófanum. „Ætli fjöldi göngufólks á einum og sama staðnum hafi verið meiri í annan tíma?“ spyr Tómas að vonum.

„Og aðstæður á staðnum voru auðvitað til fyrirmyndar í miðju gosinu. Fólk gat tyllt sér í stúkusæti í óvanalega mikilli nálægð við eldspýjurnar á hæfilega vindasömum slóðum sem bægðu burtu eiturgufunum. Gosið var hannað til áhorfs,“ segir hann jafnframt.

Á stærð við hálft Kleifarvatn

Eldgosið í Geldingadölum jós hraunelfunum úr allnokkrum gígum fram á nýjan vetur, en Þorvaldur Þórðarson metur það svo að því hafi lokið endanlega með stórum skjálfta á milli jóla og nýárs, en nokkrum mánuðum fyrr var þó síðasti gígurinn hættur að láta á sér kræla við yfirborðið, þótt undir niðri hafi kvikan ólgað.

Eftir situr 70 metra þykkt hraun í jaðri gígsins sem er fagurlega mosagulur af brennisteinsútfellingum svo enn er unun á að horfa. Sjálft hraunið er fimm kílómetrar að flatarmáli, álíka víðeømt og hálft Kleifarvatn nokkru austan við Geldingadali, en hraunmagnið nemur 0,1 rúmkílómetra, sem er tíundi hluti þess sem vall upp á yfirborðið í Holuhrauni.

Það sem kom fræðimanninum Þorvaldi mest á óvart á meðan á jarðeldunum stóð, er hvað byrjun gossins var stóísk. „Það er eins og smá gat hafi komið á uppblásna blöðru og svo hafi lekið rólega úr henni,“ útskýrir Þorvaldur.

„Eins var það óvanalegt við þetta huggulega gos að hegðun þess og efnasamsetning breyttist ekki á meðan á því stóð. Það hélt sínu striki og karakter allt til loka, sem er úr takti við fjölda gosa sem breyta hegðun sinni eftir því sem tíma þeirra vindur fram,“ segir Þorvaldur að lokum. ■

> **Fólk gat tyllt sér í stúkusæti í óvanalega mikilli nálægð við eldspýjurnar á hæfilega vindasömum slóðum sem bægðu burtu eiturgufunum. Gosið var hannað til áhorfs.**

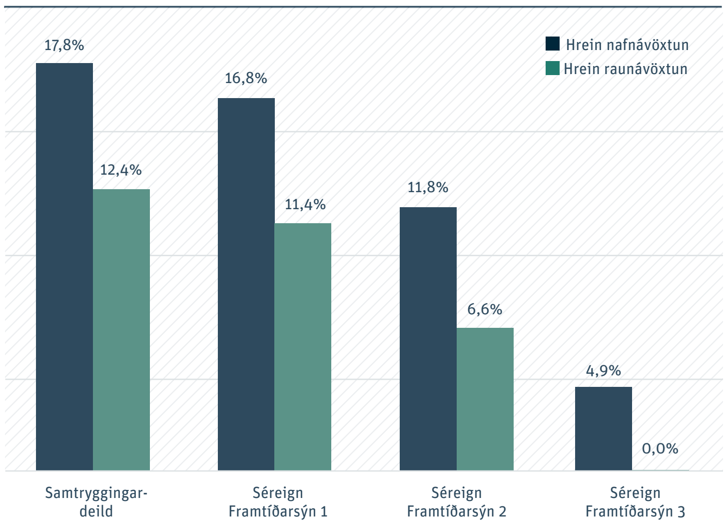
Tómas Guðbjartsson

Sjálft hraunið er fimm kílómetrar að flatarmáli, álíka víðfeðmt og hálft Kleifarvatn nokkru austan við Geldingadali, en hraunmagnið nemur 0,1 rúmkílómetra, sem er tíundi hluti þess sem vall upp á yfirborðið í Holuhrauni.

Starfsemi Gildis - lífeyrissjóðs 2021

Ávöxtun samtryggingardeildar Gildis var mjög góð á árinu 2021 en hrein raunávöxtun nam 12,4%. Hrein eign sjóðsins í árslok var 916 milljarðar króna og hækkaði um 152 milljarða á milli ára. Samtals eiga 251.920 sjóðfélagar réttindi hjá sjóðnum.

Ávöxtun 2021



Góð ávöxtun sjóðsins á árinu 2021 er fyrst og fremst borin uppi af innlendum og erlendum hlutabréfum og erlendum framtakssjóðum. Innlend skuldabréf skiluðu einnig góðri ávöxtun á árinu sem og flestir aðrir eignaflokkar, að undanskildum erlendum skuldabréfum og erlendum skammtímasjóðum.

Eignir

Hrein eign samtryggingardeildar til greiðslu lífeyris nam 908 milljörðum kr. í árslok 2021 og hækkaði um 151 ma.kr. á árinu. Hrein eign séreignardeilda í árslok 2021 var 7,6 milljarðar kr. og hækkaði um 1,1 ma.kr. frá fyrra ári.

Eignir samtryggingardeildar skiptast þannig:

31,7%	Erlend hlutabréf
23,3%	Innlend hlutabréf
18,1%	Ríkistryggð skuldabréf
15,1%	Önnur innlend skuldabréf
7,6%	Veðskuldabréf
3,4%	Innlán
0,9%	Erlend skuldabréf

Vægi eigna samtryggingardeildar í erlendri mynt var 35,8% í árslok 2021, samanborið við 37,9% í árslok 2020. Í nýrri fjárfestingarstefnu Gildis fyrir árið 2022 er lagt upp með að auka við samanlagt vægi hlutabréfa og draga á móti úr samanlögðu vægi skuldabréfa. Hlutfall innlendra hlutabréfa og skuldabréfa með ábyrgð ríkisins er hækkað frá fyrri stefnu en á móti lækkar hlutfall veðskuldabréfa, skuldabréfa fyrirtækja og erlendra skuldabréfa. Það er stefna Gildis að auka vægi erlendra eigna á komandi árum með það að markmiði að auka áhættudreifingu sjóðsins.

Stjórn og framkvæmdastjóri

Gylfi Gíslason (formaður), Stefán Ólafsson (varaformaður), Árni Bjarnason, Áslaug Hulda Jónsdóttir, Freyja Önundardóttir, Margrét Birkisdóttir, Margrét Valdimarsdóttir og Sverrir Sverrisson. Framkvæmdastjóri sjóðsins er Árni Guðmundsson.

Efnahagsreikningur	**í milljónum kr.**	
	2021	**2020**
Eignarhlutir í félögum og sjóðum	506.496	410.760
Skuldabréf	372.236	317.838
Bankainnstæður	32.182	30.710
Afleiðusamningar	152	281
Kröfur	5.046	4.642
Varanlegir rekstrarfjármunir	494	407
Skuldir	-516	-505
Hrein eign til greiðslu lífeyris	**916.091**	**764.133**

Breytingar á hreinni eign	**í milljónum kr.**	
	2021	**2020**
Iðgjöld	33.902	30.102
Lífeyrir	-21.217	-19.461
Framlag ríkisins vegna örorku	1.973	1.977
Hreinar fjárfestingartekjur	138.454	91.501
Rekstrarkostnaður	-1.154	-1.056
Hækkun á hreinni eign á árinu	151.958	103.062
Hrein eign frá fyrra ári	764.133	661.071
Hrein eign til greiðslu lífeyris	**916.091**	**764.133**

Kennitölur samtryggingardeildar		
	2021	**2020**
Hrein nafnávöxtun	17,8%	13,6%
Hrein raunávöxtun	12,4%	9,7%
Hrein raunávöxtun (5 ára meðaltal)	8,4%	5,7%
Hrein raunávöxtun (10 ára meðaltal)	7,1%	6,1%
Hrein raunávöxtun (15 ára meðaltal)	2,8%	2,6%
Hrein raunávöxtun (20 ára meðaltal)	4,8%	4,1%
Tryggingafræðileg staða	1,7%	4,0%
Fjöldi virkra sjóðfélaga	34.992	34.532
Fjöldi launagreiðenda	6.747	6.419
Fjöldi lífeyrisþega	26.503	25.667
Rekstrarkostnaður – hlutfall af iðgjöldum	3,2%	3,3%
Rekstrarkostnaður – hlutfall af eignum	0,14%	0,15%
Árlegur rekstrarkostnaður á hvern sjóðfélaga	3.996	3.653

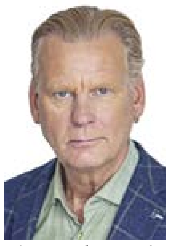
Ársfundur 2022

Ársfundur Gildis-lífeyrissjóðs verður haldinn fimmtudaginn 28. apríl klukkan 17.00 á Grand Hótel Reykjavík. Fundurinn verður á íslensku og ensku og verður honum streymt á heimasíðu sjóðsins. Dagskrá fundarins og nánara fyrirkomulag verður auglýst síðar.

GILDI

www.gildi.is gildi@gildi.is 515 4700

Græna orkan



Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Íslendingar standa frammi fyrir gríðarlegum áskorunum í orkumálum þar sem loftslagsmál og náttúruvernd vega salt á ási skynseminnar. Til að það fyrra njóti sannmælis þarf að auka framboð af grænni orku til mikilla muna, en svo því seinna verði ekki misboðið þarf að stíga einkar varlega til jarðar.

Fáar ef nokkrar þjóðir eiga jafn ríka möguleika og Íslendingar á sjálfbærri grænni orkuuppbyggingu. Fyrir dyrum standa þau merkilegu umskipti að bílafloti landsmanna verði allur knúinn rafmagni og eins hyllir undir að svo verði einnig í tilviki skipaflota og flugvéla. Í síðastnefnda tilvikinu er jafnvel horft til þess að Ísland geti á komandi árum og áratugum orðið alþjóðleg hleðslustöð fyrir flugvélar sem hafa hér viðkomu á leið yfir Atlantshafið og Norðurpólinn.

Þá er augljóst að mikil uppbygging mun verða á sviði hátæknigeirans á Íslandi sem nú þegar er orðinn fjórða meginstoðin í atvinnulífi landsmanna og vex ekki einasta hratt, heldur færir fólki betur launuð störf en þekkist í flestum öðrum atvinnugreinum.

Ónefnd er snaraukin grænmetisrækt á Íslandi sem getur hæglega dregið úr innflutningi svo um munar, en á tímum loftslagsvárinnar svíður auðvitað undan sannreyndinni að Íslendingar framleiða aðeins fjórðunginn af öllu því græna og góða sem í sífellt meira mæli er farið að einkenna matardiska landsmanna.

Á Íslandi er það fremur til siðs að niðurgreiða rafmagn til erlendra álversauðhringa sem varla borga skattana sína á Íslandi, fremur en til heimamanna í sveitum landsins sem nýta jarðvarmann til að rækta blóm og grænmeti innan um ávaxtabreiður í auknum mæli.

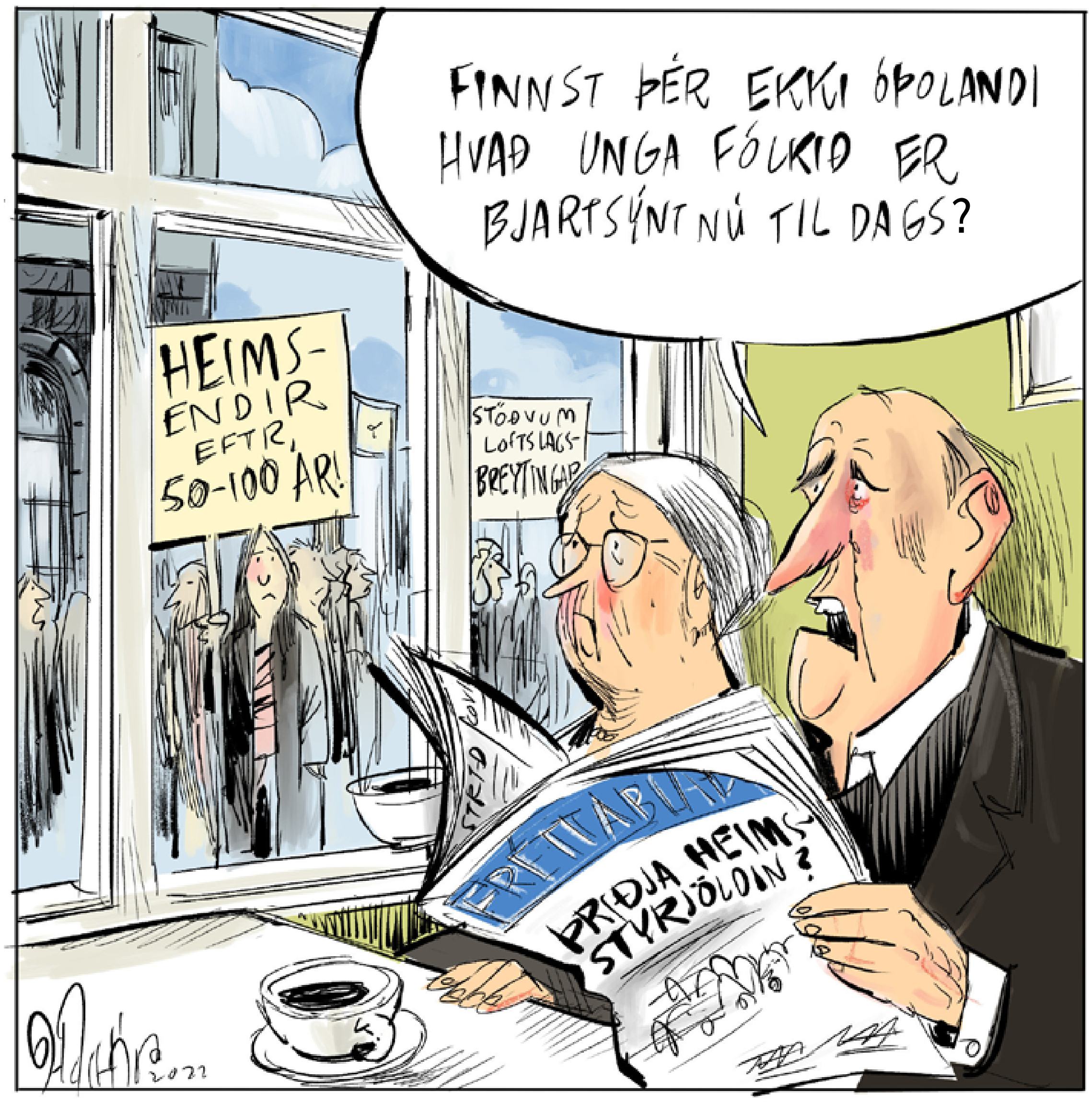
Það er beinlínis fáránlegt að reka ekki almennilega grænmetispólitík á Íslandi og þrefalda til dæmis niðurgreiðslur á raforkuflutningi til gróðurhúsa í landinu, en þær nema nú 370 milljónum á ári, sem eru smámunir miðað við það sem margar aðrar atvinnugreinar hér á landi þiggja með einum eða öðrum hætti úr sjóðum ríkisins.

> **„Frekari orkuuppbygging í sátt við náttúruna er risavaxin áskorun. Hún krefst vandvirkni og nýrra lausna.**

Þess í stað berja landsmenn áfram höfðinu við stein og flytja grænmeti sitt um lengsta mögulega veginn yfir álfur og úthöf, frá Suður-Afríku, Suður-Ameríku, Ísrael og Filippseyjum sem heitir varla annað í seinni tíð en sóðaskapur.

Frekari orkuuppbygging í sátt við náttúruna er risavaxin áskorun. Hún krefst vandvirkni og nýrra lausna og má þar allt eins horfa til sjávarfalla hringinn í kringum landið, vindorkunnar á heiðum uppi og óbeislaðs jarðvarma, fremur en risastórra vatnsaflsvirkjana. ■

Halldór



Mín skoðun

Ekki hugsa um ísbjörn

Sif Sigmarsdóttir

Rússneski rithöfundurinn Fjodor Dostojevskíj lagði eitt sinn þraut fyrir bróður sinn. Hann fól honum að hugsa alls ekki um ísbjörn. Fjodor vissi að honum myndi mistakast. „Reyni maður að hugsa ekki um ísbjörn skýtur bölvuðu kvikindinu upp í kollinn hverja einustu mínútu,“ skrifaði Dostojevskíj árið 1863. Þessi aldagamla þraut varpar ljósi á eitt helsta mein samtímans.

Á morgun er alþjóðlegi hamingjudagurinn. Dagurinn er haldinn að frumkvæði Sameinuðu þjóðanna og er markmiðið með honum að vekja athygli fólks á mikilvægi eigin hamingju. Vilja samtökin að hamingjan verði viðurkennd sem grundvallar mannréttindi.

Markmiðið er göfugt. En vegurinn til helvítis er markaður góðum ásetningi.

Við höfum líklega aldrei verið jafnmeðvituð um hamingjuna og nú. Við vinnum markvisst í henni og að henni, eltum hana upp um fjöll og firnindi, leitum hennar í útlöndum og endurmenntunarstofnunum, stöðuhækkunum og sólarlögum, hugleiðslu og Hagkaupum, samfélagsmiðlum og sjálfshjálparbókum.

Þrálátar tilraunir okkar til að höndla hana hafa hins vegar engu skilað. Rannsóknir á sviði „hamingjuvísinda“ og „jákvæðrar sálfræði“, greina sem hafa sótt í sig veðrið frá aldamótum, sýna flestar að þrátt fyrir vaxandi velmegun síðustu áratuga, aukna menntun, hraðar tækniframfarir og blómstrandi vöruframboð hefur hamingja okkar ekkert aukist.

Hvað veldur?

> **„Okkur mistekst ekki þrátt fyrir að hafa reynt okkar besta heldur mistekst okkur af því að við reyndum okkar besta.**

Óður til gleðinnar

Árið 1987, rúmri öld eftir að Dostojevskíj lagði þraut fyrir bróður sinn, sýndi bandaríski félagssálfræðingurinn Daniel Wegner fram á ísbjarnaráhrifin í rannsókn. „Við sjáum holu í veginum en hjólum beint ofan í hana. Við einsetjum okkur að sneiða hjá viðkvæmu viðfangsefni í samræðum en gloprum því út úr okkur. Við ríghöldum í rauðvínsglas, fikrum okkur þvert yfir stofuna og hugsum „ekki sulla“ en missum glasið á teppalagt gólfið beint fyrir framan gestgjafann.“

Í sálfræði kallast fyrirbærið „kaldhæðnisverkunin“. Okkur mistekst ekki þrátt fyrir að hafa reynt okkar besta heldur mistekst okkur af því að við reyndum okkar besta.

Í draumi sérhvers manns er fall hans falið. Svo virðist sem leitin að hamingjunni sé það sem stendur í vegi fyrir því að við finnum hana. Nýjustu rannsóknir sýna að þeir sem leggja mest upp úr hamingju verða síður hamingjusamir. Þeir sem þylja jákvæðar möntrur finna síður til gleði. Þeir sem ímynda sér árangur markmiða sinna ná þeim sjaldnar. Þeir sem eru líklegastir til að kaupa sjálfshjálparbók eru þeir sem keyptu sjálfshjálparbók á síðustu átján mánuðum.

Krónísk sókn eftir hamingju hefur þó ekki aðeins lagt á okkur þá óraunhæfu kröfu að við förum í gegnum lífið jafnhress og gestir í Vikunni með Gísla Marteini. Undir járnaga jákvæðninnar hefur okkur verið innrætt að uppræta beri neikvæðni, ótta, kvíða og efa eins og bólusótt og kóvid.

Breski blaðamaðurinn Oliver Burkeman telur slíkt ranga nálgun. Í bók sinni „The Antidote: Happiness for people who can't stand positive thinking“ færir hann rök fyrir því að það séu einmitt tilfinningarnar sem samtíminn segir okkur að forðast sem leiði til hamingju og almennrar velgengni í lífinu. Þegar við erum döpur er líklegt að við höfum lent í einhverju sem draga þurfi lærdóm af; kvíði er áminning um að við þurfum að undirbúa okkur undir það sem getur farið úrskeiðis; sorg kennir okkur að meta það sem við höfum.

„Vont og það versnar,“ söng Súkkat um árið. Samkvæmt nýjustu rannsóknum er lagið óður til gleðinnar. Samkvæmt sömu rannsóknum er vitundarvakning um hamingju líkleg til að draga úr henni. En hvað getum við þá gert á alþjóðlega hamingjudaginn? Svarið er augljóst: Reynt að hugsa ekki um ísbjörn. ■

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR**: Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jón Þórisson **RITSTJÓRI:** Sigmundur Ernir Rúnarsson *ser@frettabladid.is*, **FRÉTTASTJÓRAR:** Aðalheiður Ámundadóttir *adalheidur@frettabladid.is* Ari Brynjólfsson *arib@frettabladid.is*, Garðar Örn Úlfarsson *gar@frettabladid.is* **VEFSTJÓRI:** Einar Þór Sigurðsson *einarthor@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* **ÍÞRÓTTIR:** Hörður Snævar Jónsson *hoddi@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

AÐEINS ÞESSA HELGI
SÍÐUSTU TEPPIN
ALLT AÐ 78% AFSLÁTTUR
SÍÐUSTU TEPPIN SELJAST Á GJAFAVERÐI
ENN MEIRI VERÐLÆKKUN
NÁÐU ÞÉR Í DRAUMATEPPIÐ Á DRAUMAVERÐI!
Verðið segir allt sem segja þarf
SPARIÐ 435.900
Tabriz 350x250cm
582.500 ~~172.500~~ NÚ 146.600
SPARIÐ 179.950
Kashgay 250X150cm
240.950 ~~71.950~~ NÚ 61.000
SPARIÐ 37.000
Lillian 150X90cm
49.500 ~~14.500~~ NÚ 12.500
SPARIÐ 252.850
Nain 250X80cm
342.750 ~~105.750~~ NÚ 89.900
SPARIÐ 314.000
Nahawand 200X150cm
398.500 ~~99.500~~ NÚ 84.500
SPARIÐ 392.750
Kashan 210X160cm
520.750 ~~150.750~~ NÚ 128.000
SPARIÐ 130.950
Koliay 210X150cm
169.950 ~~45.950~~ NÚ 39.000
SPARIÐ 388.000
Með silki!
Nain 200x150cm
519.500 ~~154.500~~ NÚ 131.500
Cromwell Rugs® ehf.
Víkurhvarf 2 • Sími 835 70 70
Vöruhúsið er opið fyrir almenning í tvo daga til viðbótar
Laugardag 19/3
Sunnudag 20/3
Víkurhvarf 2
Sími 835 70 70
LAUGARDAG 10-22
SUNNUDAG 12-22
Meðan birgðir endast

Er ein taugahrúga þegar Gunnar berst

Aron Guðmundsson
skrifar frá London
aron
@frettabladid.is

Fransiska Björk Hinriksdóttir, unnusta Gunnars Nelson, er ein taugahrúga í hvert skipti sem Gunnar stígur inn í búrið. Hún ber hins vegar mikla virðingu fyrir þeirri syllu sem hann hefur fundið í lífinu. Þau hafa verið saman í rúm fimm ár, eiga saman eina dóttur og svo á Gunnar einn strák úr fyrra sambandi. Fransiska segir Gunnar hafa föðurhlutverkið í sér og að hann kunni að tækla alls konar aðstæður.

Bardagakappinn Gunnar Nelson stígur aftur í búrið í dag eftir langa fjarveru. Fransiska og Gunnar kynntust úti á lífinu eins og svo fjölmargir aðrir. „Við kynntumst á gamla góða Biffanum árið 2016 en byrjuðum síðan saman sumarið 2017, svo við erum búin að vera saman í næstum fimm ár," segir Fransiska í samtali við Fréttablaðið.

Saman hafa þau stofnað fjölskyldu og í viðtali við Fréttablaðið á dögunum sagði Gunnar að föðurhlutverkið hefði skerpt sýn hans á lífinu. Hann hefði farið að setja aðra í fyrsta sæti og nyti þess að vera faðir. Fransiska segir hann vera mjög skemmtilegan í föðurhlutverkinu.

„Hann leikur mikið við börnin og grínast. Þó að honum finnist það ekki sjálfum, er hann mjög þolinmóður og ráðagóður þegar kemur að börnunum og virðist hafa það bara í sér að vita hvernig eigi að tækla alls konar aðstæður. Þar sem hann var faðir þegar við kynntumst hef ég einnig lært margt af honum."

> „Á meðan á bardaganum stendur finn ég fyrir valdaleysi. Stundum kreppi ég hnefa og blikka augum og reyni að senda honum kraft.

Styður hann á vegferð sinni

Gunnar er atvinnumaður í íþróttum. Hann er bardagamaður og brautryðjandi í sinni grein á meðal Íslendinga, atvinna hans er eitthvað sem við fæst getum tengt við. Fransiska segist skilja þessa vegferð sem Gunnar valdi sér í lífinu þó svo að hún sé aðeins of blóði drifin fyrir hennar smekk.

„Gunni fann sig mjög snemma í ýmiss konar bardagalistum og ég ber mikla virðingu fyrir því að hann hafi fundið sína syllu. Sú sylla er náttúrulega smá of blóði drifin fyrir minn smekk en ég styð hann samt sem áður í því sem hann er að gera, á þann hátt sem ég get."

Fransiska Björk og Gunnar Nelson blómstra saman. MYND/AÐSEND

Vinnutími Gunnars er ekki hefðbundinn en fjölskyldan stendur þétt saman. „Það eru náttúrulega kostir og gallar við að vera ekki í 8-16 vinnu. Þetta kemur í törnum og vinnutíminn hans getur verið ágætlega sveigjanlegur þó að hann sé stundum mikið á kvöldin eða um helgar. En við reynum bara að vinna saman og láta þetta ganga upp, sem það gerir og gengur bara yfirleitt vel."

Finnur fyrir valdaleysi

Hún dáist að Gunnari en viðurkennir að ýmsar tilfinningar geri vart við sig þegar á hólminn er komið.

„Það er alltaf mjög gaman að fylgjast með honum í æfingaferlinu sem verður alltaf ákafara og ákafara eftir því sem nær dregur bardaga. Ég dáist alltaf að þessum mikla aga og úthaldi Gunna þegar kemur að vinnunni og því hversu mikið hann helgar sig þessu sporti. Hvort sem bardagi er á döfinni eða ekki. Þegar svo kemur að bardaga kvíði ég því auðvitað að hann slasist eða eitthvað komi fyrir, en á sama tíma er maður allur á iði því spennan er svo mikil og keppnisskapið tekur yfir."

Fransiska verður í O2-höllinni í Lundúnum í kvöld þegar að Gunnar stígur inn í búrið eftir meira en tveggja ára fjarveru.

„Það er frekar erfitt að lýsa því nákvæmlega hvernig mér líður á þeirri stundu. Smá af öllu; stressuð og jafnvel alveg skíthrædd en líka ofurpeppuð og keppnisskap í botni. Meðan á bardaganum stendur finn ég fyrir valdaleysi. Stundum kreppi ég hnefa og blikka augum og reyni að senda honum kraft þannig, sem hljómar mjög asnalega og fyndið en þannig er maður þarna, ein taugahrúga en á sama tíma líka að hafa mjög gaman," segir Fransiska Björk Hinriksdóttir, unnusta Gunnars Nelson.

Gunnar Nelson mætir Takashi Sato í veltivigt UFC í kvöld í O2-höllinni í Lundúnum. ■

> „Hann er mjög þolinmóður og ráðagóður þegar kemur að börnunum.

ORKUSJÓÐUR

Orkusjóður auglýsir styrki til orkuskipta 2022

Heildarfjárhæð til úthlutunar er allt að 900 m.kr.
Styrkupphæð til hvers verkefnis ræðst af getu sjóðsins og fjölda umsókna.
Styrkir geta numið 33% af áætluðum stofnkostnaði.

Verkefnastyrkir

1. **Bætt orkunýting:** Búnaður sem minnkar raforkunotkun til beinnar hitunar í rafkyntum varmaveitum og/eða minnkar olíunotkun.
2. **Minnkun olíunotkunar í iðnaði:** Búnaður sem nýtir vistvæna orku í stað olíu.
3. **Raf- og lífeldsneyti og metan:** Bættir innviðir (t.d. dreifing, varaafl) og/eða framleiðsla raf- eða lífeldsneytis úr orku sem tryggð hefur verið til þess verkefnis. Nýting líf- og rafeldsneytis og metans skal einnig vera tryggð (t.d. í tæki), hvort heldur sem orkugjafi eða til frekari framleiðslu.
4. **Hleðslustöðvar fyrir samgöngur:** Uppsetning hleðslu- eða áfyllingarstöðva til þéttingar nets hleðslustöðva við vegakerfið sem og gististaði, frístundasvæði (t.d. íþróttahús, sundlaugar), verslanir og fjölsótta ferðamannastaði. Ef um hraðhleðslustöðvar er að ræða (150 kW og stærri) getur kostnaður við sérlausnir verið innifalinn (t.d. rafhlöður, sólarsellur, vindrellur).
5. **Orkuskipti í haftengdri starfsemi:** Aðgerðir sem nýta vistvæna orku í haftengdri starfsemi og siglingu til og frá höfn.

orkusjodur.is

ORKUSJÓÐUR

Umsóknafrestur er til 7. maí 2022
Umsóknir skulu sendar gegnum þjónustugátt Orkustofnunar: **gattin.os.is**

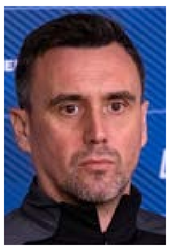
ORKUSTOFNUN

Þrír gáfu ekki kost á sér í hópinn sem Arnar Þór valdi

hoddi@frettabladid.is

FÓTBOLTI Arnar Þór Viðarsson, landsliðsþjálfari Íslands, opinberaði í gær sinn fyrsta alvöru landsliðshóp á þessu ári. Hópurinn er nokkuð svipaður þeim sem Arnar valdi á síðasta ári eftir að stór kjarni liðsins var ekki lengur inni í myndinni fyrir Arnar og þjálfarateymi hans af ýmsum ástæðum.

Fátt er um óvænt tíðindi í hópnum en Alfreð Finnbogason og Jóhann Berg Guðmundsson eru fjarverandi vegna meiðsla. Birkir Bjarnason, landsleikjahæsti leikmaður í sögu Íslands, er á sínum stað.



Arnar Þór Viðarsson, landsliðsþjálfari

Ísland mætir Finnlandi laugardaginn 26. mars á Estadio Nueva Condomina/Estadio Enrique Roca de Murcia í Murcia og hefst leikurinn klukkan 16.00 að íslenskum tíma. Liðið mætir svo Spáni á Riazor í A Coruna þriðjudaginn 29. mars og hefst sá leikur klukkan 18.45 að íslenskum tíma.

Um er að ræða vináttulandsleiki en Jóhannes Karl Guðjónsson aðstoðarþjálfari liðsins tekur þátt í sínu fyrsta verkefni, sonur hans Ísak Bergmann er á sínum stað í hópnum.

Tveir Guðjohnsen eftir

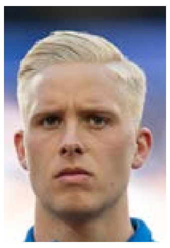
Eiður Smári Guðjohnsen lét af störfum sem aðstoðarþjálfari liðsins undir lok síðasta árs en tveir synir hans eru áfram hluti af landsliðinu. Framherjarnir Sveinn Aron Guðjohnsen og Andri Lucas Guðjohnsen eru á sínum stað í hópi Arnars og Jóhannesar.

Þrír leikmenn gáfu ekki kost á sér í hópinn en það eru þeir Guðlaugur Victor Pálsson, Mikael Neville Andersen og Sverrir Ingason.

Arnar Þór vildi lítið tjá sig um ástæður fjarveru þeirra á blaðamannafundi í gær. „Allar ástæðurnar fyrir fjarverunni eru persónulegar og ekkert sérstakt þar á bak við. Mikael er að verða pabbi í annað skiptið,“ sagði Arnar Þór um málið.

Ferðalag Harðar frá Moskvu

Hörður Björgvin Magnússon snýr aftur í landsliðið eftir meiðsli en hann leikur með CSKA Moskvu í Rússlandi. Það er hins vegar flókið verkefni fyrir Hörð að komast til móts við landsliðið, fjöldi landa hefur bannað flugferðir til og frá Rússlandi vegna innrásarinnar í Úkraínu.



Hörður Björgvin Magnússon

Til að komast til móts við landsliðið á Alicante-svæðinu þarf Hörður að fljúga frá Moskvu til Istanbúl í Tyrklandi, þar tekur við bið áður en Hörður nær flugi yfir til Madríd. Eftir smá bið í Madríd flýgur hann svo frá Madríd til Alicante og getur þar komið til móts við liðið.

Á fréttamannafundi landsliðsins í gær kom fram að óvíst væri hvernig Hörður kæmist til baka til Moskvu en samgöngur til landsins eru eins og fyrr segir af skornum skammti vegna stríðsins í Úkraínu. ■

Hópurinn

Markverðir:		
Rúnar Alex Rúnarsson	12 leikir	
Elías Rafn Ólafsson	4 leikir	
Patrik Sigurður Gunnarsson		
Aðrir leikmenn:		
Alfons Sampsted	8 leikir	
Guðmundur Þórarinsson	12 leikir	

Atli Barkarson	2 leikir	
Brynjar Ingi Bjarnason	10 leikir	2 mörk
Hjörtur Hermannsson	25 leikir	1 mark
Ísak Bergmann Jóhannesson	10 leikir	1 mark
Birkir Bjarnason	105 leikir	14 mörk
Sveinn Aron Guðjohnsen	10 leikir	mark
Albert Guðmundsson	29 leikir	6 mörk
Jón Dagur Þorsteinsson	16 leikir	2 mörk
Daníel Leó Grétarsson	5 leikir	

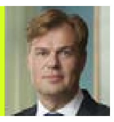
Aron Elís Þrándarson	8 leikir	
Stefán Teitur Þórðarson	7 leikir	1 mark
Andri Fannar Baldursson	8 leikir	
Arnór Sigurðsson	16 leikir	1 mark
Andri Lucas Guðjohnsen	6 leikir	2 mörk
Þórir Jóhann Helgason	7 leikir	
Arnór Ingvi Traustason	43 leikir	5 mörk
Jón Daði Böðvarsson	62 leikir	4 mörk

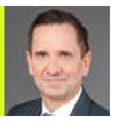
Tökum vel á móti framtíðinni

Ísland er á tímamótum. Eftirspurn eftir grænni orku eykst stöðugt.
– Hvernig hefur arðsemi af orkuvinnslunni aukist?
– Hvaða virkjanaverkefni eru í undirbúningi?
– Hvernig hefur Landsvirkjun undirbúið framtíðina?

Velkomin á ársfund Landsvirkjunar í Hörpu, fimmtudaginn 24. mars kl. 14

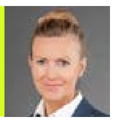
Ávarp
Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra


Ávarp
Jónas Þór Guðmundsson stjórnarformaður


Framtíðin er núna – Tækifæri okkar og ábyrgð
Hörður Arnarson forstjóri

Aukinn arður í þágu þjóðar – Straumhvörf í fjármálum
Rafnar Lárusson, framkvæmdastjóri fjármála og upplýsingatækni

Byr í seglin – Samvinna og stuðningur við viðskiptavini
Tinna Traustadóttir, framkvæmdastjóri sölu og þjónustu


Að mörgu er að hyggja ef vel á að byggja – Næstu skref í orkuöflun
Ásbjörg Kristinsdóttir, framkvæmdastjóri framkvæmda

Fyrir okkur og komandi kynslóðir – Landsvirkjun og loftslagið
Jóna Bjarnadóttir, framkvæmdastjóri samfélags og umhverfis

Þegar kviknar á perunni – Nýsköpun og græn framtíð
Ríkarður Ríkarðsson, framkvæmdastjóri viðskiptaþróunar og nýsköpunar

Höldum ótrauð áfram! – Lokaorð fundarstjóra
Kristín Linda Árnadóttir aðstoðarforstjóri

Landsvirkjun

Skráning á fundinn á landsvirkjun.is

20%

AF VÖLDUM HÚSGÖGNUM

NATUZZI EDITIONS B988
3ja sæta sófi. Ítalskt gæðaleður.
205 x 88 x 76 cm. ~~459.990 kr.~~
Nú 367.992 kr.

NATUZZI EDITIONS B988
2ja sæta sófi. Ítalskt gæðaleður.
166 x 88 x 76 cm. ~~389.990 kr.~~
Nú 311.992 kr.

MARIBO Tungusófi, vinstri eða hægri.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði. ~~169.990 kr.~~
Nú 127.493 kr.

VERA 3ja sæta sófi í gulu eða bronze áklæði.
226 x 96 x 85 cm. ~~279.990 kr.~~
Nú 209.993 kr.

RICHMOND
Borðstofuborð, olíuborin
eik. Ø120 cm. ~~99.990 kr.~~
Nú 79.992 kr.

MANZANO 2ja sæta sófi. Vandað
ítalskt leður (botn, bak og armhlið með
bonded leðri) 165 x 91 x 91 cm. ~~189.990 kr.~~
Nú 151.992 kr.

FRANCIS DUSK Tungusófi í bláu eða gráu
sléttflaueli. 371 x 177/120 x 80 cm. ~~649.990 kr.~~
Nú 519.992 kr.

FRANKLIN Tungusófi, vinstri. Ljósgrátt slitsterkt áklæði.
268 x 161 x 87 cm. ~~319.990 kr.~~
Nú 255.992 kr.

MUUBS SPACE
Borðstofuborð, reyklituð eik.
Ø150 cm. ~~394.990 kr.~~
Nú 315.992 kr.

ZIMMER
Borðstofustóll. Ýmsir litir. ~~59.990 kr.~~
Nú 47.992 kr.

YORK
Borðstofustóll. Dökkgrár, brúnn
eða svartur. ~~26.990 kr.~~
Nú 21.592 kr.

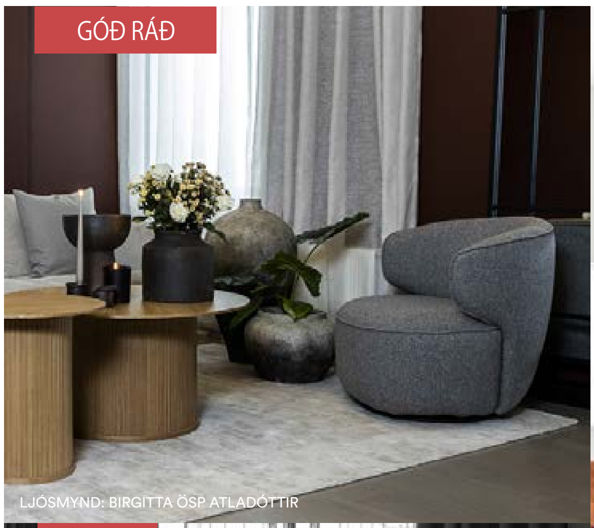
COLLINS 3ja sæta sófi í gráu áklæði.
224 x 100 x 92 cm. ~~299.990 kr.~~
Nú 239.992 kr.

Fáðu innblástur

í glæsilegu tímariti Húsgagnahallarinnar

Skannaðu QR-kóðann
til að lesa þetta
stórglæsilega tímarit

husgagnahollin.is/hollin-min/



HÚSGAGNA
HÖLLIN

BJORK@FRETTABLADID.IS

Hvenær þekkir maður mann?

Ég segi stundum að flestir komi mér rækilega á óvart. Auðvitað er það stundum á skemmtilegan hátt en oftar er það þó leiðinlega, því miður. Kannski er ástæðan sú að ég einfaldlega trúi því besta upp á fólk, frekar en að fólk sé almennt svona gallað. Hvað sem því líður þá er ágæt regla að fullyrða sem minnst um karaktereinkenni fólks. Frábær vinur sem er traustur á trúnó og hrókur alls fagnaðar getur nefnilega verið algjör slugsi í vinnu eða ömurlegur í sambúð.

Í þessu tölublaði segir Erla Gunnarsdóttir frá bréfi sem Frosti Logason lagði fram hjá sýslumanni í umgengnismáli hennar og barnsföður hennar. Þar skrifaði Frosti orðrétt: „xxx er ekki ofbeldismaður og hefur aldrei verið.“ Á þeim tíma hafði Erla þó lagt fram kæru á hendur barnsföður sínum vegna ofbeldis auk þess sem tvær aðrar konur höfðu kært hann fyrir sömu sakir. Frosti segist mögulega hafa tekið of djúpt í árinni með fullyrðingu sinni. Í besta falli sýndi hann dómgreindarbrest. Enda varla nokkur leið að fullyrða slíkt um nokkurn mann. Hvað veit maður um það sem gerist á bak við luktar dyr?

Ekkert. Og því borgar sig að fullyrða sem minnst um slíkt. ■

> Hvað veit maður um það sem gerist á bak við luktar dyr?

Við mælum með

Drag plóg þinn yfir bein hinna dauðu eftir Olgu Tokarczuk

Besta bókin á markaði nú um stundir er eftir pólska Nóbelsverðlaunahafann Olgu Tokarczuk. Hinn öflugi þáttarstjórnandi Kiljunnar, Egill Helgason, segir Olgu vera besta Nóbelsverðlaunahafa seinni ára – og ekki lýgur hann.

Aðalpersónan í Drag plóg þinn yfir bein hinna dauðu er eldri kona, Janina, sem er ástríðufullur dýravinur. Janina unir sér við að lesa stjörnuspeki og þýða ljóð Williams Blake. Þegar nágranni hennar deyr skyndilega, og fleiri dauðsföll fylgja í kjölfarið, kemst rót á líf Janinu.

Hér er á ferð bókmenntaleg glæpasaga með ógleymanlegri aðalpersónu.

Kirkjuferðum

Í heimi þar sem ekki er allt eins og best verður á kosið, eins og nú er þegar stríðsógnin blasir við okkur, þá er þörf á hugarró. Hana er hægt að öðlast á ýmsan hátt, til dæmis með því að fara í kirkju. Í kirkjum landsins ríkir friður og ró og þar er spiluð fögur tónlist. Þess vegna er margt vitlausara en að bregða sér í sunnudagsmessu nú um helgina. ■

Katla Líf Drífu- Louisdóttir fer með hlutverk Bellu í verkinu Umskiptingur sem verður frumsýnt í dag. MYND/AÐSEND

Mun sakna æfinganna

Í dag, laugardag, er frumsýnt glænýtt íslenskt barnaleikrit, Umskiptingur, eftir Sigrúnu Eldjárn. Verkið fjallar um systkinin Sævar og Bellu og ævintýri þeirra en það er Katla Líf Drífu-Louisdóttir sem stígur sín fyrstu skref í atvinnuleikhúsi í hlutverki Bellu.

bjork@frettabladid.is

Í verkinu leikur Sigrún Eldjárn sér á frumlegan hátt með minnið um umskiptinga úr gömlu þjóðsögum okkar með fulltingi frumsaminnar tónlistar Ragnhildar Gísladóttur.

Verkið sem valið var úr 150 verkum sem bárust Þjóðleikhúsinu þegar kallað var eftir verkum fyrir börn, fjallar um systkinin Sævar og Bellu sem eru í berjamó. Einu sinni sem oftar þarf Sævar að gæta litlu systur sinnar en þegar tröllskessa með óslökkvandi fegurðarþrá sér hana ákveður hún að skipta á henni og hinum stórgerða og uppátækjasama syni sínum, tröllastráknum Steina.

Katla Líf Drífu-Louisdóttir, tólf ára fer með hlutverk Bellu en Katla er á þriðja ári í Borgarleikhússkólanum. „Ég tók mér frí í vetur þangað til á næsta ári, út af Umskiptingnum. Svo hef ég verið í Söngleikjadeild í Dansskóla Birnu Björns í nokkur ár og líka alls konar öðrum námskeiðum,“ segir hún.

Ég er að bilast

Það kemur varla á óvart að leiklist, söngur og dans eru helstu áhugamál Kötlu sem segist þó einnig hafa mikinn áhuga á ljósmyndun.

Í verkinu leikur SIgrún sér með minnið um umskiptinga úr þjóðsögunum.

> Ég verð að viðurkenna að ég er alveg pínu stressuð, en ég veit að ég er ekki ein í stressinu og við hjálpumst öll að með það.

„Konan sem kennir mér í söngleikjadeild, hún Hreindís, bauð okkur krökkunum í prufur og svo voru líka aðrir krakkar, annars staðar frá, í prufunum,“ segir Katla aðspurð um hvernig hún hafi fengið hlutverkið.

„Æfingaferlið hefur verið ótrúlega skemmtilegt,“ segir Katla með áherslu. „En líka krefjandi. Þetta er náttúrulega mikil reynsla og algert ævintýri. Það er svo gaman að vinna með svona jákvæðu, hæfileikaríku og skemmtilegu fólki.“

Katla er augljóslega gríðarlega spennt fyrir frumsýningunni í dag: „Ég er að bilast! En er samt leið að það verða ekki fleiri æfingar, á eftir að sakna þeirra.“

„Ég verð að viðurkenna að ég er alveg pínu stressuð, en ég veit að ég er ekki ein í stressinu og við hjálpumst öll að með það.“

Gaman að vera í öðrum heimi

Katla segir skemmtilegt að leika í leikhúsinu og heyra hlátur og sjá fólk glatt og hamingjusamt. „Það er það besta við að leika í leikhúsi, að gleðja fólk,“ segir hún og bætir við: „Og svo líka að hitta alla þessa reynslubolta og að kynnast fullt af fólki. Og fá að vera í öðrum heimi sem er allt öðruvísi en mitt líf. Og ég gæti haldið áfram í allan dag,“ segir hún spennt.

Þegar hún er spurð hvað sé erfiðast við verkefnið viðurkennir hún að það taki á að þurfa að læra allan textann. „Það tekur mikla þolinmæði.“ ■

■ Í vikulokin

Gapuxaskapur einangrunarsinna

Ólafur Arnarson

Í tæp 30 ár höfum við Íslendingar verið 80 prósent aðilar að ESB í gegnum EES og við innleiðum bróðurpart regluverks ESB.

Flestar tilskipanir frá Brüssel hafa verið í frelsisátt fyrir einstaklinga og atvinnulíf. Einhverjar hafa verið íþyngjandi. Allar eiga þær það sammerkt að við höfum ekkert um innihald þeirra að segja vegna þess að við erum ekki ESB-aðildarþjóð.

Aðildin að EES hefur fært Íslendingum rétt til að búa og starfa í öllum aðildarríkjum ESB. Þá hefur aðildin lækkað vöruverð hér á landi og opnað evrópska markaði fyrir íslenskum fyrirtækjum.

Aðild að ESB er kjörin fyrir smáríki. Lúxemborg var stofnaðili að Kola- og stálbandalaginu sem síðar varð að ESB. Kýpur og Malta, sem bæði eru smáríki, gengu inn síðar og una hag sínum vel.

Stórveldin í ESB sýna smáríkjunum og hagsmunum þeirra virðingu og hafa ítrekað falið fulltrúum smærri ríkja valdamikil ábyrgðarstörf innan ESB.

ESB er friðarbandalag evrópskra lýðræðisþjóða. Atburðarás undanfarinna vikna sýnir svo um munar að bandalagið stendur fullkomlega undir þeirri ábyrgð.

Sífellt glymur þó rámur og falskur söngur íslenskra einangrunarsinna um að Íslandi stafi sérstök hætta af aðild að ESB vegna þess að stóru ríkin muni nánast leggja Ísland undir sig sem nýlendu og svipta okkur auðlindum göngum við í ESB.

Hvers vegna ættu stórveldin, sem virða og styðja önnur smáríki innan ESB, að grípa til grimmdar og kúgunar gagnvart Íslandi? Þýskaland og Frakkland hafa ávallt sýnt Íslandi vinarþel á alþjóðavettvangi, ekki síst á ögurstundu. Þetta er meira en hægt er að segja um Bretland sem telur sig ekki lengur eiga samleið með lýðræðisþjóðum í Evrópu.

Skollaleikur og hræðsluáróður einangrunarsinna verður að taka enda. Nesjamennska má ekki ráða för í hagsmunamati fyrir Ísland.

Hvað er það sem einangrunarsinnar óttast? ■

> Nesjamennska má ekki ráða för í hagsmunamati fyrir Ísland.

JS WATCH CO. REYKJAVIK

Sennilega Heimsins Minnsti Úra Framleiðandi

HJÁ GILBERT ÚRSMIÐ SÉRHÆFUM VIÐ OKKUR Í ÚRSMÍÐI, HÖNNUN OG FRAMLEIÐSLU ÚRA. ÁRATUGA REYNSLA, METNAÐUR OG FAGMENNSKA.

ÚRVALIÐ AF ÚRUM HEFUR ALDREI VERIÐ MEIRA OG ÆTTU FLESTIR AÐ GETA FUNDIÐ ÍSLENSKT ÚR VIÐ SITT HÆFI EN ÚRVALIÐ MÁ SKOÐA Á WWW.GILBERT.IS

ARC-TIC ICELAND

ARCTIC ÚRIN ERU SVO TILVALIN FERMINGARGJÖF, GÆÐA ÚR Á GÓÐU VERÐI, ÍSLENSK HÖNNUN.

ARC-TIC ÚR MEÐ LEÐURÓL
29.900.-

ARC-TIC ÚR MEÐ STÁLÓL
34.900.-

GILBERT ÚRSMIÐUR

GILBERT ÚRSMIÐUR
LAUGAVEGUR 62, 101 RVK
WWW.GILBERT.IS
SÍMI: 551 4100

Steingrímur Árnason segir að Pútín sé mjög sótthræddur og það sé talin skýringin á því hvers vegna hann vilji halda mönnum í ákveðinni fjarlægð með risastóru fundarborði. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Pútín tók smám saman af okkur völdin

Elín Hirst
elinhirst
@frettabladid.is

Steingrímur Árnason sem stjórnaði síðustu „frjálsu“ fjölmiðlasamsteypu Rússlands, Afisha Rambler SUP, árin 2013-2014 upplifði þegar Pútín og hans menn fóru að hafa afskipti af ritstjórnarstefnunni með beinum hætti og frjáls fjölmiðlun leið undir lok í landinu.

Við fengum leyniheimsókn frá starfsmannastjóra Pútíns, Sergej Ívanov, og með honum komu leyniþjónustumenn og lífverðir í stórri bílalest til þess að hitta okkur sem vorum í framkvæmdastjórn og ritstjórana. Þetta var kvöldfundur rétt fyrir miðnætti, bara vegna þess að Pútín var nýbúinn að halda einhverja stefnuræðu og hann vildi vera viss um að hún skilaði sér með réttum hætti í öllum fjölmiðlunum daginn eftir.“

Steingrímur upplifði þegar Pútín og hans menn fóru að hafa afskipti af ritstjórnarstefnunni með beinum hætti og frjáls fjölmiðlun leið undir lok í landinu.

> **Ég fór að átta mig á því að ástæðan fyrir því að það voru teknir þarna inn tveir vestrænir menn til að stjórna fjölmiðli var ekki endilega sú að við værum svona ofboðslega klárir.**

Rísa fjölmiðlafyrirtæki

„Fyrirtækið heitir Rambler Group í dag en varð til við sameiningu þriggja stórra fjölmiðlafyrirtækja sem gáfu út tímarit og héldu úti samfélagsmiðli og fjölda vefsíðna, þeirra á meðal stærstu fréttavefjunum Lenta og Gazeta – alls 52 vörumerkjum. Í íslensku samhengi er þetta svolítið eins og þú værir með Vísi, Mbl, DV og Viðskiptablaðið í einni samsteypu og Mannlíf. Við vorum með einn raunverulegan samkeppnisaðila, hitt voru nær allt ríkisfjölmiðlar, en ég var framkvæmdastjóri vöruþróunar og var staðgengill forstjóra hjá fyrirtækinu.“

Hvernig kom það til að þú réðir þig í þetta starf?

„Það kom nú þannig til að ég var að vinna verkefni fyrir Apple í Evrópu með stjórnanda sem var frá Rússlandi og hann var beðinn um að hjálpa landa sínum sem hafði keypt stórt fyrirtæki með stafræna strategíu. Hann hafði ekki tíma til að gera þetta og benti á mig og ég sló til.“

Flutti fjölskyldan með þér til Rússlands?

„Nei, það var eitthvað sem við vildum bíða með og það reyndist góð ákvörðun. Þetta var stressandi og mér veitti ekki af einbeitingunni, vann mikið og var þreyttur á kvöldin. En ég flaug til Íslands aðra hverja helgi. En svo var planið að vinna að hluta til frá London, þannig að fjölskyldan gæti flutt þangað, sem hún gerði. Börnin fóru í enska skóla. Fyrrverandi konan mín kom bara einu sinni til Rússlands til að heimsækja og sjá hvernig þetta allt væri en sinnti börnunum ein og á heiður skilinn fyrir.“

Var hægt að reka frjálsan fjölmiðil í Rússlandi þar sem ekki ríkir skoðanafrelsi?

„Á þessum tíma var meira um það. En það var og er sérstök eftirlitsstofnun, Roskomnadzor, sem fylgist með fjarskiptum, internetinu og fjölmiðlum. Þá var í gildi svokölluð þriggja brota regla, það er ef þú brýtur þrisvar af þér þá missir þú fjölmiðlaleyfið. Ég held að allir miðlarnir okkar hafi verið komnir á síðasta séns og þá myndast þetta aðhald, að þú birtir helst ekkert sem orkar tvímælis því þá getur maður misst leyfið.“

Pútín sýndi tennurnar

„Magnaðasti atburðurinn var þegar við vorum komnir á síðasta séns á einum miðlinum árið 2013. Ritstjóranum hafði tekist að fá viðtal við leiðtoga aðskilnaðarsinna í Tsjetsjeníu. Það pirraði stjórnvöld mjög mikið að hann kæmi í viðtal hjá okkur til að viðra sjónarmið sín. Og þeir hreinlega stilltu okkur upp við vegg og sögðu að við myndum missa fjölmiðlaleyfið ekki bara fyrir þennan miðil heldur alla miðlana ef við hættum ekki við viðtalið, en það var þó birt en síðar fjarlægt. Fjölmiðill í þessari stöðu með tugi milljóna áhorfenda og lesenda er afar verðmætt fyrirtæki svo að vegna viðskiptahagsmuna endaði með því að sú slæma ákvörðun var tekin að reka ritstjórann vegna ytri pressu. Og það gengu allir út þennan dag. Allir! Hæðin tæmdist. Samstaðan var gríðarleg,“ segir Steingrímur.

Aðspurður hvort fyrirtækið hafi þá verið búið að vera svarar Steingrímur því neitandi. „En við þurftum að finna einhverja til að skrifa fréttirnar fyrir Lenta. Hin fyrirtækin og vörumerkin voru ósködduð af þessu. Sá sem tók við ritstjórninni var ríkisfulltrúi hjá okkur og fyrrverandi ritstjóri hjá Kremlarfjölmiðli. Hann tók yfir ritstjórn þarna og hringdi í vini sína og þeir byrjuðu að skrifa fréttir á fullu, og reynt var að láta almenning ekki verða varan við neitt.“

Pútín er barnalega hefnigjarn

Pútín, ríkið og leyniþjónustan eru með puttana alls staðar?

„Það verður til þessi hirð óligarka sem eru bestu vinir aðal, menn sem urðu ofurauðugir snemma á tíunda áratugnum þegar þeir fengu að taka yfir eignir ríkisins í kjölfar falls kommúnismans. Þetta gerðist þegar Jeltsín var við völd og síðan tekur Pútín við og þetta hélt áfram og virðist bara hafa versnað, því miður.

Þeir hafa fengið að safna þessum gríðarlegu auðæfum á meðan almenningur, ég segi ekki sveltur, en nýtur ekki þess ábata sem hann ætti ellegar að gera. Það er auðvitað pirringur í garð þessarar stéttar, en hún er það valdamikil og fjarlæg almenningi að lítið breytist.“

En gerir almenningur sér grein fyrir því að nokkrir einstaklingar eru búnir að sölsa undir sig þjóðarauðinn?

„Vissulega. Þessar afhjúpanir eru mikið til einum manni að þakka, lögfræðingnum Alexej Navalníj, sem er svarinn andstæðingur Pútíns. Einn stærsti og elsti bloggvefur heims, LiveJournal.com, var eitt af fyrirtækjunum okkar og þar var til dæmis bloggið hans Navalníjs hýst.

Hann var fremstur í flokki við að afhjúpa alla skandalana og spillinguna. Hann sýndi loftmyndir af leynihöll Pútíns og lét framleiða heimildarmyndina „Putin's Palace“. Annað sem hann birti var að loftferðagjöldin, sem þú þarft að greiða ef flogið er yfir rússneskt flugumsjónarsvæði, runnu öll inn á svissneskan bankareikning en ekki til ríkisins og svo framvegis.

Navalníj hefur verið mjög óþægilegur fyrir Pútín, enda var reynt að eitra fyrir honum nýlega og hann situr nú í fangelsi. Hann færði bloggið út fyrir Rússland á þessum tíma enda erfitt að hýsa slíkt í þessu umhverfi. Pútín er svo barnalega hefnigjarn. Annað hvort ertu með honum eða þú ert svikari.“

Er Pútín sýnilegur eða heldur hann sig á bak við Kremlarmúrana?

„Pútín er fyrst og fremst stjórnmálamaður en þó áberandi í fjölmiðlum þegar það hentar. Það eru þá svona PR-myndir af honum að fljúga herþotu, glíma við skógarbjörn ber að ofan og fleira sem sýnir styrk. Þetta eru myndirnar sem við sjáum og margir hlæja að.

Rússar bera nefnilega eingöngu virðingu fyrir styrk. Það er kannski lærdómurinn sem við á Vesturlöndum verðum að draga, að ef við sýnum Pútín ekki hörku á móti þegar hann ræðst inn í önnur lönd, þá hugsar hann: „Já, ég kemst upp með þetta.“ Rússlandi verður því að sýna styrk og festu.“

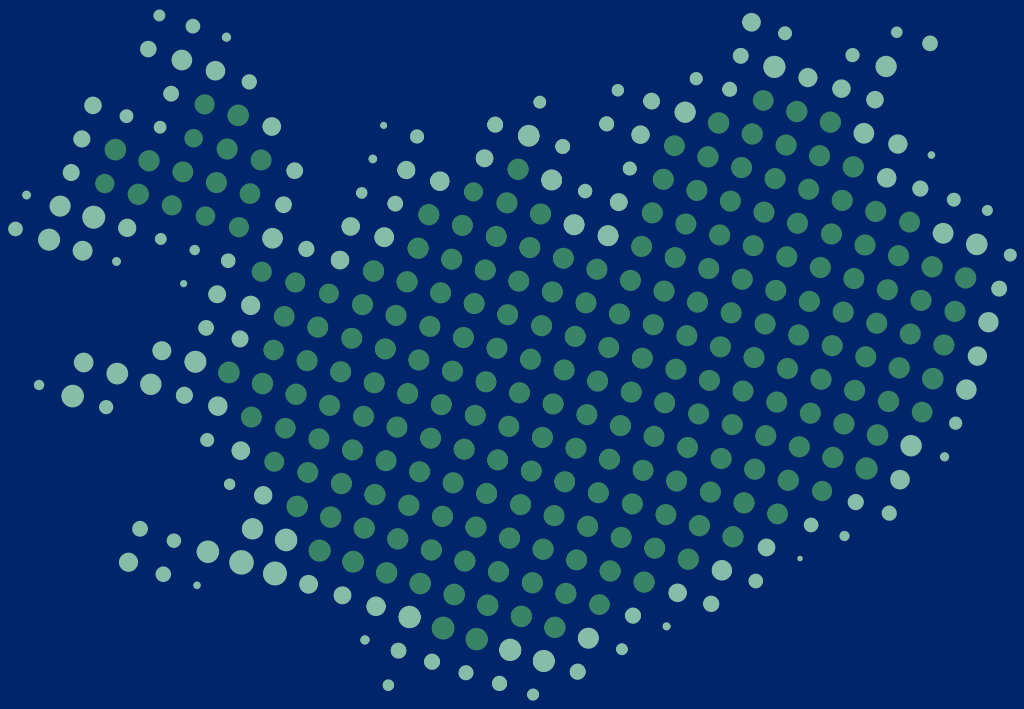
> **Börnin hans búa einhvers staðar í leyni, en þau hafa búið undir öðru nafni í Hollandi og víðar.**

Harkan gagnvart okkur eykst

Steingrímur segir allt hafa breyst þegar Pútín réðst inn á Krímskagann í febrúar 2014.

„Það byrjaði með því að við fórum að finna fyrir mikilli hörku gagnvart fjölmiðlunum okkar, rétt fyrir innrásina. Það var til dæmis þessi leyniheimsókn frá starfsmannastjóra Pútíns. Fundurinn var haldinn rétt fyrir miðnætti í höfuðstöðvum okkar og skilaboðin voru þau að Pútín vildi að ræðan sem hann var að fara flytja fengi „fullnægjandi“ umfjöllun. Mér fannst þetta alveg stórfurðulegt, en þarna var farið að sýna valdið. Stór bílalest fyrir utan starfsstöð okkar rétt »

Græn iðnbylting á Íslandi



Mannvirkjagerð á tímamótum
Grípum tækifærin í vistvænni uppbyggingu

Laugardalshöll 24. mars kl. 14–16

Samtök iðnaðarins standa fyrir ráðstefnu um tækifærin í vistvænni mannvirkjagerð í tilefni af opnun stórsýningarinnar Verk og vit í Laugardalshöll fimmtudaginn 24. mars kl. 14-16. Að ráðstefnunni lokinni fer formleg opnun sýningarinnar fram.

Nú þegar græn iðnbylting stendur yfir er mannvirkjagerð á tímamótum. Á ráðstefnunni verður horft til nýrra krafna og sjónarmiða sem allir sem koma að mannvirkjagerð verða að tileinka sér. Einnig verður leitast við að svara því hvaða hindrunum þarf að ryðja úr vegi til að flýta fyrir árangri.

Hvernig flýtum við vistvænni uppbyggingu?

Gylfi Gíslason
framkvæmdastjóri JÁVERK

Sigurður Brynjar Pálsson
forstjóri BYKO

Svanur Grjetarsson
forstjóri MótX

Hvernig skiptir græn fjármögnun máli?

Gísli Álfgeirsson
eigandi Sóleyjar byggingarfélags

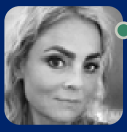
Þóra Margrét Þorgeirsdóttir
sérfræðingur hjá HMS og verkefnastjóri Byggjum grænni framtíð

Brynjólfur Bjarnason
viðskiptastjóri fyrirtækjasviðs og meðlimur sjálfbærninefndar Íslandsbanka

Hvernig aukum við nýsköpun og breytum verkferlum?

Halldór Eiríksson
arkitekt og eigandi T.ark arkitekta

Ragnar Ómarsson
byggingafræðingur hjá Verkís og formaður Grænni byggðar


Sylgja Dögg Sigurjónsdóttir
sérfræðingur á byggingarsviði Eflu og meðlimur í fagráðinu Betri byggingar

Mótum við græna framtíð með hvötum eða kvöðum?

Sigurður Ingi Jóhannsson
innviðaráðherra

Sigurður Hannesson
framkvæmdastjóri SI

Björgvin Víkingsson
forstjóri Ríkiskaupa

Gísli Halldór Halldórsson
bæjarstjóri Árborgar

Rósa Guðbjartsdóttir
bæjarstjóri Hafnarfjarðar

Ráðstefnustjóri er
Jóhanna Klara Stefánsdóttir
sviðsstjóri mannvirkjasviðs SI

Skráning á si.is

SI Samtök iðnaðarins

Ár grænnar iðnbyltingar 2022

» fyrir miðnætti, og enginn mátti vita af fundinum.“

Átti að fara á fund með Pútín

„Eitt sinn átti ég að fara á fund með Pútín. Allir yfirmenn á netmiðlum voru boðaðir á hringborðsfund hjá Pútín. Forstjórinn okkar var staddur í Englandi þannig að ég átti að hlaupa í skarðið, en ég tala ekki mikla rússnesku en hefði auðvitað geta farið með túlk. En um leið og annar eigandi fyrirtækisins sem er óligarki frétti af þessu þá sagði hann: „Steingrímur minn, ég skal fara fyrir þig,“ því hann vildi auðvitað sjálfur hitta Pútín. Þannig að ég varð fyrir svolitlum vonbrigðum, því auðvitað er Pútín söguleg persóna og þetta er gríðarlega íburðarmikið í Kreml og það hefði verið gaman að fá að sjá það enn betur með eigin augum.“

Ég veit greinilega of mikið

„Þegar ég hætti hjá fyrirtækinu í Moskvu, þá var það svolítið óþægilegt. Það var í kringum Krímmálið og þessa bardaga í Donbass og víðar. Ég fór að átta mig á því að ástæðan fyrir því að það voru teknir þarna inn tveir vestrænir menn til að stjórna fjölmiðli var ekki endilega sú að við værum svona ofboðslega klárir. En við vorum svolítið ósnertanlegir af því að við vorum Vesturlandabúar og það hentaði eigendunum alveg örugglega. Það var ekki hægt að hræða fjölskyldu mína í Rússlandi eða höfða til ættjarðarástarinnar. Við hugsuðum bara um að vera faglegir og reka þetta fyrirtæki eins og hvert annað.

Ég var nokkuð viss um að yfirvöld vildu losna við mig þegar öryggisstjóri fyrirtækisins kom til mín og sagði að það væri hótun yfirvofandi um að ráðist yrði á höfuðstöðvarnar okkar og það þyrfti að gæta mín sérstaklega. Öryggislögreglan mætti á staðinn með vélbyssur og fór að spyrja alla um vegabréf sem fóru nálægt byggingunni og það varð fljótt mjög óþægilegt andrúmsloft.

Ég samdi um að færa mig til London og halda vinnunni áfram þaðan. Ég var látinn skrifa undir trúnaðarsamning og nokkuð sem ég hafði aldrei séð áður – tvo samninga, fyrst trúnaðarsamning og síðan samning um tilvist trúnaðarsamningsins.

Þá hugsaði ég: „Ég veit greinilega of mikið.“ Þessi trúnaðarsamningur rann út fyrir nokkrum árum og nú er mér frjálst að segja frá dvöl minni þarna.“

Duran Duran sessunautar

Steingrímur segir brottför sína frá Rússlandi hafa verið ansi dramatíska. „Það var verið að loka fyrir allt millilandaflug vegna hættuástandsins í Úkraínu og ég náði síðasta áætlunarfluginu með British Airways til London haustið 2014. Þurfti að kaupa rándýran miða á fyrsta farrými því hinir voru uppseldir. Mér fannst ég eiginlega vera staddur í bíómynd og var viss um að ég kæmist ekki úr landi. Og til að kóróna allt saman þá sitja þar hljómsveitarmeðlimir Duran Duran, æsku-idolin mín, inni í biðsalnum fyrir fyrsta farrými. Þeir höfðu verið að spila í einhverju einkasamkvæmi. Þetta var svo skrýtið, mjög dramatískur endir á þessu tímabili.“

Vænisýki í Kreml

Talið berst aftur að Pútín og því sem er að gerast í dag.

„Pútín er í erfiðri stöðu. Stríðið hefur tekið lengri tíma en hann bjóst við. Í ljós kemur að herinn er illa búinn, með úrelt vopn, úreltan mat og er að senda 17 ára krakka á vígvöllinn.

Það er farin að hreiðra um sig svolítil vænisýki í Kreml. Fyrir skömmu var handtekinn yfirmaður heillar deildar í leyniþjónustunni og undirmaður hans sömuleiðis, sem er sú deild sem sér um leyniþjónustustörf í Úkraínu. Þeir voru settir í stofufangelsi. Og mér finnst þetta vera

Steingrímur Árnason hefur aldrei sagt sögu sína fyrr opinberlega af kynnum sínum af Pútín og hans mönnum og hvernig þeir beittu valdi meðal annars til að hefta frelsi fjölmiðla í Rússlandi. MYND/DMITRIY OLEYNICHENKO

Steingrímur Árnason með tveimur af þremur dætrum á heimili sínu.

til marks um vænisýki og að Pútín sé farinn að kenna mönnum um.“

Hvað með fjölskylduhagi Pútíns?

„Hann er fráskilinn og hefur nærri alltaf haldið fjölskyldu sinni frá sviðsljósinu. Börnin hans búa einhvers staðar í leyni, en þau hafa búið undir öðru nafni í Hollandi og víðar. Ein dóttir hans, sem er víst laundóttir hans og sú yngsta, lítur út alveg eins og Pútín. Sú var að loka Instagram-reikningnum sínum. Þannig að það er verið að draga úr allri áhættu og koma fólki í örugg skjól.“

Talið berst að auði þeim sem Pútín hefur sankað að sér í krafti valds síns. „Hann er nú minnst skrifaður fyrir þessu persónulega og þetta er allt í höndum viðskipta- og vildarvina hans. Það er ansi erfitt núna þegar það er búið að loka svissneskum bankareikningum þeirra og gera einkaflugvélar og snekkjur upptækar. Þá er verið að gera Pútín lífið erfiðara í leiðinni.“

Óligarkarnir eru líka á Íslandi

„Við þekkjum eitt land þar sem auðlindir þjóðarinnar hafa ratað á fárra hendur, þar sem menn hafa auðgast umfram aðra, og það er nú bara okkar eigið Ísland. En það hefur blessunarlega ekki verið jafn ofbeldisfullt ferli og í Rússlandi.“

Þannig að þú segir að það séu óligarkar á Íslandi?

„Við búum í litlu landi og þekkjum öll forsöguna, núna sérstaklega eftir sjónvarpsþættina Verbúðina og allt það. Auðvitað finnst fólki þetta ósanngjarnt. En auðvitað er líka í þessum bransa fullt af flottu rekstrarfólki sem veitir fullt af fólki atvinnu, það má ekki gleyma því. En auðsöfnunin og samþjöppunin gengur fram af flestu skynsömu fólki. En talandi um óligarkisma, ég held að við Íslendingar vitum alveg sjálf að við myndum ekki vilja gefa frá okkur heita vatnið eða rafmagnið til Evrópu eða fjögurra fjölskyldna.“

Sögusagnir um veikindi Pútíns

„Það komu upp sögusagnir um það fyrir tveimur árum að hann væri með krabbamein í meltingarfærum og væri á ónæmisbælandi lyfjum og sterum sem skýri þessar andlitsbólgur. Hann hefur haldið sig í Sotsjí síðastliðin tvö ár, en það voru upplýsingar sem komu frá bandarísku leyniþjónustunni. Sotsjí er bærinn þar sem Vetrarólympíuleikarnir voru haldnir og þar er betra loftslag en í Moskvu. En hann hefur verið mjög mikið frá Moskvu og frá stjórnkerfinu síðastliðin tvö ár og haldið sér til hlés.

Það er staðfest af fleiri en einum að hann krefjist þess að þeir sem

> ”
> **En hvað veit maður þegar búið er að króa villidýrið af í horninu, það bítur og klórar. Pútín verður að eiga leið út, það verður að semja.**

ætla að hitta hann fari í sóttkví áður. Þið sjáið þessi löngu borð sem hann notar og fjarlægðina milli hans og annarra.“

Villidýrið sem bítur og klórar

„Ég held að Pútín sé búinn missa tengslin við raunveruleikann af því að hann er með svo mikið af jáfólki í kringum sig. Honum dettur einhver vitleysa í hug, að fara inn í Úkraínu og stækka Rússland, kannski áður en hann deyr, svona „legacy“ mál, og allir segja: „Góð hugmynd, gerum þetta!“ Hitler var eins, hefði einhver þorað að mótmæla honum?“

Óligarkarnir eru óánægðir með meðferðina á sér á Vesturlöndum?

„Já, þeir eru farnir að kvarta. Ég veit ekki hversu lengi þetta ofurefnaða fólk þolir það að láta læsa einkaþoturnar sínar inni og að greiðslukortin virki ekki. Ein snekkjan, þessi silfurlita sem lónaði hér í Kollafirði og víðar um land síðasta sumar, var tekin traustataki af Ítölum fyrir nokkrum dögum. Þannig að pressan er gríðarleg og vaxandi.“

Aðspurður um hættuna á að Rússar beiti kjarnavopnum segist Steingrímur efast um það. „Þetta er of nálægt líka, það væri ópraktískt, geislavirknin, hún dreifist með vindinum. En hvað veit maður þegar búið er að króa villidýrið af í horninu, það bítur og klórar. Pútín verður að eiga leið út, það verður að semja.“

Átti erfitt með svefn

„Nú starfa ég hjá Dicino Medical Technologies sem er íslenskt hugbúnaðarfyrirtæki í heilbrigðisgeiranum en við erum með starfsfólk í Kænugarði. Ég er einn af stofnendum og gegni stöðu framkvæmdastjóra vöruþróunar hjá Dicino. Við notum gervigreind til að létta á heilbrigðiskerfinu og erum korter frá því að klára nýja vöru sem er meðal annars þróuð að hluta í Úkraínu. Það er því ekkert skrýtið að við séum uggandi yfir stöðunni.

Ég svaf ekki fyrstu næturnar þegar þetta var að byrja og var bara límdur við sjónvarpið og að reyna að ná sambandi við mitt fólk og hafði áhyggjur af því.“

Steingrímur hefur hingað til ekki viljað segja söguna um Rússlandsdvölina opinberlega, ætli hann hafi verið hræddur?

„Nei, ég var það ekki nema kannski rétt fyrst. En nú ég er svo ósáttur við framgöngu herliðs Pútíns í Úkraínu að mér finnst ég verða að segja hvernig þetta var. Þessi Úkraínumál eru algerlega óboðleg og alger vitleysa.“

Pútín er farinn að gera mistök

„Pútín lítur á sig sem Rússakeisara. Hann er með svipaða lífverði og frá keisaratímanum í gylltum klæðum og það er ímynd sem hefur orðið til smátt og smátt. Hann var miklu óöruggari, en síðan hefur hann fengið meira og meira vald, komist upp með flest og hann verður einhvers konar guð, þú getur látið drepa óvini þína, býrð í kastala, ég held að hann sé einmitt kominn upp fyrir þau mörk núna að hann fer að gera mistök – færast of mikið í fang.“ ■

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 19. mars 2022

FORLAGIÐ
Alltaf opið á www.forlagid.is

Í kvöld verður sannkallað partí á Gauknum.

Karókí fyrir þungarokkara

sandragudrun@frettabladid.is

Eftir ládeyðu undanfarinna ára er loks að færast líf aftur í skemmtanalífið. Í kvöld geta metal- og karókí-aðdáendur glaðst því þá verður haldið alvöru metal-karókípartí á Gauknum í samstarfi við Eistnaflug. Gestir geta sungið uppáhaldsþungarokkslögin sín við undirspil hljómsveitarinnar Alcoholia, en sagt er að það sé eitt fremsta ábreiðuband landsins með aðeins eitt markmið, að skemmta sér ógeðslega vel. Alcoholia hefur áður verið með partí á Gauknum og sögur segja að stemningin hafi verið sturluð!

Hýrt dauðarokk

Hljómsveitirnar Ottoman og Necksplitter sjá um upphitun. – Ottoman er reykvísk rokkhljómsveit sem spilar níðþungt grúvriff-rokk. Þau eru þekkt fyrir kraftmikla og orkuhlaðna tónleika. Fyrsta plata þeirra, Heretic, hefur hlotið frábæra gagnrýni, en hún kom út á vínil í vikunni. Necksplitter er glænýr dauðatuddi sem frumflytur EP-plötuna sína Exponential Trauma í heild sinni. Hljómsveitin var stofnuð í ársbyrjun 2021 og platan kom út 24. desember sama ár. Hljómsveitin hefur meðal annars talað fyrir því að tala ekki niður til minnihlutahópa í textum við dauðarokkstónlist og hefur meðal annars deilt slagorðinu Make brutal death metal gay again, sem má þýða sem Gerum dauðarokk hýrt aftur. ■

Guðjón Gunnarsson og Gunnar Guðmundsson eru eigendur Tarandus ásamt tveimur öðrum. Þeir flytja inn Crawler hjólhýsi, pallhús, topptjöld og ýmsar fleiri vörur.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Fullbúin Crawler hjólhýsi sem henta í fjalla- og hálendisferðir

Loksins eru fáanleg hér á landi hjól- og pallhýsi fyrir fjallagarpa og hálendisfara sem vilja hafa öll þægindi með í för á ferðalögum um Ísland allt árið um kring. Fyrirtækið Tarandus ehf. verður með opið hús um helgina þar sem sýnd verða Crawler hýsi. 2

Hjólhýsin eru gerð úr áli og eru því létt og hafa öll þau þægindi sem ferðalangar þurfa á ferðalögum sínum á fáförnum slóðum. MYNDIR/XXXX

Gunnar Guðmundsson, einn af fjórum eigendum Tarandus ehf., er sjálfur mikill útivistarmaður. Honum fannst vanta hjólhýsi sem hægt væri að nota á fáförnum vegum og slóðum. Hýsi sem kæmist út fyrir þjóðveginn og væri með eldhús, svefnpláss og salernisaðstöðu. Slík hjólhýsi hafa ekki fengist hér fyrr en nú. „Þetta er vagn sem hefur öll þægindi sem ferðalangar þurfa á ferðalögum sínum. Nú er hægt að skoða þá náttúru og skemmtilegu staði sem ekki var hægt með hefðbundnu hjólhýsi," segir Gunnar.

Áhuginn strax mikill

„Eftir nokkurra ára leit innanlands án árangurs ákvað Gunnar að kanna erlenda markaði. „Ég fann Crawler hjólhýsi í Tyrklandi og fór út til að skoða þau. Ég heillaðist strax af smíðinni og notkunarmöguleikunum og var því staðráðinn í að fá mér svona hýsi. Hugmyndin þróaðist í það að ég fékk með mér þrjá félaga, Guðjón, Ara og Jóhann, til að stofna fyrirtæki og panta nokkur hýsi til landsins til þess að kynna þessa frábæru framleiðslu. Við fengum Crawler umboðið og gátum hafist handa," útskýrir Gunnar. Tarandus ehf. var stofnað í október þegar þeir hófu innflutning frá Crawler.

Þeir félagar settu upp Facebooksíðu undir nafni fyrirtækisins og hafa verið að kynna Crawler vörurnar. Þeir hafa fengið gríðarlega góðar undirtektir. „Við opnuðum húsið fyrir þremur vikum með sýningu og höfðum ekki hugmynd um hversu margir myndu mæta en fjöldinn var langt yfir væntingum okkar. Fólk var mjög áhugasamt um hjólhýsin," segir Gunnar og bætir við að hjólhýsin séu hugsuð fyrir fólk sem ætlar að fara ótroðnar slóðir, þótt vissulega sé einnig hægt að nota þau á tjaldsvæðum. „Hjólhýsið kemst nánast hvert sem er og sæmilegur jepplingur getur dregið það. Flestir sem ætla á hálendi eða erfiða staði eru þó á stærri jeppum enda kemst maður lengra á þeim," segir hann.

Létt hús fyrir erfiða vegi

Hjólhýsin koma í tveimur stærðum. Það minna er fyrir 4-5 og það stærra fyrir 5-6 manns. Pallhýsin fyrir pickup-bíla eru fyrir þrjá. „Hjólhýsin eru hærri en þessi venjulegu sumarhjólhýsi. Lægsti punktur er 46 cm. Húsið er gert úr áli og kemur á stálgrind á meðan önnur eru úr plasti. Álið gerir þau léttari og henta þau sérstaklega vel á íslenskum vegum. Hægt er að fá hjólhýsin með alls kyns búnaði og aukahlutum, til dæmis loftpúðafjöðrun," segir Gunnar.

Húsin eru vönduð og vel búin. Eldhús er með eldunaraðstöðu, ísskáp og vaski með heitu og köldu vatni. Þægilegt rúm, gott skápapláss og salerni. „Hjólhýsin eru öll úr áli og gerð til að endast. Frábært hús til að taka með sér til dæmis á fjallaskíði, gönguskíði, í hjólaferðir og í aðrar ferðir allt árið," segir Gunnar. „Ég er sjálfur mjög spenntur að fara í slíka ferð í kuldanum því húsið er hlýtt enda vel einangrað. Vagninn er einangraður með Isollat ceramic húðun að innan þar sem 2 mm samsvara 2 cm af ullareinangrun. Þetta kemur í veg fyrir raka og myglu. Isollat einangrunin hefur reynst vel meðal annars á hertrukkum á köldum svæðum. Það má því segja að þetta sé hálendislúxus," segir Gunnar og bætir við að þeir Guðjón séu miklir ferðafélagar. „Við hlökkum mikið til að fara með hjólhýsið í alls kyns ferðalög á komandi misserum."

Þolir mikið álag

Gunnar bendir á að mikið handverk og margar vinnustundir liggi að baki smíði á vagninum og er hönnunin og smíðin í algjörum sérflokki. Crawler hannar sína vagna til að mæta kröfum og væntingum notenda. Vagnarnir eru prófaðir gegn titringi og eru styrktarprófaðir svo þeir verði sannarlega öflugir og traustir og þoli mikið álag. Crawler hefur það að leiðarljósi að nota hvorki tré né plast í sína framleiðslu.

Hjólhýsið er hannað fyrir íslenskar aðstæður og það kemur á gröfum BF Goodrich 33" dekkjum, fjórum dempurum og gormum," segir Gunnar.

Fyrirtækið er opið eftir samkomulagi og stundum um helgar. „Það er alltaf hægt að hafa samband við okkur og panta skoðun, þar sem áhugasamir geta skoðað hýsin. Hýsin eru framleidd með þeim aukabúnaði sem kaupandi óskar eftir og möguleikarnir eru ansi margir," segir Gunnar."

Tarandus ehf. er umboðsaðili Crawler á Íslandi. Crawler framleiðir „off road" hjólhýsi, pallhýsi, topptjöld og fleira sem hentar íslenskum aðstæðum einstaklega vel. ■

> **Þetta er vagn sem hefur öll þægindi sem ferðalangar þurfa á ferðalögum sínum. Nú er hægt að skoða þá náttúru og skemmtilegu staði sem ekki var hægt með hefðbundnu hjólhýsi.**
>
> Gunnar Guðmundsson

Nánar má kynna sér hjólhýsin og pallhýsin á tarandus.is þar sem eru mjög góðar upplýsingar. Einnig á facebook.com/crawlericeland og instagram.com/crawlericeland Netfang: tarandus@tarandus, sími 612 1205.

OPIÐ HÚS UM HELGINA

Crawler hýsin verða til sýnis í sýningarsal Tarandus ehf. um helgina (laugardag og sunnudag) á opnu húsi frá klukkan 13-16, að Dofrahellu 3, 221 Hafnarfirði.

Crawler hjólhýsið lítur vel út enda vandað til allrar gerðar.

Hjólhýsin henta vel í hvers kyns ferðalög um landið, hvort sem er á fáförnum vegum eða slóðum.

Húsin eru vönduð og vel búin. Eldhús með eldunaraðstöðu, ísskápur og vaskur með heitu og köldu vatni. Þægilegt rúm, gott skápapláss og salerni.

Hjólhýsið er hannað fyrir íslenskar aðstæður og það kemur á gröfum BF Goodrich 33" dekkjum, fjórum dempurum og gormum.

Væri ekki notalegt að hafa salerni með sér í fjallaleiðangurinn?

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: Jón Þórisson

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.

Osprey Bakpokar

-eitt mesta úrval landsins!

GG SPORT

Stingum af ...

Talon 33L

29.900 kr.

Transporter Duffel
Verð frá: **23.990 kr**

Seral 7
Mittistaska með vatnspoka
Verð: **17.990 kr**

Regnplast í ýmsum stærðum
Verð frá: **4.190 kr**

Daylite 13L
Alhliða bakpoki
Verð: **11.990 kr**

Arcane Large Day
Verð **18.990 kr**
Frábær fyrir skólann, í vinnuna eða hvenær sem er

Skimmer 20L ♀ Skarab 22L ♂
Verð: **17.990 kr**
Bakpoki sem hentar vel sem dagpoki, vandaður og þægilegur

Talon 22L ♂ Tempest 20L ♀
Verð: **26.990 kr**

Skipulagspokar
Þrír saman í einum pakka
Verð: **6.490 kr**

Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!

@ggsport.is @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30 – 18, Laugardaga 11-15

Sofðu rótt leysti svefnvanda á náttúrulegan hátt

Kári Kárason er 54 ára og gegnir krefjandi starfi framkvæmdastjóra. Hann hefur lengi glímt við svefnvandamál og almennt slen í eftirmiðdaginn. Eftir að hann byrjaði að taka Sofðu rótt frá ICEHERBS hefur hann komið jafnvægi á svefninn og hann er mun hressari eftir vinnu.

Kári er einn af þeim sem eru alltaf á ferðinni. „Það er mikið að gera hjá mér í vinnunni og lífinu og á kvöldin er erfitt fyrir mig að slökkva á mér. Ég er sífellt að laga koddann og á erfitt með að festa svefn. Þá er eins og það taki lengri tíma en góðu hófi gegnir fyrir mig að ná góðum og djúpum svefni,“ segir Kári.

Hress og laus við síðdegisslenið

„Það er langt síðan ég byrjaði að finna fyrir svefnleysi og almennri vanlíðan vegna þess. Góður svefn er grunnurinn að heilbrigðu lífi, en með fullri virðingu fyrir læknastéttinni, þá ég vil helst ekki þurfa að treysta á uppáskrifuð svefnlyf. Mér finnst því mikilvægt að leita fyrst á náðir náttúrulegra lausna til að koma svefninum á rétt ról.

Vinkona mín, sem hefur tekið Sofðu rótt frá ICEHERBS til lengri tíma, benti mér á að prófa það líka. Ég viðurkenni að ég var skeptískur í byrjun á að þetta myndi hjálpa mér, en ég var tilbúinn til að láta reyna á það.

Ég var fljótur að finna að þetta virkaði ekki ósvipað og melatónínið á mig og jafnvel nokkuð betur. Í dag tek ég eingöngu Sofðu rótt við svefnvandamálum og líður bara mjög vel. Mér finnst ég ná mun dýpri svefni en áður og ég næ djúpsvefninum líka mikið fyrr. Sofðu rótt leysir öll mín svefnvandamál og ég hef ekki þurft að leita á náðir lækna með svefnlyf. Ég er mun hressari í dag og miklu betri á morgnana og út allan daginn. Ég finn líka að ég tækla streitu mun betur og held mér í jafnvægi, orkulega séð yfir daginn.

Áður en ég byrjaði að taka Sofðu rótt fann ég að slenið var farið að gera vart við sig strax um eftirmiðdaginn, jafnvel áður en ég fór heim úr vinnunni. En núna er ég mun hressari seinnipartinn. Ég finn hreinlega að ég á miklu meira inni orkulega séð yfir daginn, einfaldlega þar sem ég er betur sofinn og næ að sofa í gegnum alla nóttina. Ef maður nær góðum svefni þá er deginum einfaldlega reddað,“ segir Kári.

Náttúrulega slakandi og róandi

Náttúrulegar lausnir eins og jurtir og lækningajurtir hafa verið notaðar langt aftur í aldir um heim allan. Fjölmargar rannsóknir hafa verið gerðar, ekki klínískar þó, en þær eiga það sameiginlegt að sýna fram á virkni lækningajurta.

Kári hafði lengi glímt við svefnleysi en fann lausnina í Sofðu rótt frá ICEHERBS. MYND/AÐSEND

Flestar lækningajurtir eru skaðlausar og því er greiður aðgangur að þeim. Náttúrulegar lausnir hafa lengi virkað vel á fjölmarga enda er sú leið oft valin ef fólk vill komast hjá lyfjanotkun. ICEHERBS býður upp á náttúrulega lausn við svefnvandamálum, en gríðarlega stór hópur fólks velur að reyna við náttúrulegar lausnir áður svefnlyf eru notuð.

Sofðu rótt í alla nótt

Sofðu rótt frá ICEHERBS inniheldur magnolíubörk og íslensk fjallagrös. Saman virka þessar tvær jurtir einstaklega vel til þess að bæta svefn á náttúrulegan og heilbrigðan hátt. Þessi öfluga blanda hentar vel fyrir þá sem vilja aðstoð við að ná betri, jafnari og samfelldum svefni sem og bæta andlega líðan.

Þessi magnaða jurt, magnolía, hefur verið notuð um aldir við þunglyndi, svefnvandamálum, kvíða og streitu. Þá er hún þekkt fyrir að virka almennt slakandi og róandi, og á að bæta eðlilegan og samfelldan svefn.

Rannsóknir á magnolíu hafa sýnt fram á að hún inniheldur virk efni, sem vitað er að hafa áhrif á andlegt jafnvægi. Virku efnin í magnolíuberkinum eru þannig þekkt fyrir að örva boðefni í heilanum og koma jafnvægi á hormónið kortísón. Þau geta virkað almennt slakandi og róandi og bæta eðlilegan og samfelldan svefn.

Sofðu rótt blandan inniheldur

> Sofðu rótt leysir öll mín svefnvandamál og ég hef ekki þurft að leita á náðir lækna með svefnlyf.
>
> Kári Kárason

einnig íslensk fjallagrös sem eru oft nefnd ginseng Íslands. Fjallagrös eru rík af steinefnum, einkum járni og kalsíum. Fjallagrös hafa verið þekkt fyrir vatnslosandi áhrif sín og geta hjálpað til við að draga úr bjúg. Þau innihalda betaglúkantrefjar sem hafa reynst vel við þyngdartap, geta bætt meltingu og styrkt þarmana.

Hrein náttúruafurð

Markmið ICEHERBS er að nýta náttúruauðlindir sem tengjast íslenskri hefð og sögu og vinna í hreina neytendavæna vöru fyrir viðskiptavini. „Við hjá ICEHERBS leggjum áherslu á að framleiða hrein og náttúruleg bætiefni sem byggja á sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda. Við viljum að vörurnar okkar nýtist viðskiptavinum okkar, að virkni skili sér í réttum blöndum og að eiginleikar efnanna viðhaldi sér að fullu. Þá notum við enn fremur engin óþörf fylliefni.“ ■

ICEHERBS fæst í öllum betri matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum og í nýrri vefverslun á iceherbs.is.

ICEHERBS NATURAL SUPPLEMENTS

20% afsláttur*
af Stjörnumeðferðinni

Ávaxtasýrumeðferð sem vinnur á andlitslínum, slappri húð, litabreytingum, þurri líflausri húð og örum.

Einnig er hægt að bóka tíma í persónulega ráðgjöf.
Hjartanlega velkomin.

*gildir til 31. mars 2022

HÚÐIN skin clinic

Hátún 6b, 105 Reykjavík / Sími 519 3223 / www.hudin.is

Spilagleðin í hávegum höfð

Meðlimir Böss taka lagasmíðarnar ekki óþarflega hátíðlega. Sveitin heldur tónleika á Skuggabaldri í Reykjavík í kvöld.

starri@frettabladid.is

Hljómsveitin Böss heldur tónleika á Skuggabaldri í Reykjavík í kvöld. Sveitin er tiltölulega ný en þó skipuð reynslumiklum hljóðfæraleikurum, þeim Mikael Mána Ásmundssyni sem leikur á gítar og bassa, Hrafnkeli Erni Guðjónssyni trommuleikara, Þórði Sigurðarsyni sem leikur á píanó og hljómborð og Birki Blæ Ingólfssyni sem spilar á saxófón.

Mikael Máni segir nafn sveitarinnar, Böss, vísa í strætó, þannig að fólk geti tekið sér far með þessum ágæta músíkvagni. „Svo er orðið líka tilvísun í enska orðið buzz sem þýðir meðal annars eitthvað nýtt og spennandi sem okkur fannst líka eiga vel við okkur.“

Skemmtilegur suðupottur

Meðlimir sveitarinnar koma úr ýmsum áttum að sögn Mikaels Mána. „Þetta byrjaði þannig að starfandi kirkjuorgelleikari hitti fremsta prog-þungarokkara landsins og sá árekstur rakst á háskólagengna djasshugsun sem hittir fyrir „wannabe“ dægurlagapoppara.“

Úr þessum skemmtilega suðupotti hefur síðan sprottið frumsamið prógramm sem sveitin mun meðal annars leika í kvöld. „Ef hægt er að setja einhvern stimpil á þessa tónlist má segja að Böss spili

Mikael Máni Ásmundsson er gítarleikari hljómsveitarinnar Böss. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

einhvers konar djass. Spilagleðin er svo sannarlega í hávegum höfð og við tökum lagasmíðarnar ekki óþarflega hátíðlega. Þær eru frekar nokkurs konar fundarstaður eða vettvangur þar sem hljómsveitarmeðlimir koma saman og leika sér. Töfrarnir eru fólgnir í því að hittast.“

Lögin flæða áfram

Heimsfaraldurinn hefur eðlilega truflað tónleikahald sveitarinnar en fram undan eru vonandi bjartari tímar og frekara tónleikahald á næstu vikum og mánuðum. „Það sem einkennir tónleika okkar er að við spilum lögin okkar í belg og biðu, án þess að stoppa á milli laga. Fyrir tónleikana erum við ekki búnir að ákveða röð laganna heldur leyfum við þeim að flæða áfram eins og lögunum þóknast.“

Tónleikarnir hefjast klukkan 21 í kvöld. Skuggabaldur er til húsa að Pósthússtræti 9, 101 Reykjavík.

Ekkert kostar inn og fara borðapantanir fyrir matargesti fram í gegnum Facebook-síðu Skuggabaldurs eða í síma 7740801. ■

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

das HRAFNISTA

Vitlu vinna í gefandi og jákvæðu umhverfi í sumar?

Við bjóðum þér faglegt starfsumhverfi og spennandi reynslu þar sem hæfileikar allra geta notið sín

www.hrafnista.is eða skannaðu QR-kóðann

SJÓMANNADAGURINN das NAUSTAVÖR

Sjómannadagsráð er leiðandi aðili í öldrunarþjónustu á Íslandi. Í gegnum dótturfélög sín, Hrafnistu, Naustavör og Happdrætti DAS, rekur félagið 90.000 m² af húsnæði og veitir á annað þúsund manns í fimm sveitarfélögum daglega þjónustu.

Rekstrarstjóri Sjómannadagsráðs & Naustavarar

Sjómannadagsráð leitar að rekstrarstjóra á skrifstofu móðurfélags og samstæðu ráðsins.

Starfið felst m.a. í að hafa umsjón með og bera ábyrgð á daglegum rekstri leigufélagsins Naustavarar ehf. og vinna náið með framkvæmdastjóra að þróun og uppbyggingu eignasafns félaga í samstæðunni.

Rekstrarstjóri þarf að búa yfir reynslu og þekkingu við greiningar á arðsemi fjárfestinga og geta greint og metið fjárhagslega mælikvarða í afkomu einstakra félaga og samstæðunnar í heild. Viðkomandi er staðgengill framkvæmdastjóra.

Helstu verkefni:

- Umsjón með daglegum rekstri Naustavarar og eigna Sjómannadagsráðs.
- Áætlanagerð fyrir félög í samstæðunni.
- Greining og þróun á þjónustu- og vöruframboði fyrirtækja Sjómannadagsráðs.
- Stuðningur við þróun og uppbyggingu eignasafna félaga í samstæðunni.
- Þróa og fylgja eftir stefnu stjórnar Sjómannadagsráðs.
- Aðstoðarmaður og staðgengill framkvæmdastjóra.

Hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Reynsla og þekking af áætlanagerð.
- Þekking í fjármálum.
- Færni í mannlegum samskiptum og hæfileikar til samstarfs.
- Greiningarhæfni og gott vald á úrvinnslu og framsetningu upplýsinga.
- Þekking og færni til að nýta upplýsingatæknikerfi sem starfinu tengjast.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Áhugi á að takast á við áskoranir og þróa nýjar lausnir.

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

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

Umsóknarfrestur er til og með 29. mars næstkomandi.

Sótt er um starfið á **www.vinnvinn.is**.

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

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

vinnvinn

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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

RÁÐNINGAR

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Hafðu samband við okkur og sjáðu hvað við getum gert fyrir þig.

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

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

intellecta

VERZLUNARSKÓLI ÍSLANDS

ÚTBOÐ

Fyrir hönd Ofanleiti 1 ehf., er hér með óskað eftir tilboðum í utanhúsviðgerðir, endursteiningu, útskiptingu glugga, terrazzo-slípun o.fl. við Ofanleiti 1, Verzlunarskóla Íslands.

Ofanleiti 1 er fjögurra hæða hús og eiga viðgerðirnar að ná til nær alls hússins. Endursteinaðir veggir eru um 2.800 m² og nýir gluggar sem skipta á um eru nálægt 500 m².

Auk endursteiningar og gluggaskipta á að steypa skyggni yfir anddyri (sjónsteypa) og endurgera þakkanta.

Reiknað er með að verkið geti hafist í lok apríl 2022 og verði að fullu lokið 1. ágúst 2023.

Í útboðsgögnum eru gerðar háar kröfur til reynslu verktaka. Tilboð þeirra verktaka sem ekki búa yfir mikilli reynslu í steiningu, terrasó-slípun og gluggaísetningum verða ekki tekin til greina.

Útboðsgögn verða afhent rafrænt þeim sem eftir þeim óska. Ósk um útboðsgögn skal senda á netfangið eirikur@stanley.is

Tilboðum skal skilað á skrifstofu Verzlunarskólans fyrir kl. 16:00 þann 8. apríl 2022.

Áreiðanleika-fræðingur

Framtíðin er spennandi í álframleiðslu á Íslandi og mun framþróun grænnar álframleiðslu hafa raunveruleg áhrif á útblástur gróðurhúsalofttegunda á heimsvísu.

Norðurál leitar að ábyrgum og metnaðarfullum sérfræðingi til að starfa í áreiðanleikateymi fyrirtækisins. Verkefnin eru margþætt og krefjandi í umhverfi þar sem metnaður og fagmennska eru í fyrirrúmi.

Helstu viðfangsefni: Gerð fyrirbyggjandi viðhaldsáætlana fyrir framleiðslubúnað, rýni á viðhaldskerfi til að greina tækifæri til umbóta, greining gagna, skýrslugerð og tölfræðileg úrvinnsla ásamt þróun lykilmælikvarða. Áreiðanleikafræðingur sinnir rótargreiningum á bilunum í framleiðslubúnaði og veitir verkáætlanadeild og viðhaldsteymi tæknilegan stuðning, sem og við undirbúning og lokaúttektir á nýjum framleiðslubúnaði.

Umsóknarfrestur er til og með 30. mars næstkomandi.

Sótt er um á www.intellecta.is. Þar má finna upplýsingar um starfið ásamt menntunar- og hæfniskröfum. Nánari upplýsingar veita Torfi Markússon (torfi@intellecta.is) og Hafdís Ósk Pétursdóttir (hafdis@intellecta.is) í síma 511 1225. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

Starfið hentar öllum kynjum. Starfsfólki bjóðast ferðir til og frá Akranesi, Borgarnesi og af höfuðborgarsvæðinu.

Norðurál á Grundartanga er eitt stærsta iðnfyrirtæki á Íslandi. Hjá okkur starfa um 600 manns með fjölbreytta menntun og bakgrunn. Norðurál leggur áherslu á heilsusamlegt, öruggt og ánægjulegt starfsumhverfi og góðan starfsanda.

asi CERTIFIED PERFORMANCE · bsi. ISO 9001 Quality Management · ISO 14001 Environmental Management · ISO 45001 Occupational Health and Safety Management · ÍST 85:2012 Jafnlaunakerfi · Jafnlaunaúttekt PwC 2020 · JAFNVÆGISVOG FKA 2021

Hreint ál úr íslenskri orku | nordural.is

BIOEFFECT

Veraldarvanur stjórnandi á alþjóðlegum vettvangi

Sölu- og rekstrarstjóri fyrir USA og UK markaði

(Sales and Operational Manager for USA and UK)

Við leitum að metnaðarfullum og reynslumiklum einstaklingi í starf sölu- og rekstrarstjóra fyrir BIOEFFECT. Starfið felur í sér skemmtileg, krefjandi og fjölbreytt verkefni sem snúa að sölu og rekstri dótturfélaga BIOEFFECT í Bandaríkjunum og Bretlandi. Sölu- og rekstrarstjóri er ábyrgur fyrir sölu- og markaðsaðgerðum BIOEFFECT þar ytra. Starfsmaður er ábyrgur fyrir gerð og eftirfylgni sölu- og rekstraráætlana, starfsfólki, birgðahaldi og stýringu í vöruhúsum. Sölu- og rekstrarstjóri tekur þátt í reglulegum sölufundum með erlendum viðskiptavinum og ber ábyrgð á gerð og framkvæmd markaðsaðgerða inn á viðkomandi markaðssvæði.

BIOEFFECT eru margverðlaunaðar íslenskar húðvörur. Vöruþróun og framleiðsla BIOEFFECT fer að öllu leyti fram í höfuðstöðvum fyrirtækisins á Íslandi. BIOEFFECT-vörurnar hafa hlotið fjölda alþjóðlegra viðurkenninga fyrir virkni og gæði og eru seldar í um 27 löndum.

Menntun, þekking og reynsla

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Alþjóðleg reynsla af sölu og markaðsmálum
- Yfirgripsmikil reynsla af sölu og viðskiptastýringu
- Reynsla af gerð sölu- og markaðsáætlana
- Mjög gott vald á ritaðri og talaðri ensku
- Góðir skipulags- og greiningarhæfileikar
- Frumkvæði, söludrifni og sjálfstæði í starfi
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar

Umsóknarfrestur er til og með 4. apríl nk. en umsóknir skal fylla út á vef vinnvinn.is. Umsóknum skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda til að gegna starfinu er rökstudd. Farið verður með allar upplýsingar sem trúnaðarmál.

Umsjón með starfinu hafa:
Hilmar Garðar Hjaltason, hilmar@vinnvinn.is
Hildur Jóna Ragnarsdóttir, hildur@vinnvinn.is

BIOEFFECT I Víkurhvarfi 7 I 203 Kópavogi I bioeffect.com I bioeffect.co.uk I bioeffect.is

BIOEFFECT

Vilt þú töfra fram húðvörur á heimsmælikvarða?

Sérfræðingur í þróun og blöndun húðvara

(Formulation Development Specialist)

Við leitum að sérfræðingi í rannsóknar- og þróunarteymi BIOEFFECT. Starfið felur í sér þróun, mótun (formulation) og blöndun húðvörugrunna. Mikilvægt er að viðkomandi hafi gríðarlegan áhuga á húðvörum, fylgist vel með nýjungum á því sviði og geti komið með tillögur að úrbótum og nýjungum í vöruþróun BIOEFFECT. Starfið felur einnig í sér ábyrgð á skjölun og skráningu gæða- og öryggislýsinga í framleiðslu- og gæðakerfi fyrirtækisins sem og í alþjóðlega gagnagrunna. Starfið fellur undir vöruþróunarteymi BIOEFFECT, er fjölbreytt, skapandi og felur í sér samvinnu þvert á allar deildir.

BIOEFFECT eru margverðlaunaðar íslenskar húðvörur. Vöruþróun og framleiðsla BIOEFFECT fer að öllu leyti fram í höfuðstöðvum fyrirtækisins á Íslandi. BIOEFFECT-vörurnar hafa hlotið fjölda alþjóðlegra viðurkenninga fyrir virkni og gæði og eru seldar í um 27 löndum.

Umsóknarfrestur er til og með 4. apríl nk. en umsóknir skal fylla út á vef vinnvinn.is. Umsóknum skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda til að gegna starfinu er rökstudd. Farið verður með allar upplýsingar sem trúnaðarmál.

Helstu verkefni

- Þróun, mótun (formulation) og blöndun húðvara
- Stýra uppskölun og aðstoða við blöndun á nýjum vörum þar til stöðugleika í framleiðslu er náð
- Framkvæma stöðugleikaprófanir á vörum í þróun
- Taka þátt í framkvæmd húðrannsókna
- Ábyrgð á skráningu nýjunga og breytinga í framleiðslu- og gæðakerfi fyrirtækisins
- Ábyrgð á gagnaöflun og skjalagerð fyrir sölu og markaðssetningu BIOEFFECT erlendis

Menntun, reynsla og hæfni

- Háskólamenntun á sviði lyfjafræði, líffræði, lífefnafræði eða sambærileg menntun (M.Sc. kostur)
- Reynsla af rannsóknarvinnu
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Mjög góð enskukunnátta í rituðu og töluðu máli
- Góð færni í mannlegum samskiptum og góð samstarfshæfni

Umsjón með starfinu hafa:
Hilmar Garðar Hjaltason, hilmar@vinnvinn.is
Hildur Jóna Ragnarsdóttir, hildur@vinnvinn.is

BIOEFFECT I Víkurhvarfi 7 I 203 Kópavogi I bioeffect.com I bioeffect.co.uk I bioeffect.is

Rannsakandi umferðarslysa

Rannsóknarnefnd samgönguslysa (RNSA) óskar eftir að ráða til starfa rannsakanda við slysarannsóknir á umferðarsviði með starfsstöð í Reykjavík. Leitað er að áhugasömum einstaklingi sem vill láta gott af sér leiða til að bæta öryggi í samgöngum. Um fullt starf er að ræða. RNSA starfar samkvæmt ákvæðum laga um rannsókn samgönguslysa nr. 18/2013 og reglugerðar nr. 763/2013. Nánari upplýsingar má finna á vefsíðunni **www.RNSA.is.**

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Rannsóknir á orsökum umferðarslysa, þar með taldar vettvangsrannsóknir.
- Stjórnun einstaka rannsókna og umsjón með þeim verkefnum sem þeim tengjast, s.s. greiningarvinnu, skýrslugerð og eftirfylgni með þeim tillögum sem lagðar eru fram til úrbóta í öryggismálum.
- Þátttaka í bakvöktum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi er æskileg.
- Þekking eða reynsla af starfrækslu, viðhaldi og búnaði ökutækja.
- Þekking á þeim lögum og reglum sem snerta umferðarmál.
- Reynsla af stjórnun verkefna.
- Gagnrýnin og lausnamiðuð hugsun.
- Færni í mannlegum samskiptum ásamt vilja og hæfni til að koma fram fyrir hönd RNSA.
- Gott líkamlegt og andlegt atgervi.
- Þekking á opinberri stjórnsýslu er kostur.
- Færni í teymisvinnu ásamt getu til að vinna sjálfstætt.
- Mjög góð þekking og færni í rituðu og töluðu máli á íslensku og ensku.
- Kunnátta í einu Norðurlandamáli er æskileg.
- Mjög góð tölvufærni.

Umsóknarfrestur er til og með **4. apríl 2022.** Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og þarf henni að fylgja ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningi fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Vakin er athygli á því að umsóknir gilda í 6 mánuði. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum við ríkissjóð. Áhugasamir einstaklingar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um starfið.

Upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Hafdís Ósk Pétursdóttir (hafdis@intellecta.is) í síma 511 1225.

Sérfræðingur í mannauðs- og fræðslumálum

RARIK óskar eftir að ráða sérfræðing í mannauðs- og fræðslumálum. Um er að ræða nýtt og spennandi starf innan fyrirtækisins og gefst viðkomandi frábært tækifæri til að taka þátt í mótun þess í samvinnu við yfirmann mannauðsmála. Viðkomandi mun sinna fjölbreyttum verkefnum sem snúa að fræðslu, móttöku nýliða, jafnlaunavottun og fleiri mannauðstengdum verkefnum auk þess að koma að mótun mannauðsmála, fræðslustarfs og innleiðingu stafrænnar fræðslu.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Umsjón með fræðslustefnu og fræðsluáætlun ásamt eftirfylgni
- Umsjón með fræðslu- og þjálfunarmálum
- Þarfagreining símenntunar og skipulag námskeiða
- Innleiðing, utanumhald og þróun stafrænnar fræðslu
- Nýliðafræðsla og móttaka nýrra starfsmanna
- Þátttaka í mannauðsverkefnum
- Samskipti við starfsmenntasjóði og menntastofnanir
- Aðkoma og eftirfylgni með jafnlaunavottun

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af mannauðsmálum, sér í lagi fræðslu og starfsþróun
- Þekking og/eða reynsla af stafrænni þróun og lausnum í fræðslustarfi
- Þekking og reynsla af sí- og endurmenntun
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar, jákvæðni og þjónustulund
- Afburða tölvuhæfni, nákvæmni og skipulögð vinnubrögð
- Frumkvæði, sjálfstæði og faglegur metnaður

RARIK ohf. er opinbert hlutafélag í eigu ríkisins með meginstarfsemi í dreifingu raforku auk þess að reka fimm hitaveitur.

Starfsfólk RARIK er um 200 og starfsstöðvar 20.

RARIK hefur á undanförnum áratugum unnið jafnt og þétt að uppbyggingu rafdreifikerfisins og eru nú um 70% þess jarðstrengir.

Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á heimasíðu þess **www.rarik.is.**

Umsóknarfrestur er til og með **4. apríl 2022.** Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Áhugasamir aðilar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um starfið. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

Upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) og Hafdís Ósk Pétursdóttir (hafdis@intellecta.is) í síma 511 1225.

FRAMKVÆMDASÝSLAN - RÍKISEIGNIR

LEITAR AÐ ÖFLUGU STARFSFÓLKI MEÐ ÞEKKINGU Á FASTEIGNAÞRÓUN OG MANNVIRKJAGERÐ

Viltu móta framtíðina með okkur?

DEILDARSTJÓRI
SÉRHÆFÐS HÚSNÆÐIS

Við leitum að framsýnum stjórnanda til að leiða nýja deild sérhæfðs húsnæðis. Hlutverk deildarinnar er að veita þjónustu við þróun, aðlögun og framkvæmdir við sérhæft húsnæði. Undir deildina falla fjölbreytt og umfangsmikil þróunarverkefni m.a. á sviðum heilbrigðis-, mennta-, menningar- og löggæslumála.

Helstu verkefni

- Stjórnun og ábyrgð á daglegum rekstri og verkefnum deildar.
- Ábyrgð á nýsköpun og stafrænni þróun deildar.
- Framþróun á aðferðafræði áætlunargerðar og verkefnis-stjórnunar við opinberar framkvæmdir og leiguverkefni.
- Þátttaka í þróun frumathugana fyrir sérhæft húsnæði.
- Þróun og innleiðing aðferða við útboð hönnunar og framkvæmda í samvinnu með öðrum deildum.
- Þátttaka í mati á þróunar- og endurbótaþörf eignasafns FSRE.
- Þróun á stöðluðum lausnum fyrir sérhæft húsnæði í samstarfi við aðra sérfræðinga innan og utan stofnunarinnar.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði mannvirkjagerðar. Meistaragráða er kostur.
- Reynsla af stjórnun og ábyrgð á mannauðsmálum.
- Reynsla af þarfa- og frumgreiningum verkefna er kostur.
- Reynsla af verklegum framkvæmdum og stýringu hönnunarstigs framkvæmdaverkefna.
- Þekking og reynsla af útboðsferli framkvæmda er kostur.
- Þekking á gæða-, öryggis-, heilsu og umhverfismálum í framkvæmdum er kostur.
- Þekking á opinberri stjórnsýslu er kostur.
- Ríkir samskiptahæfileikar, jákvætt og lausnamiðað viðhorf.
- Frumkvæði, fagmennska og sjálfstæð vinnubrögð.

VERKEFNASTJÓRI
HÖNNUN OG FRAMKVÆMDIR

FSRE óskar eftir að ráða reyndan verkefnastjóra til að hafa umsjón með hönnun, endurbótum og nýframkvæmdum vegna sérhæfðs húsnæðis. Viðkomandi mun m.a. verkefnastýra framkvæmda- og leiguverkefnum ásamt því að taka þátt í þróun og umbótum á sviði sérhæfðs húsnæðis.

Helstu verkefni

- Sérfræðiráðgjöf og/eða verkefnastjórn framkvæmda- og leiguverkefna á stigi hönnunar og/ eða framkvæmda.
- Umsjón með útboðsferli hönnunar og framkvæmdaverkefna.
- Þátttaka í þróun á stöðluðum/bestu lausnum á sviði sérhæfðs húsnæðis í samstarfi við aðra sérfræðinga innan og utan stofnunarinnar.
- Mat á viðhalds- og endurbótaþörf í samráði við svið leigu-þjónustu og eigna- og aðstöðustýringar.
- Þátttaka í frumkvæðisverkefnum innan FSRE og öðrum tilfallandi verkefnum.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði mannvirkjagerðar. Meistaragráða er kostur.
- Farsæl reynsla af verkefnastjórnun á hönnunar og/- eða framkvæmdastigi.
- Reynsla af gerð tíma- og kostnaðaráætlana á hönnunar og/- eða framkvæmdastigi.
- Fagleg þekking á aðferðafræði verkefnastjórnunar. Vottun sem verkefnastjóri er kostur.
- Þekking á hönnunarferli og reynsla af hönnunarrýni.
- Reynsla af rekstri verksamninga er kostur.
- Þekking og reynsla af hugmyndafræði vistvænnar hönnunar er kostur.
- Þekking og reynsla af BIM er kostur.
- Ríkir samskiptahæfileikar, jákvætt og lausnamiðað viðhorf.
- Frumkvæði, fagmennska og sjálfstæð vinnubrögð.

FRAMKVÆMDASÝSLAN - RÍKISEIGNIR

Framkvæmdasýslan og Ríkiseignir sameinuðu nýverið krafta sína undir heitinu Framkvæmdasýslan-Ríkiseignir (FSRE). Sameinuð stofnun þróar og rekur aðstöðu á vegum ráðuneyta, stofnana og annarra ríkisaðila og gegnir með því mikilvægu hlutverki í þjónustu við borgarana.

Við erum í dag rúmlega 60 starfsmenn með fjölbreyttan bakgrunn og byggjum saman á gildunum: **FRAMSÝNI, SAMVINNA OG FAGMENNSKA.**

Eignasafn FSRE samanstendur af 530 þúsund m² húsnæðis í 380 eignum auk um 300 jarða og landsvæða.

Um þessar mundir vinnum við að um 130 þróunarverkefnum sem snerta flest svið mannlífsins; s.s. heilbrigðis- og velferðarmál, menningu, menntun, löggæslu, dómskerfi, náttúru og friðlýst svæði.

Framundan eru spennandi tímar í þróun sameinaðrar stofnunar og lifandi vinnustaðar. Við leitum því að jákvæðu og drífandi fólki sem hefur brennandi áhuga á að taka þátt í vegferðinni með okkur.

WWW.FSRE.IS

ÞJÓNUSTUSTJÓRI
VIÐHALDS

FSRE óskar eftir að ráða öflugan einstakling í starf þjónustu-stjóra viðhalds. Um er að ræða fjölbreytt starf sem hefur það markmið að bæta þjónustu til viðskiptavina og bæta ástand og nýtingu leiguhúsnæðis á vegum FSRE.

Helstu verkefni

- Umsjón með viðhaldsverkefnum og tengdum framkvæmdum.
- Dagleg stjórnun fyrirbyggjandi viðhalds og eftirfylgni vegna þess.
- Gerð viðhalds-, kostnaðar- og framkvæmdaráætlana og eftirfylgni vegna þess.
- Reglulegar heimsóknir til viðskiptavina sem liður í þjónustunni.
- Samskipti við verktaka, birgja og notendur vegna framkvæmda.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði mannvirkjagerðar.
- Iðnmenntun sem nýtist í starfi er kostur.
- Reynsla af verkefnastjórnun framkvæmda er skilyrði.
- Reynsla af viðhaldsframkvæmdum er kostur.
- Þekking á rekstri og viðhaldi tæknikerfa er kostur.
- Þekking á opinberum framkvæmdum er kostur.
- Ríkir samskiptahæfileikar, jákvætt og lausnamiðað viðhorf.
- Frumkvæði, fagmennska og sjálfstæði.
- Þjónustumiðuð og skipulögð vinnubrögð.

VERKEFNASTJÓRI
GREINING OG HÖNNUN

Við leitum að öflugum og lausnamiðuðum verkefnastjóra til þátttöku í þróunarverkefnum vegna skrifstofuhúsnæðis og innleiðingu aðferðafræði verkefnamiðaðs vinnuumhverfis (VMV).

Helstu verkefni

- Vinnsla þarfa-, ábata- og valkostagreininga verkefna á grundvelli aðferðafræði verkefnamiðaðs vinnuumhverfis.
- Ráðgjöf og útfærsla á VMV til notenda og annarra sviða FSRE
- Sérfræðiráðgjöf og/eða verkefnisstjórn á hönnunarstigi leigu- og framkvæmdaverkefna skrifstofuhúsnæðis.
- Þátttaka í frumkvæðisverkefnum innan FSRE og öðrum tilfallandi verkefnum.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði mannvirkjagerðar og háskólamenntun á sviði viðskipta eða verkefnastjórnunar.
- Góð greiningarhæfni og reynsla af úrvinnslu fjölþættra gagna og miðlun upplýsinga.
- Fagleg þekking á aðferðafræði verkefnastjórnunar. Vottun sem verkefnastjóri er kostur.
- Þekking á hönnunarferli, hönnunarforsendum og rýni hönnunar.
- Þekking á gerð verk- og kostnaðaráætlana á greiningar- og/eða hönnunarstigi er kostur.
- Ríkir samskiptahæfileikar, jákvætt og lausnamiðað viðhorf.
- Frumkvæði, fagmennska og sjálfstæð vinnubrögð.

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL OG MEÐ 28. MARS

Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf.

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran, thelma@intellecta.is, og Hafdís Ó. Pétursdóttir hafdis@intellecta.is, í síma 511 1225

intellecta

Leikskólastjóri

Vestmannaeyjabær leitar nú að metnaðarfullum leiðtoga í stöðu leikskólastjóra við leikskólann Kirkjugerði. Mun viðkomandi gegna lykilhlutverki í því að móta og leiða starf leikskólans með velferð barna að markmiði. Við leitum að aðila sem hefur brennandi áhuga á þeim málaflokki, og hefur bæði menntun og reynslu sem nýtist til þess að skapa framtíðarsýn sem snýr að þeirri vegferð.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Vera faglegur leiðtogi og móta framtíðarsýn í samræmi við skólastefnu sveitarfélagsins, aðalnámskrá leikskóla og lög um leikskóla
- Stýra og bera ábyrgð á rekstri og daglegri starfsemi leikskóla
- Bera ábyrgð á starfsmannamálum, s.s. ráðningum, starfsþróun og vinnutilhögun
- Bera ábyrgð á samstarfi við aðila skólasamfélagsins

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Leikskólakennaramenntun og/eða reynsla af kennslu í leikskóla er skilyrði
- Leyfisbréf kennara skilyrði
- Framhaldsmenntun á sviði stjórnunar og/eða uppeldis -, kennslu- og menntunarfræða er kostur
- Reynsla af stjórnun er æskileg
- Góð færni í samskiptum ásamt skipulags- og leiðtogahæfni
- Brennandi áhugi á að efla gæði í leikskólastarfi

Leikskólinn Kirkjugerði hefur verið starfræktur frá árinu 1974. Í dag eru um 90 börn í leikskólanum á fimm deildum og fjöldi starfsfólks er 25 í tæplega 18 stöðugildum. Unnið er eftir leikskólastefnu í anda hugsmíðahyggju en kjarni þeirrar stefnu er viðurkennandi samskipti, sjálfræði, lýðræðisleg vinnubrögð og jafnrétti. Einkunnarorð leikskólans Kirkjugerðis er „Jákvæður agi, gleði og félagsfærni“ og eru þau leiðarljós í öllu starfi hans.

Sótt er um starfið á hagvangur.is

Með umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá með nöfnum tveggja umsagnaraðila. Einnig skal fylgja greinargerð með rökstuðningi fyrir hæfni í starfið, leyfisbréf til kennslu og staðfesting á viðbótarnámi sé það til staðar. Þeir aðilar sem eru ráðnir á fjölskyldu- og fræðslusvið Vestmannaeyjarbæjar þurfa að veita heimild til að leitað sé upplýsinga úr sakaskrá hjá Ríkissaksóknara.

Umsóknarfrestur fyrir starfið er til og með 11. apríl 2022.

Nánari upplýsingar veita: Gyða Kristjánsdóttir, **gyda@hagvangur.is** og Stefanía Hildur Ásmundsdóttir, **stefania@hagvangur.is**.

Vestmannaeyjabæjar hvetur alla áhugasama til þess að sækja um starfið óháð kyni. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ vegna Félags stjórnenda leikskóla.

hagvangur.is

HAGVANGUR

Við leiðum fólk saman

hagvangur.is

HAGVANGUR

Rio Tinto

Verkfræðingur
á sviði rafmagns eða véla

ISAL í Straumsvík er fjölbreyttur vinnustaður sem byggir framtíð sína á framúrskarandi starfsfólki. Við framleiðum hágæða ál með heilbrigðis-, jafnréttis- og öryggismál í fyrirrúmi í sátt við umhverfi og samfélag.

Rio Tinto á Íslandi hf. óskar eftir að ráða jákvæðan og drífandi einstakling í spennandi og krefjandi starf í búnaðarmálum. Starfið felst í að hámarka afköst og áreiðanleika búnaðar steypuskála ISAL.

Starfssvið:

- Samskipti við notendur búnaðar og kennsla.
- Greina og fylgja eftir tilkynningum frá framleiðslubúnaði.
- Greining og bestun á frammistöðu og áreiðanleika búnaðar í steypuskála.
- Skipulag og yfirferð ástandsvöktunar.
- Þátttaka í alþjóðlegu samstarfi steypuskála innan samsteypunnar.
- Stöðugar umbætur framleiðsluferla og framleiðslutækni.
- Tryggja að vörur uppfylli kröfur viðskiptavina.
- Framfylgja öryggisstefnu fyrirtækisins.
- Samskipti við viðhaldssvið og verktaka.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Verkfræðingur á sviði rafmagns eða véla eða menntun sem nýtist í starfi.
- Þekking og reynsla af iðntölvustýringum.
- Þekking á gæðastýringum, tölfræði og hæfni til greiningarvinnu.
- Reynsla af viðhaldi búnaðar og áreiðanleikafræðum.
- Mjög góð færni i mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð.
- Góð íslensku- og enskukunnátta.
- Sterk öryggisvitund.

Umsóknarfrestur er til og með 29. mars nk.

Sótt er um starfið á **www.vinnvinn.is**.

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

Umsækjandi þarf að fara í heilsufarsskoðun ef af ráðningu verður.

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

Umsjón með starfinu hafa Auður Bjarnadóttir (audur@vinnvinn.is) og Hildur Jóna Ragnarsdóttir (hildur@vinnvinn.is).

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

ERT ÞÚ MARKAÐSMANNESKJA
MEÐ ÁSTRÍÐU FYRIR LEIKHÚSI?

Borgarleikhúsið leitar að skapandi og hugmyndaríkum markaðsstjóra sem hefur bæði drifkraft og metnað. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf í lifandi og skemmtilegu umhverfi.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Yfirumsjón markaðsmála og mótun stefnu markaðsdeildar.
- Ábyrgð á ímyndar- og markaðsmálum leikhússins.
- Ábyrgð á markaðs- og kostnaðaráætlunum, framkvæmd og eftirfylgni.
- Samskipti við auglýsingastofur og fagaðila á sviði markaðsmála.
- Umsjón með fyrirtækja- og hópasölu.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf umsækjanda og er umsóknarfrestur til og með **28. mars 2022**.

Umsjón með starfinu hafa Auður Bjarnadóttir (audur@vinnvinn.is) og Hilmar G. Hjaltason (hilmar@vinnvinn.is). Við hvetjum áhugasama til að sækja um, óháð kyni og uppruna.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði viðskipta- og/eða markaðsfræði.
- Árangursrík reynsla af markaðsmálum og markaðssetningu á samfélagsmiðlum.
- Sköpunargleði og gott auga fyrir hönnun, reynsla af grafískri hönnun er kostur.
- Skipulagshæfni og reynsla af verkefnastjórnun.
- Frumkvæði, sjálfstæði og jákvætt viðmót.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti.

vinnvinn

Borgarleikhúsið

SVIÐSSTJÓRI FORVARNASVIÐS

Starf sviðsstjóra forvarnasviðs Slökkviliðs höfuðborgarsvæðisins er laust til umsóknar. Sviðið hefur eftirlit með því að ákvæðum laga og reglna á sviði brunavarna sé fylgt með virku eldvarnareftirliti ásamt því að sinna forvörnum á sviði brunavarna á þjónustusvæði slökkviliðsins.

Á sviðinu starfa í dag 11 einstaklingar við skoðanir og hönnunareftirlit. Sviðsstjóri forvarnasviðs er hluti af framkvæmdastjórn slökkviliðsins.

Starfið er umfangsmikið og krefjandi og hentar einstaklingi sem hefur góða samskiptafærni, lausnamiðaða hugsun og brennandi áhuga á að vinna að úrbótum og forvörnum á sviði brunavarna.

Hjá Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins starfar öflugur hópur fólks að fjölbreyttum verkefnum á sviði brunavarna og sjúkraflutninga, ásamt ýmsum öðrum verkefnum á sviði björgunar, forvarna og almannavarna.

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins | www.shs.is

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, t.d. verkfræði, tæknifræði, arkitektúr eða byggingafræði
- Árangursrík reynsla af stjórnun umfangsmeiri verkefna
- Reynsla af mannaforráðum er kostur
- Áhugi á brunavörnum
- Reynsla af vinnu þar sem reynir á stjórnsýslu kostur
- Góð tölvufærni
- Mjög góð íslenskukunnátta og góð enskukunnátta, þekking á einu Norðurlandamál er kostur
- Ákveðni, drifkraftur og framsækni
- Færni og lipurð í mannlegum samskiptum

Um er að ræða 100% starf. Við hvetjum öll, óháð kyni, til að sækja um. Nánari upplýsingar veitir Guðný E. Ingadóttir, mannauðsstjóri á gudnye@shs.is eða í síma 528-3000.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og færni til að gegna starfinu. Umsókn berist á netfangið **starf@shs.is**.

Umsóknarfrestur er til og með 7. apríl 2022

STARF

Fjölbreytt starf á skrifstofu forstjóra

Við leitum að jákvæðum og kraftmiklum starfskrafti í fjölbreytta og krefjandi stöðu á skrifstofu forstjóra Landsvirkjunar. Starfið felur meðal annars í sér almenn skrifstofustörf, skjalagerð, yfirferð og rýni texta, umsjón með samskiptum til og frá skrifstofu forstjóra og þjónustu við stjórn og undirnefndir hennar. Um er að ræða 80% starfshlutfall.

Hæfniskröfur:
– menntun sem nýtist í starfi
– lipurð í mannlegum samskiptum
– sjálfstæði, frumkvæði og skipulagsfærni
– framúrskarandi íslenskukunnátta
– mjög góð tölvukunnátta
– færni í ensku

Umsóknarfrestur er til og með 30. mars

Sótt er um starfið hjá Hagvangi
hagvangur.is

Landsvirkjun

Ísloft- Blikk & Stálsmiðja ehf

Óskar eftir eftirfarandi starfsmönnum til starfa:

• **Lagerstjóra** Um er að ræða alsherjar umsjón lagers fyrirtækisins, samantekt og afgreiðslur pantana ofl.

• **Málmiðnaðarmanni** með góða reynslu í TIG suðu á áli og ryðfríu stáli, almennri MIG-MAG suðu á stáli auk allrar almennrar smíðavinnu við framleiðslu. Ásamt almennri suðuvinnu þá er um er að ræða mjög fjölbreytt starf við blikk og málmsmíði m.a. smíði hitaelementa.

Umsóknir sendist í tölvupósti á **isloft@isloft.is**
Nánari upplýsingar í síma 587 6666.

ÍSLOFT
BLIKK OG STÁLSMIÐJA EHF.
Bíldshöfða 12, 112 Reykjavík - Sími 587 6666 - Fax 567 3624
isloft@isloft.is - www.isloft.is

Viltu slást í hópinn?

Hjúkrunarfræðingur óskast á Húðin Skin Clinic í hlutastarf við húðmeðferðir.

Viðkomandi þarf að vera íslenskumælandi, faglegur, vingjarnlegur og með jákvætt viðmót. Starfið gæti hentað samhliða öðru starfi.

Umsóknir ásamt ferilskrá sendist á hudin@hudin.is

HÚÐIN
skin clinic

Lausar kennarastöður í Vesturbyggð

Í Vesturbyggð er öflugt atvinnulíf, fjölbreytt þjónusta og gott mannlíf. Góð þjónusta er í sveitarfélaginu, öflugt æskulýðsstarf, leikskólar, grunnskólar, íþróttasvæði, sundlaug, verslanir, sjúkrahús, verkstæði, vélsmiðjur, trésmíðaverkstæði, bíó, ferðaþjónusta og fleira.

Einstök náttúrufegurð prýðir Vesturbyggð og þar er ótal margt að sjá og upplifa. Náttúruperlur eins og Rauðisandur og Látrabjarg eru innan sveitarfélagsins. Möguleikar til útivistar, félagsstarfa, íþrótta og afþreyingar eru því fjölmargar. Vesturbyggð tekur vel á móti nýjum íbúum.

Umsóknir og nánari upplýsingar um öll laus störf má finna á vefsíðunni **storf.vesturbyggd.is**

Patreksskóli

Kennarar
Patreksskóli leitar eftir kennurum á ýmsum starfssviðum.
- 100% starf kennara á yngsta stigi.
- 100% starf kennara á miðstigi.
- 100% starf kennara á unglingastigi með sérhæfða hæfni í raungreinum og stærðfræði.
- 70–100% starf kennara með sérhæfða hæfni í list- og verkgreinum.
- 100% starf kennara með sérhæfða hæfni í íþróttakennslu

Deildarstjóri 1 við stoðþjónustu
Helstu verkefni og ábyrgð er að skipuleggja og stýra fyrirkomulagi stoðþjónustu

Deildarstjóri leikskóladeildar Patreksskóla
100% staða deildarstjóra leikskóladeildarinnar Klif í Patreksskóla. Leikskóladeildin er fyrir 5 ára nemendur.

Leikskólinn Araklettur

Sérkennslustjóri
Leitað er eftir sérkennslustjóra til starfa á Arakletti á Patreksfirði í 50% starf.

Leikskólakennari
Leitað er eftir leikskólakennara til starfa á Arakletti á Patreksfirði í 100% starf.

Bíldudalsskóli

Umsjónarkennarar
Bíldudalsskóli leitar eftir umsjónarkennurum í 1.–10. bekk.

Tónlistarskóli Vesturbyggðar

Tónlistarkennari
Kennsla á píanó og fleiri greinar, auk þess að sinna meðleik.

Vesturbyggð

→ storf.vesturbyggd.is

Hjúkrunarfræðingar

Við óskum eftir að ráða hjúkrunarfræðinga til starfa við Meltingarsetrið sem fyrst. Starfið felst í aðstoð við meltingarfæraspeglanir. Tölvukunnátta æskileg. Starfshlutfall 20-70%.

Góður starfsandi og skemmtilegur vinnustaður.

Umsókn ásamt ferilskrá skal senda til Meltingarsetursins Þönglabakka 6, 109 Reykjavík eða á netfangið: meltingarsetrid@gmail.com

LEIKSKÓLASTJÓRI ÓSKAST Á LEIKSKÓLANN AKRA Í GARÐABÆ

Garðabær auglýsir laust til umsóknar starf leikskólastjóra við leikskólann Akra í Garðabæ. Í leikskólanum dvelja allt að 89 börn á aldrinum 1 árs til 5 ára. Leikskólinn er fjögra deilda og vinnur samkvæmt áherslum Uppeldis til ábyrgðar (e: *restitution*) þar sem lögð er áhersla á jákvæð samskipti, uppbyggilega orðræðu og ábyrgð einstaklingsins á eigin hegðun. Leikskólinn hefur verið framsækinn í fjölbreyttum þróunarverkefnum. Einkunnarorð leikskólans eru *Virkni og Vellíðan*.

Í leikskólum Garðabæjar er möguleiki á að sækja um styrki í Þróunarsjóð leikskóla til að styðja við nýbreytni og framþróun í starfi. Einnig er til staðar sérverkefnasjóður sem hver og einn leikskóli hefur til umráða til að styðja enn frekar við leikskólastarfið.

Leitað er að leikskólastjóra til að leiða skólastarfið í samvinnu við starfsfólk, foreldra og börn. Leikskólastjóri tekur einnig þátt í að móta skólasamfélag Garðabæjar með uppbyggilegum og framsýnum hætti í samvinnu við fræðslu- og menningarsvið Garðabæjar.

Helstu verkefni:

- Vera faglegur leiðtogi
- Bera faglega og rekstrarlega ábyrgð á starfi leikskólans, stjórna daglegri starfsemi hans og hafa forgöngu um mótun og framgang stefnu leikskólans
- Vinna náið með starfsfólki að því að skapa frjótt námsumhverfi þar sem vellíðan er tryggð og styrkleikar hvers og eins fá notið sín

Menntunar og hæfniskröfur:

- Leikskólakennaramenntun
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi æskileg
- Reynsla af stjórnun og rekstri
- Áhugi og reynsla í að leiða þróunarstarf
- Góðir skipulagshæfileikar og vilji til að leita nýrra leiða í skólastarfi
- Sveigjanleiki og framsýni
- Hæfni í samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 4. apríl 2022. Staðan er laus frá 1. ágúst 2022.

Nánari upplýsingar um starfið veita Halldóra Pétursdóttir leikskólafulltrúi, netfang halldorapet@gardabaer.is eða í síma 5258500 og Eiríkur Björn Björgvinsson forstöðumaður fræðslu- og menningarsviðs, netfang eirikurbjorn@gardabaer.is eða í síma 5258500.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Félags stjórnenda í leikskólum.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um rafrænt á heimasíðu Garðabæjar www.gardabaer.is Umsókninni skal fylgja greinargóð ferilskrá um störf umsækjanda og menntun ásamt reynslu hans sem stjórnanda og þeim verkefnum sem hann hefur unnið að og lýsa færni hans til að sinna starfi leikskólastjóra. Umsækjandi þarf einnig að skila greinargerð með hugmyndum sínum um starfið og hvernig hann sér Akra þróast í skólasamfélagi Garðabæjar undir sinni stjórn.

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

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

GARÐABÆR
gardabaer.is

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Álftanesskóli
- Umsjónarkennari

Garðaskóli
- Deildarstjóri
- Íslenskukennari
- Kennari í hönnun og smíði
- Kennari til að stýra starfi í upplýsingaveri
- Náttúrufræðikennari
- Samfélagsgreinakennari
- Sérkennari
- Stærðfræðikennari

Hofsstaðaskóli
- Umsjónarkennari

Sjálandsskóli
- Íslenskukennari
- Þroskaþjálfi

Leikskólinn Akrar
- Leiðbeinandi

Leikskólinn Holtakot
- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

Leikskólinn Mánahvoll
- Leiðbeinandi
- Leikskólakennari

Bókasafn Garðabæjar í Urriðaholti
- Útibússtjóri

Móaflöt - skammtímavistun fyrir fötluð börn og ungmenni
- Sumarstarfsmaður

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

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

GARÐABÆR
gardabaer.is

VELKOMIN Í HÓPINN

Aðalbókari

Dagar leita að talnaglöggum og áreiðanlegum aðalbókara til starfa á fjármálasviði félagsins. Helstu verkefni eru yfirumsjón með daglegu bókhaldi og launavinnslu félagsins. Aðalbókari á í samskiptum við viðskiptavini, birgja, lífeyrissjóði, stéttarfélög og starfsmenn.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Færsla bókhalds og afstemmingar.
- Undirbúningur mánaðarlegra uppgjöra.
- Samantekt fjárhagsupplýsinga og skýrslugerð.
- Launavinnsla.
- Innheimta.
- Önnur tilfallandi verkefni.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi, eins og viðskiptafræði, viðurkenndur bókari eða sambærileg menntun.
- Reynsla af bókhaldsstörfum og launavinnslu er skilyrði.
- Góð tölvukunnátta, þ.m.t. á Excel, og reynsla af notkun viðskipta- og upplýsingakerfisins Navision er kostur.

Söluráðgjafi

Dagar leita að árangursdrifnum einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á sölustörfum í öflugt teymi á sölu- og viðskiptaþróunarsviði fyrirtækisins.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ráðgjöf og sala á þjónustu til nýrra viðskiptavina.
- Tilboðs- og samningagerð.
- Samskipti við viðskiptavini.
- Upplýsingagjöf og eftirfylgni.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Árangursrík reynsla af sölustörfum.
- Greiningarhæfni.
- Góð samskiptafærni og leiðtogahæfileikar.
- Frumkvæði, sjálfstæði og lausnamiðað viðhorf.

Viðskiptastjóri útboðsverkefna

Dagar leita að viðskiptastjóra útboðsverkefna sem gegnir lykilhlutverki í ræktun viðskiptasambanda, framþróun samninga og eftirfylgni með að unnið sé skv. skilmálum samninga.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á uppbyggingu og þróun viðskiptasambands við lykilviðskiptavini fyrirtækisins.
- Vakta tækifæri til þróunar á samningum og leita leiða til að bæta þjónustu við viðskiptavini.
- Umsjón með viðbótarþjónustuþáttum og ráðgjöf til viðskiptavina.
- Vakta þjónustumælingar, úttektir og ábendingar og fylgja eftir aðgerðum til að bæta þjónustuupplifun viðskiptavina.
- Uppfærsla og eftirfylgni með samningum.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af viðskiptastjórnun, ráðgjöf og sölu til fyrirtækja æskileg.
- Þekking á straumlínustjórnun er kostur.
- Góð samskiptafærni og leiðtogahæfileikar.
- Frumkvæði, sjálfstæði og lausnamiðað viðhorf.
- Sjálfstæð vinnubrögð, skipulagning og nákvæmni.
- Drifkraftur, seigla og metnaður til að ná árangri.

Um Daga

Dagar eru framsækið en rótgróið fyrirtæki sem er í fremstu röð í ræstingum og þrifum, fasteignaumsjón og vinnustaðalausnum fyrir fyrirtæki og stofnanir.

Hjá okkur starfa um 750 manns víðsvegar um landið af ýmsum þjóðernum. Sérhæfing okkar byggir á áratugareynslu, framsækni og frábæru starfsfólki. Við höfum einsett okkur að vera í fremstu röð í ræstingum og þrifum, fasteignaumsjón og vinnustaðalausnum hvað varðar þjónustustig, öryggi og nýjungar.

Umsóknarfrestur er til og með 4. apríl nk.
Sótt er um störfin á **www.vinnvinn.is**.

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

Umsjón með starfsumsóknum hafa Auður Bjarnadóttir, audur@vinnvinn.is, og Garðar Óli Ágústsson, gardar@vinnvinn.is.

Dagar hf. | Lyngási 17, 210 Garðabæ | dagar.is

vinnvinn dagar

Viltu vinna með okkur að betra heilbrigði með tækninni?

Komdu og taktu þátt í að móta framtíðina! Hjá Origo vinnum við að því að smíða nýjar og framúrskarandi lausnir sem gegna lykilhlutverki í heilbrigðiskerfinu.

Við leitum að **viðskiptastjóra Heilbrigðislausna Origo**. Viðskiptastjóri starfar náið með lykilviðskiptavinum okkar að sölu, þróun og þjálfun í heilbrigðislausnum, ásamt því að taka þátt í nýsköpun innan sviðsins. Rétta manneskjan er fljót að tileinka sér nýjungar og býr yfir krafti og vilja til að taka þátt í að þróa lausnir sem breyta leiknum í heilbrigðiskerfinu.

Heilbrigðislausnir Origo eru leiðandi í þróun á heilbrigðistengdum hugbúnaði fyrir stofnanir og einstaklinga. Meðal þeirra lausna sem unnið er að hjá Origo eru Heilsuvera, sjúkraskrárkerfið Saga og appþróun ásamt ýmsum öðrum spennandi verkefnum.

Helstu verkefni:

- Regluleg samskipti við stærstu viðskiptavini
- Skipulagning sölufunda og kynninga
- Að útbúa markaðs- og kynningarefni fyrir vörur deildarinnar
- Skipulagning viðburða og þátttöku Heilbrigðislausna á fagráðstefnum
- Þátttaka í innleiðingu og þjálfun fyrir nýjar hugbúnaðareiningar

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Menntun og/eða reynsla tengd heilbrigðisþjónustu æskileg
- Reynsla af viðskiptastjórnun, ráðgjöf og sölu til fyrirtækja æskileg
- Frumkvæði, metnaður og öguð vinnubrögð
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar og þjónustulund
- Góð íslenskukunnátta

Hjá Origo starfar öflugur hópur fólks sem nýtir hugvit til að efla árangur, hagsæld og öryggi viðskiptavina. Við leggjum mikið upp úr ánægju starfsfólks, jákvæðri fyrirtækjamenningu og fyrsta flokks vinnuumhverfi og aðbúnaði. Kynntu þér vinnustaðinn á **origo.is/mannaudur**.

Umsóknarfrestur er til og með 28. mars nk. Allar umsóknir og fyrirspurnir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál og þeim svarað. Nánari upplýsingar veita sérfræðingar á mannauðssviði Origo, **mannaudur@origo.is**.

JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022

Við höfum sett okkur metnaðarfull markmið:
origo.is/mannaudur

.origo.

Fyrirtæki ársins 2021

hagvangur.is

HAGVANGUR

os.is

Viltu taka þátt í mótun orkuumhverfis á Íslandi?

Orkustofnun auglýsir ný störf sem munu gegna lykilhlutverki í mótun umgjarðar orkumála í takt við kröfur samtímans þar sem áhersla er lögð á orkuskipti, nýsköpun og loftslagsmál.

Þróunarstjóri gagna

Tilgangur starfsins er að nútíma- og sjálfvirknivæða gagnamál Orkustofnunar í því skyni að setja fram hagnýtar upplýsingar og greiningar sem nýtast til ákvarðanatöku og bæta upplýsingagjöf til sérfræðinga, stjórnvalda og almennings.

Við leitum að kraftmiklum umbreytingaleiðtoga með þekkingu á uppbyggingu og hagnýtingu gagnagrunna og greiningartóla, hæfni til að setja fram gögn á skýran, faglegan og gagnvirkan máta og brennandi áhuga á á greiningu, nýtingu og framsetningu gagna.

Sérfræðingur í greiningu orkumarkaðar

Tilgangur starfsins er gagnasöfnun, þróun mælaborðs orkumála og vinna tengd orkuspám og rekstrarhermunum raforkukerfisins.

Við leitum að öflugum greinanda með mikla færni í hagnýtingu gagnasafna, færni til að greina og miðla gögnum á skýran og faglegan máta og brennandi áhuga á þróun orkumála.

Sérfræðingur á sviði vindorku og sjálfbærrar auðlindanýtingar

Tilgangur starfsins er að taka þátt í að móta umgjörð vindorkumála á Íslandi til framtíðar og stuðla að uppbyggingu þekkingar á sviðinu.

Við leitum að framsýnum sérfræðingi með þekkingu og reynslu á sviði vindorku og brennandi áhuga á orku- og umhverfismálum og sjálfbærri auðlindanýtingu í víðu samhengi.

Sérfræðingur á sviði raforkurekstrar og hagræns eftirlits

Tilgangur starfsins er að greina rekstarforsendur fyrirtækja á raforkumarkaði og hafa eftirlit með rekstri dreifiveitna og flutningsfyrirtækis raforku. Meðal annars að tryggja fylgni við raforkulög, hafa eftirlit með tekjumörkum og rekstri og ákvarða tekjumörk og eftirlit með gjaldskrám raforkufyrirtækja.

Við leitum að öflugum greinanda með mikla færni í hagnýtingu gagnasafna, færni til að greina og miðla gögnum á skýran og faglegan máta og brennandi áhuga á þróun orkumála.

Verkefnastjóri Orkuseturs Orkustofnunar

Tilgangur starfsins er að halda utanum starfsemi Orkuseturs Orkustofnunar, vinna að aukinni vitund almennings og fyrirtækja um skilvirka orkunotkun og möguleika til orkusparnaðar og styðja við verkefni tengd orkuskiptum, loftslagsmálum og nýsköpun. Starfsstöð verkefnastjóra Orkuseturs Orkustofnunar er á Akureyri.

Við leitum að einstaklingi með brennandi áhuga á loftslagsmálum, orkumálum og orkuskiptum, og reynslu í að leiða verkefni og virkja ólíka aðila til samstarfs.

Nánari upplýsingar um störfin veita:
Ólafur Dan Snorrason, mannauðsstjóri **olafur.dan.snorrason@os.is**
Anna Lilja Oddsdóttir, sérfræðingur **anna.lilja.oddsdottir@os.is**

Umsókn skal fylgja ferilskrá og stutt bréf þar sem umsækjandi gerir grein fyrir áhuga og hæfni í starfi út frá hæfnikröfum auglýsingar. Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðuneytis við viðkomandi stéttarfélag. Um er að ræða fullt starfshlutfall. Starf verkefnastjóra Orkuseturs Orkustofnunar er með starfsstöð á Akureyri, önnur auglýst störf eru með starfsstöð í Reykjavík, nema um annað sé samið.

Umsóknir eru gildar í sex mánuði frá birtingu þessarar auglýsingar innan stofnunarinnar og umsóknir gilda í öll störf þessarar auglýsingar. Orkustofnun stefnir að því að halda jöfnu kynjahlutfalli í starfsliði sínu. Öllum umsóknum verður svarað eftir að ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Orkustofnun starfar í þágu samfélagsins og í takt við orkustefnu Íslands. Hlutverk hennar er að skapa skýra umgjörð um orkumál, stuðla að nýsköpun og upplýstri umræðu og að veita stjórnvöldum faglega ráðgjöf í þágu almannaheilla.

Stefna Orkustofnunar er að byggja upp þekkingu á fagsviðum stofnunarinnar svo sem á sviðum orkuvinnslu, orkunýtingar og loftslagsmála, stunda skilvirka og gagnsæja stjórnsýslu, sem og sjálfstætt vandað eftirlit. Orkustofnun leggur áherslu á að vera framsýn, traust og skilvirk.

Umsóknum skal skilað í gegnum 50skills.
Umsóknafrestur er til og með 28.mars 2022

ORKUSTOFNUN

Ert þú með brennandi áhuga á skipum?

Eftirlitsmaður í hafnarríkiseftirliti

Samgöngustofa leitar að öflugum einstaklingi til að sinna hafnarríkiseftirliti (e. Port State Control) með erlendum flutninga- og farþegaskipum sem koma til hafnar á Íslandi, á grundvelli Parísarsamkomulagsins (www.parismou.org). Starfshlutfall er 100% og tilheyrir staðan deild skipaeftirlits, áhafna og leyfisveitinga.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Krafa er að viðkomandi hafi eða hafi haft gilt atvinnuskírteini;
  - STCW II/2 (skipstjóri) ótakmarkað, eða
  - STCW III/2 (yfirvélstjóri) ótakmarkað, eða
  - Hafi lokið prófi viðurkenndu af Samgöngustofu í skipaverkfræði, skipatæknifræði, vélaverkfræði eða véltæknifræði og hafi unnið á því sviði í a.m.k. 5 ár.
- Kostur telst ef viðkomandi hefur góða þekkingu á alþjóðlegum reglum sem gilda um skip og búnað þeirra.
- Krafa er að viðkomandi hafi mjög gott vald á ensku og íslensku í rituðu og töluðu máli þar sem starfið fer að mestu leyti fram á ensku.
- Góð almenn tölvukunnátta er krafa.
- Kostur að viðkomandi hafi reynslu af vinnu með gæðakerfi.
- Jákvæðni og færni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði og að geta unnið sjálfstætt og í hóp.

Sérfræðingur í skipatæknideild

Samgöngustofa leitar að öflugum sérfræðingi í skipatæknideild. Starfið felur í sér að meta tæknigögn er varðar öryggi skipa, yfirferð og samþykkt smíðateikninga og annarra gagna vegna nýsmíði, breytinga og innflutnings skipa. Starfið felur í sér samskipti við skipahönnuði, útgerðir og flokkunarfélög vegna skoðana og tæknigagna. Á skipatæknideild er unnið með lög og reglur, gæðakerfi og staðla. Starfshlutfall er 100%.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Hafa lokið námi í tæknifræði eða verkfræði á skipa eða vélasviði. Annað sambærilegt nám kemur til greina.
- Reynsla af störfum við tæknimál skipa er kostur.
- Gott vald á íslensku og ensku í rituðu og töluðu máli.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Jákvæðni og færni í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði og að geta unnið sjálfstætt og í hóp.

Umsóknarfrestur er til 28. mars 2022

Hægt er að sækja um störfin rafrænt á **samgongustofa.is/storf**

Upplýsingar um Samgöngustofu má finna á **samgongustofa.is**

Í boði eru spennandi störf hjá metnaðarfullri stofnun í alþjóðlegu umhverfi. Við bjóðum góða starfsaðstöðu og frábæra vinnufélaga.

Við hvetjum öll kyn til að sækja um.

Ármúli 2 | 108 Reykjavík | Sími 480 6000

Samgöngustofa

Embætti ríkislögmanns auglýsir laus störf

Embætti ríkislögmanns auglýsir laus til umsóknar tvö störf við embættið. Annars vegar starf lögmanns með réttindi til að flytja mál fyrir héraðsdómi og hins vegar starf lögfræðings. Um er að ræða áhugaverð og fjölbreytt störf í krefjandi starfsumhverfi þar sem reynir á öguð vinnubrögð, ábyrgð og sjálfstæði. Um verkefni og starfsskyldur ríkislögmanns má finna upplýsingar í lögum nr. 51/1985 um ríkislögmann.

Lögmaður með málflutningsréttindi fyrir héraðsdómi

Helstu verkefni og ábyrgð
- Málflutningur fyrir héraðsdómi og Félagsdómi.
- Taka afstöðu til og annast uppgjör bótakrafna sem beint er að ríkissjóði.
- Aðstoð við lögmenn embættisins.
- Samskipti við stjórnvöld, stofnanir, lögmenn og einstaklinga.

Hæfniskröfur
- Fullnaðarpróf í lögfræði (embættis- eða meistarapróf). Önnur viðbótarmenntun er kostur.
- Góð kunnátta í stjórnsýslurétti og skaðabótarétti. Reynsla af störfum innan stjórnsýslunnar eða á lögmannsstofu er kostur.
- Reynsla og þekking af gerð samkomulaga er kostur.
- Sveigjanleiki, samstarfshæfni, skipulagshæfni og sjálfstæð vinnubrögð.
- Gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð kunnátta í ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.

Lögfræðingur

Helstu verkefni og ábyrgð
- Taka afstöðu til og annast uppgjör bótakrafna sem beint er að ríkissjóði í samráði við lögmenn embættisins.
- Aðstoð við lögmenn embættisins.
- Samskipti við stjórnvöld, stofnanir, lögmenn og einstaklinga.

Hæfniskröfur
- Fullnaðarpróf í lögfræði (embættis- eða meistarapróf). Önnur viðbótarmenntun er kostur.
- Góð kunnátta í stjórnsýslurétti og skaðabótarétti. Reynsla af störfum innan stjórnsýslunnar eða á lögmannsstofu er kostur.
- Reynsla og þekking af gerð samkomulaga er kostur.
- Sveigjanleiki, samstarfshæfni, skipulagshæfni og sjálfstæð vinnubrögð.
- Gott vald á íslensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Góð kunnátta í ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.

Frekari upplýsingar um störfin
Æskilegt er að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst. Starfshlutfall er 100%. Áhugasamir einstaklingar eru hvattir til að sækja um starfið óháð kyni.

Umsóknarfrestur er til og með fimmtudeginum 7. apríl 2022.
Umsókn skal skila rafrænt á postur@rlm.is.
Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá, þar sem fram koma upplýsingar um menntun og fyrri störf, ásamt kynningarbréfi með upplýsingum um ástæðu umsóknar og hvernig umsækjandi uppfyllir hæfniskröfur.

Launakjör eru miðuð við gildandi kjarasamning sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag háskólamenntaðra starfsmanna Stjórnarráðsins hafa gert.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, sbr. reglur nr. 464/1996 um auglýsingar á lausum störfum með síðari breytingum.

Nánari upplýsingar veitir Stefanía Gissurardóttir skrifstofustjóri í síma 5458490 eða í gegnum netfangið postur@rlm.is.

Seltjarnarnesbær
Laus störf

Grunnskóli Seltjarnarness

Unglingastig

Dönskukennari, fullt starf

Stærðfræðikennari, fullt starf

Íslenskukennari, fullt starf

Yngsta og miðstig

Námsráðgjafi, fullt starf

Umsjónakennarar

Upplýsingar um störf í Grunnskóla Seltjarnarness veitir Ólína Thoroddsen skólastjóri ***olina.thoroddsen@seltjarnarnes.is*** í síma 5959-200.

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

Umsóknarfrestur er til og með 4. apríl 2022.
Ráðið verður í stöðuna frá 2. ágúst 2022.

Vakin er athygli á að starfið hentar öllum kynjum. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga við Kennarasamband Íslands.

JAFNLAUNAVOTTUN 2019 - 2022

SELTJARNARNESBÆR

seltjarnarnes.is

Erum við
að leita
að þér?

Lögfræðingur með þekkingu á persónuverndarrétti

Skatturinn leitar að öflugum og lausnamiðuðum lögfræðingi til starfa á skrifstofu ríkisskattstjóra í verkefni tengd persónuverndarmálum. Skrifstofa ríkisskattstjóra hefur miðlæga yfirsýn yfir starfsemi Skattsins og viðfangsefni sviðsins eru margvísleg ráðgjöf, umsjón og samræming ýmissa málaflokka sem snerta stofnunina í heild. Má þar nefna stefnumótun og kynningarmál, samskipti við fjölmiðla, erlenda samstarfsaðila, Alþingi, undirstofnanir þess og Stjórnarráðið auk persónuverndarmála, fjölbreytilegra lögfræðiverkefna, tölfræði- og hagfræðigreininga. Skrifstofa ríkisskattstjóra er staðsett á starfsstöð Skattsins á Laugavegi 166, Reykjavík.

Helstu verkefni:

- Umsjón með ráðstöfunum vegna gildandi persónuverndarlöggjafar, rýni og eftirfylgni á framkvæmdar ráðstafanir.
- Úrlausn álitaefna í persónuverndarmálum.
- Ráðgjöf, stuðningur og fræðsla um persónuvernd fyrir stjórnendur og starfsmenn.
- Gerð og viðhald persónuverndarstefnu, leiðbeininga, verkferla og verklagsreglna.
- Umsjón með viðhaldi vinnsluskrár Skattsins.
- Aðkoma að gerð og rýni vinnslusamninga og mats á áhrifum á persónuvernd.
- Samskipti við viðskiptavini og stjórnvöld og þátttaka í alþjóðlegu samstarfi.
- Tengiliður við persónuverndarfulltrúa Skattsins.
- Önnur tengd verkefni á málefnasviði skrifstofu ríkisskattstjóra.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði lögfræði, meistaragráða æskileg (lágmarksmenntun er bakkalárgráða).
- Þekking og/eða reynsla af sviði persónuverndarréttar.
- Þekking og/eða reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg.
- Þekking og/eða reynsla af stjórnsýslurétti og upplýsingarétti er kostur.
- Gott vald á íslensku og ensku í töluðu og rituðu máli er skilyrði, kunnátta í a.m.k. einu Norðurlandamáli er kostur.
- Skipulögð, nákvæm og sjálfstæð vinnubrögð.
- Frumkvæði, metnaður og geta til að fylgja málum eftir.
- Fáguð framkoma, lipurð og færni í mannlegum samskiptum.
- Þjónustulund og jákvætt viðmót.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Hreint sakavottorð.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Helga Valborg Steinarsdóttir, skrifstofustjóri á skrifstofu ríkisskattstjóra, í síma 442-1000 eða í tölvupósti á netfangið helga.v.steinarsdottir@skatturinn.is

Umsóknir skulu fylltar út á vefsíðu Skattsins, *skatturinn.is*, eða á vefsíðu Starfatorgs, *starfatorg.is*. Ferilskrá, auk kynningarbréfs, sem inniheldur ítarlegar upplýsingar m.a. um menntun, fyrri störf, umsagnaraðila og annað er máli skiptir þarf að fylgja með svo umsókn teljist fullnægjandi.

Umsækjendum um störf hjá Skattinum kann að vera gert að leysa verkefni í ráðningarferlinu sem kæmu, auk annarra þátta, heildstætt inn í mat á hæfni þeirra til viðkomandi starfa.

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert. Starfshlutfall er 100%.

Skatturinn hvetur fólk af öllum kynjum til að sækja um starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 29. mars 2022 og verður öllum umsóknum svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningar.

Gildi Skattsins eru fagmennska, framsækni og samvinna.

Skatturinn | 442 1000 | Upplýsingaver opið: Mán.-fim. 9:00-15:30 Fös. 9:00-14:00 | JAFNLAUNAVOTTUN 2020 - 2023

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —

PERSÓNUVERND ÓSKAR EFTIR VEF- OG ÚTGÁFUSTJÓRA

PERSÓNU VERND

Persónuvernd leitar að drífandi og kraftmiklum einstaklingi til að sjá um vefsíðu stofnunarinnar á starfsstöð hennar á Húsavík. Leitað er að framúrskarandi einstaklingi sem er tilbúinn að takast á við krefjandi verkefni með samhentu teymi hjá Persónuvernd.
Verkefni Persónuverndar eru fjölbreytt og ná til allra geira samfélagsins – og varða oft grundvallaratriði í íslensku samfélagi. Mikið er lagt upp úr frumkvæði, öguðum vinnubrögðum, margvíslegri þekkingu, samskiptahæfni og fagmennsku.

Um 100% starf er að ræða á starfstöð Persónuverndar á Húsavík. Ráðið verður í starfið frá 1. maí 2022 eða samkvæmt samkomulagi. Ráðið er í starfið til 12 mánaða. Um er að ræða tilraunaverkefni sem vonast er til að framhald verði á.

Persónuvernd er sjálfstætt stjórnvald sem annast eftirlit með framkvæmd laga nr. 90/2018 um persónuvernd og vinnslu persónuupplýsinga, laga nr. 75/2019 um vinnslu persónuupplýsinga í löggæslutilgangi og reglna settra samkvæmt þeim. Persónuvernd er fjölskylduvænn vinnustaður.

HELSTU VERKEFNI:

- Ritstjórn og framsetning efnis á ytri vef Persónuverndar, á íslensku og ensku
- Ábyrgð á skipulagi vefsins, viðhaldi hans og þróun
- Framkvæmd vefstefnu Persónuverndar
- Þróun og umsjón innri vefs fyrir Persónuvernd
- Ritstjórn, uppsetning og myndvinnsla fyrir vefræna og prentaða útgáfu, m.a. ársskýrslu
- Yfirlestur á lögfræðilegu efni fyrir vefútgáfu
- Önnur verkefni tengd útgáfu eða vefsíðu sem yfirmaður felur starfsmanni

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Mjög gott vald á íslensku og ensku skilyrði
- Þekking á Norðurlandamáli er kostur
- Reynsla af vefþróun er kostur
- Reynsla af notkun vefumsjónarkerfa er kostur
- Þekking og reynsla af vefmælingum er kostur
- Nákvæmni, frumkvæði og ögun í vinnubrögðum er skilyrði
- Góð samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum er skilyrði

FREKARI UPPLÝSINGAR UM STARFIÐ

Umsóknarfrestur er til og með 30. mars 2022. Umsóknir skulu berast á netfangið postur@personuvernd.is. Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur. Launakjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningi ríkisins við viðkomandi stéttarfélag. Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Vigdís Eva Líndal, sviðsstjóri hjá Persónuvernd, í síma 510-9600. Umsóknir munu gilda í sex mánuði frá móttöku þeirra, sbr. reglur nr. 1000/2019 um auglýsingar lausra starfa. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Lausar stöður / Available positions

Deildarstjóri á veitingastað / Rooftop Manager

Stjórnandi í söludeild / Sales Manager Transient

Stjórnandi í veitingahluta söludeildar / Catering Sales Manager

Forstöðumaður veitinga og viðburðadeildar / Director of Catering

Stjórnandi í bókunardeild / Reservation Manager

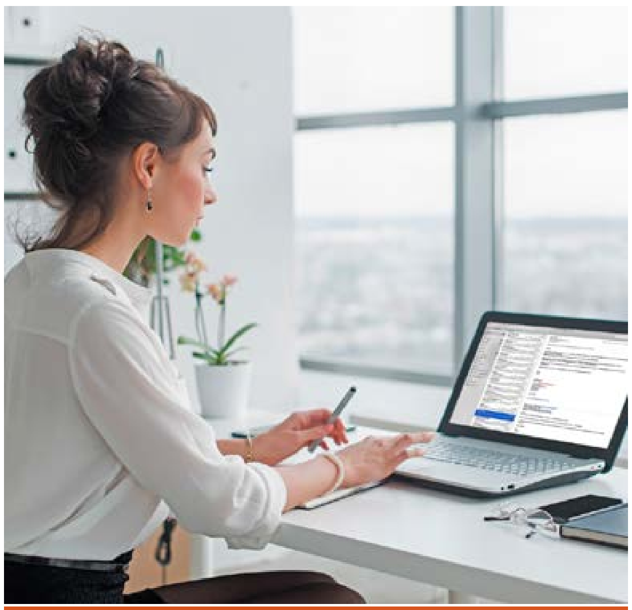
Öryggisstjóri / Security Manager

Þjónn / Server

Um The Reykjavik EDITION

The Reykjavík EDITION er einstök blanda af lífstíls og lúxushóteli sem býður upp á það besta þegar kemur að veitingastöðum, afþreyingu, þjónustu og þægindum. Hótelið er hluti af Marriott International hótelkeðjunni sem rekur 8000 hótel um allan heim sem starfsmenn njóta fríðinda á. Um er að ræða alþjóðlegt starfsumhverfi þar sem áhersla er lögð á faglegar ráðningar, heimsklassa þjálfun og tækifæri til starfsþróunar á alþjóðavísu. Við tökum vel á móti þér.

Sjá fleiri stöður og atvinnutækifæri á Alfred.is / please find job posts on alfred.is
Nánari upplýsingar á / further information: careers.rek@editionhotels.com



Við ráðum

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

Stjórnendaleit

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

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

Almennar ráðningar á markaði

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

Sveigjanleg nálgun

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

Matstæki

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

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

Ráðgjöf við starfslok

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

ráðum
ráðningarstofa

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

ÖLFUS

ÚTBOÐ

Sveitarfélagið Ölfus óskar eftir tilboðum í:
„Ný vatnsrennibraut við sundlaug Þorlákshafnar“

Um er að ræða útboð um kaup á nýrri vatnsrennibraut fyrir sundlaug Þorlákshafnar. Innifalið í tilboði skulu vera 2 vatnsrennibrautir, turn, lokað stigahúsi, dælur ásamt vatnslögnum frá dælum að rennibrautum, allar raflagnir frá dælum og í turni, hlóð og ljósabúnaður fyrir turn, öll hönnun á burðarvirki og lögnum fyrir rennibrautir, uppsetning og annað það sem þarf til að skila full unnu verki skv. útboðslýsingu.

Verklok eru 1. september 2022.

Útboðsgögn verða afhent á útboðvef sem er aðgengilegur hér: https://olfus.ajoursystem.is/Tender/DirectLink/c4fd8ec2-0bf8-4885-a087-c5ff8423e956
Tilboðum skal skila rafrænt í útboðskerfinu Ajour. Tilboð skulu sett fram með þeim hætti sem sett er fram í útboðskerfinu og í samræmi við skilmála útboðs og hlaða upp þeim skrám sem gerð er krafa um. Bjóðandi fær staðfestingarpóst þegar hann hefur skilað tilboði. Ef enginn póstur berst, hefur afhending ekki tekist. Bjóðendur skulu í þeim tilfellum leita til Ajour þjónustuaðila án tafar. Bjóðandi ber ábyrgð á að tilboð berist á réttum tíma og er hvattur til að hefja tímanlega vinnu við að skila því inn. **Skilafrestur tilboðs er til kl. 11:00 föstudaginn 8. apríl 2022.**

Opnun tilboða verður framkvæmd með rafrænum hætti á útboðsvefnum eftir að skilafrestur tilboða er liðinn. Bjóðendum verður því ekki boðið að mæta á opnunarfund en í kjölfar opnunar tilboða verður bjóðendum sent opnunaryfirlit rafrænt.

Sveitarstjórn Ölfuss

Akraneskaupstaður

Strætisvagnar á Akranesi
Innanbæjarakstur
2022 – 2029

Akraneskaupstaður óskar eftir tilboðum í akstur strætisvagna innanbæjar á Akranesi.

Verktaki skal leggja til flutningstæki og alla þjónustu við verkið.

Um er að ræða leið 1 sem er reglulegur akstur á virkum dögum allan samningstímann. Leið 2 er ný leið, sem skiptist í almennan akstur og frístundaakstur, og verður til reynslu í 2 ár.

Samningstími er 1. júlí 2022 til 30. júní 2029, með heimild til framlengingar, tvisvar sinnum eitt ár.

Verkið er auglýst á EES. Útboðsgögn eru aðgengileg á rafrænu formi frá miðvikudeginum 16. mars 2022 í gegnum útboðsvef Mannvits: https://mannvit.ajoursystem.is/.

Tilboðum skal skilað á útboðsvefinn fyrir **kl. 11:00 föstudaginn 22. apríl 2022.**

Opnunarfundi verður streymt í gegnum Teams, og fundargerð verður send öllum bjóðendum eftir opnun tilboða.

Sviðsstjóri skipulags- og umhverfissviðs

NORÐURORKA

FORSTJÓRI

Norðurorka óskar eftir að ráða forstjóra

Leitað er að dugmiklum einstaklingi í krefjandi stjórnunar- og leiðtogastarf þar sem reynir á samskiptahæfni, frumkvæði og forystuhæfileika.

Forstjóri leiðir öflugt starfsfólk félagsins og ber ábyrgð á rekstri félagsins gagnvart stjórn Norðurorku. Hann ber m.a. ábyrgð á stefnumótun og framtíðarsýn, skipulagi, áætlanagerð og samskiptum við stærri hagsmunaaðila og stefnumótandi samningagerð.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Umfangsmikil og farsæl reynsla af stjórnun og rekstri.
- Reynsla af fjármálum og áætlunargerð.
- Þekking og/eða reynsla af orkumálum er kostur.
- Færni til að tjá sig skipulega í ræðu og riti.
- Frumkvæði, drifkraftur og metnaður.
- Leiðtogahæfni og færni til að hvetja aðra til árangurs.
- Lipurð og færni í mannlegum samskiptum.
- Heiðarleiki og gott orðspor.

Norðurorka hf. rekur fjölbreytta veitustarfsemi á Akureyri og Eyjafjarðarsvæðinu. Meginhlutverk fyrirtækisins er að þjónusta heimili og atvinnulíf með vinnslu og dreifingu á heitu vatni og neysluvatni, rekstri dreifikerfis raforku og rekstri fráveitu. Norðurorka hf. er reyklaus vinnustaður og starfar skv. vottuðu gæðakerfi (ISO 9001). Hjá Norðurorku starfa um 70 manns.

MÖGNUM

Allir áhugasamir einstaklingar eru hvattir til að sækja um.

Umsóknarfrestur er til og með **30. mars 2022.**

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

Sótt er um starfið á www.mognum.is og nánari upplýsingar veitir Sigríður Ólafsdóttir hjá Mögnum, sigga@mognum.is.

LÖGFRÆÐINGUR

Vegna aukinna umsvifa leita MAGNA Lögmenn eftir öflugum lögfræðingi til að sinna fjölbreyttum verkefnum.

MENNTUNAR OG HÆFNISKRÖFUR:

- Umsækjandi hafi lokið eða ljúki fljótlega fullnaðarprófi í lögfræði (cand. jur./meistarapróf).
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í ræðu og rituðu máli.
- Sjálfstæð vinnubrögð og frumkvæði í starfi.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

MAGNA Lögmenn er leiðandi lögfræðifyrirtæki á sviði stjórnsýsluréttar, eignarréttar, orku- og skipulagsréttar, verktaka- og útboðsréttar og almennum fyrirtækjarétti. Fyrirtækið er ört stækkandi lögmannsstofa sem býður uppá hvetjandi vinnuumhverfi.

Umsóknir berist til logmenn@magna.is
Umsóknarfrestur er til og með 24. mars 2022.

Höfðabakka 9 • 110 Reykjavík • logmenn@magna.is • magna.is • 571 5400

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Götulýsing – Útskipting á lömpum 2022,** EES útboð 15452

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

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

HVERAGERÐISBÆR

ÚTBOÐ

Finnmörk 1 - Leikskólinn Óskaland - viðbygging

Verkið felst í viðbyggingu við leikskólann, breytingum innandyra og lóðarframkvæmum. Verkið skal vinna samkvæmt verklýsingum og teikningum eftir því sem við á. Verk þetta hefur stuttan framkvæmdartíma þar sem rof á starfsemi skólans má einungis vera í sumarfrí og því þarf verktaki og undirverktakar hans að vera meðvitaðir frá upphafi um aðstæður og tímaramma verkefnis.

Helstu magntölur eru eftirfarandi:

- Steypt viðbygging 85 m²
- Breytingar á núverandi húsnæði um 50 m²
- Hellulögð og malbikuð svæði, jarðvegsgrindur 1325 m²

Útboðsgögn verða eingöngu birt á útboðsvef verksins https://www.utbodsgatt.is/hveragerdi/staekkun_leikskola_2022 Bjóðendum ber að tryggja að þeir séu réttilega skráðir inn á útboðsvefinn vegna mögulegra samskipta á útboðstíma.

Tilboðum skal skila rafrænt undir vefslóð útboðsins eða á Skrifstofu Hveragerðisbæjar Breiðumörk 20, 810 Hveragerði, eigi síðar en **13. apríl 2022, kl. 10:30** en þá verða þau opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Verklok 1. nóvember 2022

Útboð

Ný útboð í auglýsingu

Grasæfingasvæði í Kaplakrika – girðingar og yfirborðsfrágangur
Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í girðingar og yfirborðsfrágang umhverfis nýtt grasæfingasvæði í Kaplakrika í Hafnarfirði auk girðingar á bílaplani við aðalbyggingu.
Útboðið nær til allra þátta annars vegar við að fullgera girðingar ásamt burðarþols- og deilihönnun hluta girðingakerfisins og hins vegar til allra þátta yfirborðsfrágangs. Svæðið er 125 m langt og um 110 m breitt.
Tilboð verða opnuð 06.04.22. kl. 11.

Hellnahraun 3. áfangi – Breytt deiliskipulag
Hafnarfjarðarbær óskar eftir tilboðum í gatnagerð, fráveitu- og neysluvatnslagnir, ásamt lögnum fyrir hitaveitu, rafveitu og fjarskiptalagnir í Hellnahraun 3. áfanga, vegna breytinga á deiliskipulagi.
Tilboð verða opnuð 06.04.22. kl. 11.

Nánar á:
hfj.is/utbod

Hafnarfjörður

Útboð

Ný útboð í auglýsingu

Endurnýjun á gervigrasi á íþróttasvæði Hauka á Ásvöllum
Hafnarfjarðarbær fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Hauka, óskar eftir tilboðum í endurnýjun á gervigrasi á íþróttasvæði Hauka á Ásvöllum.
Útboð verksins nær til allra þátta við að fullgera verkið.
Tilboð verða opnuð 04.04.22. kl. 14.

Girðingu umhverfis gervigras á íþróttasvæði Hauka á Ásvöllum
Hafnarfjarðarbær fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Hauka, óskar eftir tilboðum í girðingu umhverfis gervigras á íþróttasvæði Hauka á Ásvöllum.
Útboð verksins nær til allra þátta við að fullgera girðinguna, ásamt burðarþols- og deilihönnun girðingakerfisins. Gerð er krafa um að lagt sé fram heilstætt kerfi.
Tilboð verða opnuð 06.04.22. kl. 14.

Nánar á:
hfj.is/utbod

Hafnarfjörður

Landsvirkjun

Útboð nr. 2022-35
Írafosstöð – Smíði og frágangur á botnlokum

Óskað er eftir tilboðum í Smíði og frágangur á botnlokum - Írafosstöð samkvæmt útboðsgögnum nr. 2022-35.

Bjóða skal í verkið í heild sinni.

Verkið skal unnið á þessu ári.

Útboðsgögn og skil á tilboðum eru í gegnum útboðsvef Landsvirkjunar **utbod.landsvirkjun.is**

Skilafrestur á tilboðum 8.4.2022, kl. 12

Nöfn bjóðenda og heildartilboðsfjárhæðir verða birtar á vef Landsvirkjunar landsvirkjun.is

Dugguvogur 15-19, Kuggavogur 16-24 og Súðarvogur 2-4

Glæsilegt **nýtt** fjölbýlishús með **62 íbúðum** ásamt **9 atvinnu-rýmum** á jarðhæð hússins.

Íbúirnar eru **2-5 herbergja** og frá **57** til **165 fm** að stærð.

62 nýjar **íbúðir** komar í sölu

- **Innanhúsarkitekt:** Ragnar Sigurðsson
- Arkitektúr og hönnun: **Archús arkitektar**
- Sérsmíðaðar **ítalskar innréttingar** frá Gili Creation sem framleiddi m.a. allar innréttingar í Edition Reykjavík
- **Gólfhiti** í öllum íbúðum
- **Gólfsíðir gluggar** eru ráðandi í öllum íbúðum
- Undirlímdar handlaugar á baðherbergjum
- **Reyklitað sturtugler** sem nær upp í loft
- **Span helluborð** og vandaður **ofn** frá Ormsson
- Ísskápur, **uppþvottavél, þvottavél** og þurrkari **af vandaðri gerð** fylgir öllum íbúðum
- Allar borðplötur á eldhúsi og baði eru úr ljósum **Silestone kvartssteini** ásamt veggjum milli efri og neðri skápa í eldhúsi
- Flestar íbúðir með **sér þvottahúsi**
- Íbúðir **á 4. hæð** sem eru **með þaksvölum** skilast **með heitum potti** þar sem við á
- **Öllum íbúðum er skilað með öllum gólfefnum** og er endingargott vínilparket á öllum gólfum að undan skyldum vönduðum **ítölskum flísum á votrýmum**
- **Stæði í bílageymslu** fylgir með öllum íbúðum
- Afhending **júlí-ágúst** 2022

Bókið skoðun hjá sölumönnum okkar og fáið nánari upplýsingar:

Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

Kjartan Í. Guðmundson
lögg. fasteignasali
Sími: 663 4392
kjartan@miklaborg.is

Óskar S. Axelsson
aðst. fasteignasala
Sími: 691 2312
osa@miklaborg.is

Elín Alfreðsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 899 3090
elin@miklaborg.is

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

MIKLABORG | Með þér alla leið

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

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
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
Friðjón Ö. Magnúss. – lögg. fasteignasali – Sími: 692 2704
Jason Kr. Ólafsson – lögg. fasteignasali – Sími: 776 1515
Íris Arna Geirsdóttir – aðst. fasteignasala – Sími: 770 0500
Þröstur Þórhallsson – lögg. fasteignasali – Sími: 897 0634
Jórunn Skúladóttir – lögg. fasteignasali – Sími: 845 8958

Þóroddur S. Skapta – lögg. fasteignasali – Sími: 868 4508
Svan G. Guðlaugsson – lögg. fasteignasali – Sími: 697 9300
Atli S. Sigvarðsson – lögg. fasteignasali – Sími: 899 1178
Óskar H. Bjarnasen – lögg. fasteignasali – Sími: 691 1931
Kjartan Í. Guðmunds – lögg. fasteignasali – Sími: 663 4392
Þórhallur Biering – lögg. fasteignasali – Sími: 896 8232
Árni Davíð Bergs – aðst. fasteignasala – Sími: 625 2500
Friðrik Þ. Stefáns – hdl. & aðst. fasteignas. – Sími: 616 1313
Óskar S. Axelsson – aðst. fasteignasala – Sími: 691 2312
Ingi Þór Ingólfsson – lögg. fasteignasali – Sími: 698 4450
Páll Þórólfsson – lögg. fasteignasali – Sími: 893 9929
Ragnheiður Péturs – hdl. og löggiltur fasteignasali

2015 2021
Framúrskarandi fyrirtæki

NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Atla í síma **899 1178**

Borgarsandur 4
850 Hella

Vel skipulagt og mikið endurnýjað 191 fm einbýli ásamt góðum bílskúr og auka íbúð

- Góð alrými eru í húsinu
- Fimm svefnherbergi
- Tvö baðherbergi.
- Húsið stendur á grónum og rólegum stað.

Nánari upplýsingar:
Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is

Verð: **51,9 millj.**

NÝTT Í SÖLU

EIGNIN SÝND
sunnudaginn 20. mars
panta þarf skoðun

Nýlendugata 30
101 Reykjavík

Falleg 114,4 fm 4ra herb. íbúðarhæð á 1. hæð í fallegu og virðulegu þríbýli

- Húsið hefur fengið gott viðhald í gegnum árin og er töluvert endurnýjað
- Sérlega fallegur bakgarður með trjágróðri, sólpalli og fleira
- Sjarmerandi hús og íbúð á rólegum stað við gömlu höfnina í Reykjavík

Nánari upplýsingar:
Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is

Verð: **84,9 millj.**

Kaplaskjólsvegur 56
107 Reykjavík

Sérlega fallegt 220 fm einbýli í vesturbæ Reykjavíkur

- Afar vandaðar sérsmíðaðar innréttingar úr sér meðhöndlaðri eik ásamt innfelldri lýsingu.
- Fallegur skjólgóður garður með sólpalli og heitum potti til suðurs.
- Tvær stofur
- Fimm svefnherbergi
- Þrjú baðherbergi

Verð: **149 millj.**

NÝTT Í SÖLU

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Kjartani í síma: **663 4392**

Nánari upplýsingar veitir:
Kjartan Í. Guðmunds
vfr. og lögg. fasteignasali
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is

Fasteignasalan
Miklaborg
Lágmúla 4
108 Reykjavík

569 7000

Með þér alla leið

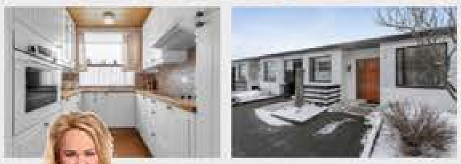
miklaborg.is

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Þórunni í síma 773 6000

Hjallaland 3
101 Reykjavík

Mjög vel skipulagt 232,3 fm raðhús í Fossvogi

- Fimm svefnherbergi, en voru sjö
- Þrír inngangar að ofanverðu
- Mikil lofthæð í stofu, suðursvalir og fallegur suður garður með gróðurhúsi
- Þvottahús með inngangi, gestasnyrting, baðherbergi, stór geymsla
- Bílskúr á lóð er 20,9 fm



Nánari upplýsingar:
Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is

Verð: **129 millj**

PANTIÐ SKOÐUN
hjá sölumönnum

Reykjastræti 5
101 Reykjavík - íb. 409

Glæsileg björt og rúmgóð 2ja herbergja 80,9 fm og 12 fm yfirbyggðar suður svalir

- Stór stofa með opnu eldhúsi
- Sér þvottahús innan íbúðar
- Rúmgott svefnherbergi með góðu skápaplássi
- Aðgangur að heilsulind, líkamsrækt o fl á Editiona hótelinu gegn greiðslu

Þórunn Pálsdóttir lögg. fasteignasali Sími: 773 6000 thorunn@miklaborg.is
Jason Ólafsson lögg. fasteignasali Sími: 775 1515 jko@miklaborg.is
Jón Rafn Valdimars lögg. fasteignasali Sími: 695 5520 jon@miklaborg.is
Þröstur Þórhallsson lögg. fasteignasali sími: 897 0634 throstur@miklaborg.is

Verð: **101 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
í síma 625 2500 eða 899 3090

Hverfisgata 92 B
101 Reykjavík - íb. 503

Einstök 146,4 fm þakíbúð

- Góð alrými eru í húsinu með gólfsíðum gluggum og allt að 5 m lofthæð í stofu.
- Þrjú svefnherbergi
- Tvö baðherbergi.
- Vandaðar innréttingar, kvartssteinn á borðplötum, innfelld lýsing, gólfhiti
- Tvö bílastæði í bílakjallara fylgja

Nánari upplýsingar veita:
Árni Davíð Bergs aðst. fasteignasala Sími 625 2500 arni@miklaborg.is
Elín Alfreðsdóttir lögg. fasteignasali Sími: 899 3090 elin@miklaborg.is

Verð: **169 millj**

OPIÐ HÚS laugardaginn 19. mars kl. 12.00 - 12.30

Hrísmóar 4
210 Garðabær - íb. 201

Góð 95,1 fm íbúð á 2. hæð með stæði í bílageymslu

- Mikið endurnýjuð
- Rúmgóða stofa með opnu eldhúsi
- Tvö svefnherbergi
- Geymsla innan íbúðar sem nýta mætti í annað
- Sérgeymsla á jarðhæð

Jason Ólafsson lögg. fasteignasali Sími: 775 1515 jko@miklaborg.is
Íris Arna Geirsdóttir aðst. fasteignasala Sími: 770 0500 iris@miklaborg.is

Verð: **68,9 millj.**

OPIÐ HÚS laugardaginn 19. mars kl. 14.00 - 18.00

Súðavogur 2-4
104 Reykjavík - sýningaríbúð 315

Glæsilegt nýtt fjölbýlishús með 62 íbúðum ásamt 9 atvinnurýmum á jarðhæð hússins.

- Íbúirnar eru 2-5 herbergja og frá 57 til 165 fm að stærð.
- Öllum íbúðum er skilað með vínilparketi á öllum gólfum að undan skyldum vönduðum ítölskum flísum á votrýmum
- Stæði í bílageymslu fylgir
- Afhending júlí-ágúst 2022

Ólafur Finnbogason lögg. fasteignasali Sími: 822 2307 olafur@miklaborg.is
Kjartan Í. Guðmunds lögg. fasteignasali Sími: 663-4392 kjartan@miklaborg.is
Óskar S. Axelsson aðst. fasteignasala S: 691 2312 osa@miklaborg.is
Elín Alfreðsdóttir lögg. fasteignasali Sími: 899 3090 elin@miklaborg.is
Jón Rafn Valdimars lögg. fasteignasali Sími: 695 5520 jon@miklaborg.is

PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520

Reykjavegur 80
270 Mosfellsbær

Gott 169,5 fm einbýlishús á einni hæð ásamt bílskúr

- Mikið endurnýjuð eign á stórri eignarlóð
- Stór stofa og borðstofa, útgengt á verönd
- Tvö stór svefnherbergi og hægt að bæta einu við
- Gestasnyrting og stórt baðherbergi endurnýjað
- 12 fm áhaldageymsla m rafmagni

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

Verð: **97,5 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
í síma 775 1515 eða 770 0500

Bergþórugata 23
101 Reykjavík

Falleg 91,6 fm íbúð á jarðhæð

- 2 svefnherbergi
- Sérútgengi út í garð
- Nýlega endurnýjað eldhúsið
- Geymsla í kjallara.
- Laus við kaupsamning

Jason Ólafsson lögg. fasteignasali Sími: 775 1515 jko@miklaborg.is
Íris Arna Geirsdóttir aðst. fasteignasala Sími: 770 0500 iris@miklaborg.is

Verð: **55,9 millj.**

PANTIÐ SKOÐUN
í síma 695 5520 eða 616 1313

Hvítárbakki - Hótel
311 Andakílshreppur

685 fm gistiheimili á Hvítárbökkum í Borgarbyggð

- Frábær staðsetning með mikilli víðsýni og einstakri náttúrufegurð.
- Húsið stendur á tæplega hektara eignarlandi og þar hefur verið rekið hótel/gistiheimil s.l. 7 ár með góðum árangri.
- Einstakt tækifæri t.d. fyrir samhent hjón eða fjölskyldur.
- Möguleiki á að taka íbúð upp í kaup

Jón Rafn Valdimars lögg. fasteignasali Sími: 695 5520 jon@miklaborg.is
Friðrik Þ. Stefánsson hdl. og aðst. fasteignas. Sími: 616 1313 fridrik@miklaborg.is

Verð: **Tilboð**

Vegna mikillar sölu **vantar allar gerðir fasteigna** til sölu, **hafið samband við sölumenn okkar** bókið skoðun og **fáið frítt verðmat.**

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

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

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

TILBOÐ

Sunnuflöt 4 210 Garðabæ

Einstaklega vel staðsett og fallegt einbýlishús á friðsælum stað við lækinn og hraunið á Sunnuflötinni í Garðabæ.

Hér er afar fjölskylduvænt hús með stórum opnum sameiginlegum rýmum með gólfsíðum gluggum sem veita góða birtu inn í rýmin ásamt rúmgóðum bílskúr.

Hér er einstök og mikil fasteign til sölu.

Þóra Birgisdóttir
Löggiltur fasteignasali
777 2882
thora@eignamidlun.is

BÓKIÐ SKOÐUN hjá Þóru Birgisdóttur í síma 777 2882 eða á thora@eignamidlun.is

Dalbraut 14

105 Reykjavík

Fjölbýli Samtaka Aldraðra | 88 fm | 3 herb.

42.900.000

Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508

Vatnsstígur 22

101 Reykjavík

Fjölbýli - bílageymsla | 132,6 fm | 3 herb.

104.900.000

Ólafur H. Guðgeirsson
MBA Rekstrarhagfræðingur og löggiltur fasteignasali
olafur@eignamidlun.is
663 2508

Fálkagata 3

107 Reykjavík

Fjölbýli | 125,8 fm | 7 herb.

79.900.000

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

OPIÐ HÚS
21. mars 17:00-17:30

Akrasel 5

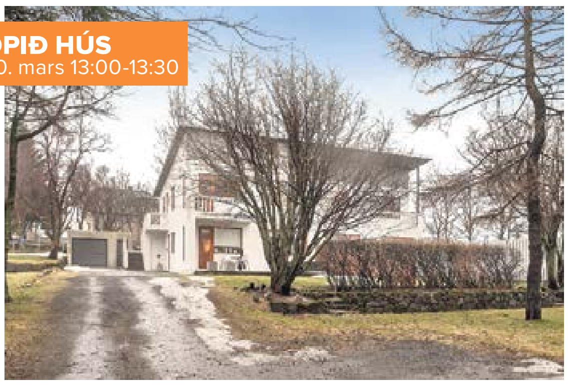
109 Reykjavík

Einbýli ⟷ 300 fm 7 herb.

124.900.000

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

OPIÐ HÚS
20. mars 13:00-13:30



Laugarásvegur 75

104 Reykjavík

Hæð með bílskúr ⟷ 115 fm 3ja herb.

78.900.000

Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
861 8511

OPIÐ HÚS
20. mars 13:00-13:3

Þorfinnsgata 12

101 Reykjavík

Fjölbýlishús ⟷ 76 fm 3 herb.

57.900.000

Lilja Guðmundsdóttir
Viðskiptafræðingur og
nemi til löggildingar fasteignasala
lilja@eignamidlun.is
649 3868

OPIÐ HÚS
20. mars. 13:00-13:30

Klapparstígur 7

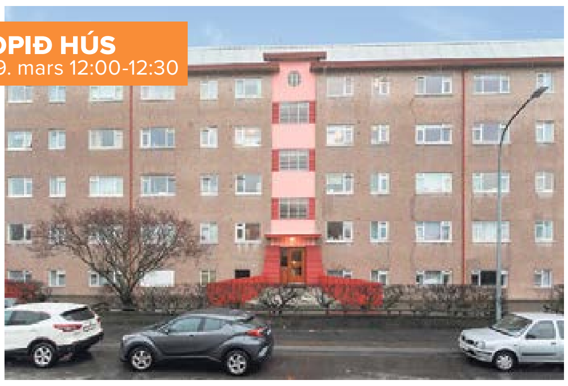
101 Reykjavík

Fjölbýli ⟷ 77.2 fm 3 herb.

73.900.000

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

OPIÐ HÚS
19. mars 12:00-12:30



Dunhagi 15

107 Reykjavík

Fjölbýli ⟷ 96,9 fm 3ja herb.

64.900.000

Magnea Sverrisdóttir
MBA og löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
861 8511

Undraland

270 Mosfellsbæ

Raðhús ⟷ 244 fm 5 herb.

105.000.000

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

OPIÐ HÚS
22. mars 17:15-17:45

Elliðabraut 18

110 Reykjavík

Fjölbýli ⟷ 53.5 fm 2 herb.

49.900.000

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
unnar@eignamidlun.is
867 0968

Útey 1

806 Selfoss

Sumarhús ⟷ 62 fm 2 herb.

33.900.000

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

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
Löggiltur fasteignasali og
lögfræðingur
899 8815

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
867 0968

Lárus Ómarsson
Löggiltur fasteignasali
824 3934

Ragnhildur A. Gunnarsdóttir
Lögfræðingur og löggiltur
fasteignasali
861 1197

Úlfar Freyr Jóhannsson
Lögmaður og löggiltur
fasteignasali
588 9090

Lilja Guðmundsdóttir
Viðskiptafræðingur og nemi
til löggildingar fasteignasala
649 3868

Jenný Sandra Gunnarsdóttir
Skrifstofustjóri
588 9090

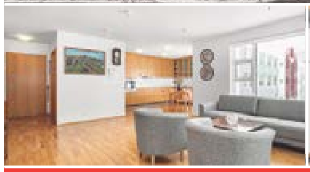
María Guðrún Waltersdóttir
Móttaka
588 9090

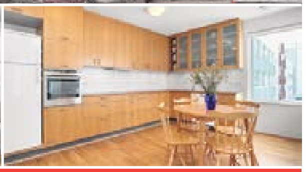
Daníela R. Reynisdóttir
Móttaka
588 9090

Sigríður Rut
Löggiltur fasteignasali
699 4610
siggarut@fstorg.is

FASTEIGNASALAN **TORG**
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali
KRAFTUR | TRAUST | ÁRANGUR

Strikið 4 | 210 Garðabær **63,9 mkr**





OPIÐ HÚS mánudaginn 21. mars. kl. 17.30-18.00

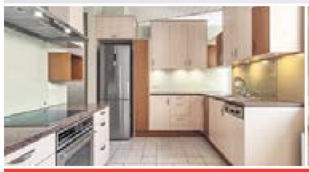
Herbergi: 3ja | Stærð: 82,5 m²

Glæsileg björt og rúmgóð 2ja herb.íbúð með yfirbyggðum opnanlegum svölum og glæsilegu útsýni til vesturs í Strikinu 4. Íbúðin er á 3 hæð í fallegu álklæddu lyftuhúsi. Samkvæmt skráningu er íbúðin 82,5 fm og þar af er geymsla 4,4 fm. í sameign.

Gólfefni eru flísar og parket. Húsið er hannað fyrir íbúa 60 ára og eldri og þar er starfandi húsvörður.

Auk þess er þjónustumiðstöð aldraðra í Garðabæ staðsett í Jónshúsi þar sem margvíslegt félags- og tómstundastarf fer fram. Íbúðin getur losnað fljótlega.

Hrafnshöfði 9 | 270 Mosfellsbær **91,9 mkr**



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 22. mars. kl. 17:30 - 18:30

Herbergi: 4ra | Stærð: 156,2 m²

Fallegt, bjart og vel skipulagt miðjuraðhús á einni hæð með bílskúr við Hrafnshöfði 9 í Mosfellsbæ. Eignin er skráð samkvæmt þjóðskrá 156,2 m2, þar af raðhús 126,9 m2 og bílskúr 29,3 m2. Eignin skiptist í forstofu, eldhús, stofu, sjónvarpshol, hjónaherbergi með fataherbergi, svefnherbergi, tvö baðherbergi, þvottahús/geymslu og bílskúr. Möguleiki er að bæta við svefnherbergjum. Gólfefni eru fallegar flísar.
Góð lofthæð er í eigninni sem gerir hana bjarta og skemmtilega. Hellulagt bílaplan sem er upphitað með lokuðu frostlögskerfi. Fallegur garður með útigeymslu.

Frábær staðsetning rétt við Lágafellsskóla, leikskólann, Lágafellslaug, golfvöllinn og World Class. Eignin er laus við kaupsamning.

BÚUM VEL

SÉRHÆFÐ LÖGFRÆÐIÞJÓNUSTA
MEÐ ÁHERSLU Á 60+

Ráðgjöf varðandi húsnæðisskipti, erfðaskrá, kaupmála eða dánarbúskipti. Lögmaður þér við hlið við sölu fasteignar án þess að greiða aukalega fyrir þá þjónustu.

BÚUM VEL veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.

Elín Sigrún Jónsdóttir, lögmaður | Tryggvagötu 11, 2. hæð
Sími 783 8600 | elin@buumvel.is | www.buumvel.is

valborgfs.is

Glæsilegar eignir til sölu

VALBORG
FASTEIGNASALA

Reykholt, Borgarfirði
Glæsilegt 231,6 fm heilsárshús í Reykholti, Borgarbyggð. Húsið er staðsett á einstaklega fallegum stað innst í götu með fallegu útsýni. Húsið er smíðað á staðnum af Sigurði Árna Magnússyni húsasmíðameistara og arkitekt hússins er Ómar Pétursson. Húsið skiptist í anddyri, hol, stóra stofu með opnu eldhúsi, tvö baðherbergi, fjögur svefnherbergi þar af hjónasvíta með baðherbegi, þvottahús ásamt geymslu og bílskúr.

Súlunes 16, Arnarnesi Garðabæ
Glæsilegt 367,1 fermetra einbýlishús á 1.671 fm eignarlóð með útsýni á Arnarnesinu í Garðabæ. Mikil lofthæð er í öllu húsinu. Sérsmíðaðar innréttingar. Innihurðir eru 2,35 m á hæð. Arinn í stofu. Spa með útgengi í garð. Gólfefni eru vandaðar granítflísar ásamt gegnheilu Yberaro parketi.

Brautarland 10, Fossvogi Reykjavík
178 fm raðhús á einni hæð ásamt 28 fm bílskúr eða samtals 206 fm, á þessum vinsæla stað neðan götu í Brautarlandi Fossvogi. Í húsinu er einnig rúmlega 100 fm fokhelt rými í kjallara en að hluta til með gluggum út í garð sem hægt væri nýta til stækkunar. Rýmið er með fullri lofthæð. Glæsilegur, rótgróin, stór og skjólgóður suðurgarður. Næg bílastæði eru við húsið. Góð eign á besta stað í borginni.

Allar upplýsingar veita:

Skoðum og verðmetum eignir samdægurs

Nóatún 17 | 105 Reykjavík
valborg@valborgfs.is | Sími 419 7900

Elvar Guðjónsson
Viðskiptafræðingur
Lögg. fasteignasali
Sími 895 4000
elvar@valborgfs.is

María Sigurðardóttir
Viðskiptafræðingur
Lögg. fasteignasali
Sími 820 1780
maria@valborgfs.is

Vel samsettir þeytingar hafa jákvæð áhrif á blóðsykurinn og geta hjálpað í baráttunni við sykurpúkann.

Góð melting getur skipt sköpum

Nýjustu rannsóknir staðfesta alltaf betur og betur hversu mikilvægt það er að hafa meltingarfærin í lagi fyrir líðan okkar. Hún spilar stórt hlutverk í að viðhalda öflugu ónæmiskerfi.

Við þurfum að geta brotið fæðuna vel niður til að næringarefnin frásogist, til þess að það gerist þarf þarmaflóran að vera í jafnvægi. Meltingarfærin eru það fyrsta sem við þurfum að huga að til að geta nærst vel. Um leið og upptakan er góð og við skilum frá okkur eðlilegum hægðum kemst betra jafnvægi á og höfum við stigið stórt skref í átt að heilbrigðara lífi. Það má líkja þessu við að við séum að byggja hús og við byrjum á grunninum. Því traustari og betur gerður sem grunnurinn er, þeim mun auðveldara verður að byggja ofan á þannig að allt haldi vel.

Góður og grænn á morgnana
Grænn þeytingur eða smoothie eins og sjá má í meðfylgjandi uppskrift er fullur af næringarefnum og trefjum sem eru bæði nauðsynleg og góð fyrir meltinguna. Vel samsettir þeytingar hafa líka jákvæð áhrif á blóðsykurinn og geta hjálpað í baráttunni við sykurpúkann. Það þarf ekki að vera flókið að skella í góðan drykk og tekur varla meira en 2-3 mínútur.

Grænn og vænn

- 1 lúka blönduð græn blöð, spínat eða grænkál
- ½-1 banani (má vera frosinn)
- 1 bolli frosið mangó eða t.d. ananas
- 1-2 cm engifer
- Smá sítrónusafi
- 1,5 bolli vatn eða t.d. möndlu- eða haframjólk

Meltingarensímin frá Enzymedica eru mest seldu ensímin á markaðinum.

Bio-Kult Candéa er háþróuð góðgerlablanda sem hentar fyrir alla. MYNDIR/AÐSENDAR

Ýmislegt má svo nota til að „poppa“ drykkinn aðeins upp en það getur verið smá kanill, túrmerik, ein matskeið hörfræ eða chiafræ, smá epladjús eða tvær döðlur til að sæta aðeins. Berjadrykkir eru líka einstaklega næringaríkir og um að gera að finna hvað hentar.

Þreyta eftir máltíðir
Ensím eru nauðsynleg í öllum efnaskiptum í líkamanum en í hráu fæði eru ensím sem verða óvirk við eldun. Þegar við borðum eldaðan og unninn mat notar líkaminn orkuna í að finna og flytja ensím til meltingarvegarins, en hver hefur ekki fundið fyrir þreytu eftir stórar máltíðir? Með hækkandi aldri gerist það líka að framleiðsla ensíma í líkamanum minnkar en ensímskortur getur lýst sér í eftirfarandi:

- Brjóstsviði
- Vindverkir
- Uppþemba
- Ónot í maga og ógleði
- Bólur
- Nefrennsli
- Krampar í þörmum
- Ófullnægt hungur
- Skapsveiflur
- Eymsli í liðum
- Húðkláði
- Húðroði
- Svefnleysi

Það er mikilvægt að borða „lifandi fæðu“ eins og grænmeti og ávexti með elduðum mat. Fjölmargir hafa einnig fundið lausn í að taka inn meltingarensím til að auðvelda líkamanum verkið og nýta fæðuna betur. Þetta er grundvallaratriði í átt að heilbrigðari lífsstíl. Meltingarensímin frá Enzymedica eru tekin inn með mat og hafa losað fólk við ótrúlegustu óþægindi og aukið orku til muna. Aðferð við vinnslu á Enzymedica ensímunum kallast Thera-Blend og er það einkaleyfisvarin aðferð sem gerir þeim kleift að vinna á mismunandi pH-gildum í líkamanum sem gerir þau margfalt öflugri en önnur meltingarensím.

Öflugasta viðbótin
Fyrir utan D-vítamín og ómega-3 fitusýrur sem er okkur lífsnauðsynlegar, eigum við að taka inn öfluga mjólkursýrugerla. Oft er sagt að heilsan búi í þörmunum og mikið er til í því. Stöðugt álag er á meltingunni, atriði eins og streita, lyf, áfengi, sykur og koffín valda því að þarmaflóran er ekki í nógu góðu jafnvægi. Bio-Kult eru öflugir góðgerlar sem styrkja meltinguna. Bio-Kult Candéa er háþróuð og fjölvirk örverublanda sem inniheldur 7 frostþurrkaða og sýruþolna gerlastofna ásamt hvítlauk og GSE (Grapefruit Seed Extract) sem getur haft góð áhrif á meltinguna. Bio-Kult Candéa er öruggt og hentar vel fyrir alla, einnig barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. ■

Á tímum sem þessum er sterkt ónæmiskerfi lykilatriði. Þættir eins og hreyfing, góður svefn, hollt mataræði og góð melting eru undirstaðan að öflugu ónæmiskerfi.

Vinnur gegn öldrun húðarinnar

Ég elska KOLLAGEN húðvörurnar frá Colway. Þær eru það besta sem ég hef notað á húðina mína. Hera Björk Þórhallsdóttir, söngkona og fasteignasali, mælir heils hugar með KOLLAGEN húðvörunum frá Colway og segir þær hafa gert kraftaverk fyrir húð hennar.

Hera Björk kynntist KOLLAGEN húðvörunum frá Colway fyrir 10 árum og hefur notað vörurnar síðan þá. „Þegar Colway húðvörulínan kom á markað hér á landi stökk ég hæð mína af gleði enda elska ég hana í ræmur. Þetta eru bestu húðvörur sem ég hef notað og það er kollagenið sem gerir gæfumuninn,“ segir Hera Björk.

„Elín Reynisdóttir förðunarmeistari, sem farðar mig alltaf þegar mikið stendur til, hefur mjög oft orð á því hversu góða húð ég hef og ég þakka það KOLLAGEN húðvörunum meðal annars. Góð heilsa og heilbrigt útlit skiptir mig miklu máli. Ég legg því mikla áherslu á að nota hreinar, hágæða vörur sem virka vel á húðina mína. Og það gera KOLLAGEN húðvörurnar frá Colway svo sannarlega,“ segir Hera Björk.

MYND/ÓLÖF ERLA, SVARTDESIGN

Þetta eru bestu húðvörur sem ég hef notað og það er kollagenið sem gerir gæfumuninn,” segir Hera Björk.

Hera Björk mælir heils hugar með KOLLAGEN húðvörunum frá Colway.

Hágæða húðvörur frá Colway sem allar innihalda KOLLAGEN

„Allar húðvörurnar frá Colway eru unnar úr hágæða hráefni, einkaleyfisvarðar og hannaðar af lífefnafræðingum eftir margra ára rannsóknir og tilraunir. Þær innihalda vatnsbundið kollagen sem er náttúrulegt prótein og unnið úr roði fersks fisks. Allt kollagenið í vörunum þeirra er vatnsbundið, því aðeins þannig er hægt að tryggja virkni þess niður í öll þrjú lög húðarinnar,“ segir Sigrún Kjartansdóttir heilsuráðgjafi hjá heilsanheim.is.

Blue Diamond KOLLAGEN andlitskremið er ein vinsælasta varan hjá Colway.

Berðu kollagenið beint á húðina

„Með því að bera kollagenið beint á húðina og á þá staði sem okkur finnast vera farnir að láta á sjá, náum við að vinna gegn þessari náttúrulegu öldrun húðarinnar sem fylgir aldrinum og minnkandi framleiðslu kollagens í líkamanum. Kollagenið hægir á öldrun húðarinnar, gerir húðina stinnari og teygjanlegri og vinnur gegn fínum línum og hrukkum. Það gefur húðinni góðan raka og mikla næringu og húðin verður stinnari og fallegri. Rannsóknir sýna að hægt er að bæta sér upp minnkandi kollagenframleiðslu líkamans með því að bera kollagenið beint á húðina,“ greinir Sigrún frá.

Platinum KOLLAGEN andlitsgelið er 100% hreint kollagen.

100% hreint KOLLAGEN fyrir andlitið

Platinum KOLLAGEN andlitsgelið er 100% hreint kollagen og eitt það besta sem hægt er að setja á andlitið á sér. Það og Blue Diamond KOLLAGEN andlitskremið eru vinsælustu og mest seldu vörurnar í húðvörulínunni en allar húðvörurnar innihalda kollagen. ■

Sölustaðir: heilsanheim.is, Apótek Garðabæjar, Apótekarinn í Mjódd, Heilsuver, Lyfjaver, Lyf og heilsa og Lyfsalinn Glæsibæ.

Bílar & Farartæki

AÐALKAUP Bílasala

GLÆNÝR VSK - TOYOTA PROACE CITY DÍSEL

TOYOTA Proace City. Dísel, beinskiptur. Verð aðeins kr.3.577.000. án vsk. Rnr.110188. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu, Skeifunni 3c. Til afhendingar strax! Endilega hringið og bókið skoðunartíma s:888-3715.

AÐALKAUP Bílasala

GLÆNÝR NISSAN LEAF TEKNA - ÓTRÚLEGT VERÐ - 4.177Þ!!!

NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr í ábyrgð!!! 100% rafmagn, Sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, bakkmyndavél, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Drægni 270km. Bíll í ábyrgð. Möguleiki á allt að 90% láni. FLEIRI LITIR Í BOÐI! VERÐ AÐEINS kr.4.177.000- Rnr.120654 Til afhendingar strax hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3c. S:888-3715.

Aðalkaup - Bílasala
Skeifan 3C, 108 Reykjavík
Sími: 888 3715
adalkaup@adalkaup.is
http://adalkaup.is

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut

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

SPARI bíll

Nýr 2021 Mitsubishi Outlander PHEV Instyle+ Tíglamynstruð leður á sætum. Glertopplúga. 18" álfelgur. Flottasta typa. 5 ára evrópsk verksmiðjuábyrgð. Eigum einn svartan og einn rauðan eftir. Verð 6.390.000,-

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

Þjónusta

Bókhald

FRAMTALSAÐSTOÐ - BÓKHALDSÞJÓNUSTA

Bjóðum einstaklingum framtalsaðstoð 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

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

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

RÚNAR MÚRARI EHF
S 774-3800
HÚSAVIDGERDIR
MÚRVIÐGERÐIR
STEYPUVIÐGERÐIR
ENDURHRAUNA
TRÖPPUVIÐGERÐIR
MÁLNINGARVINNA
ÞAKMÁLUN
FLÍSALAGNIR
o.m.fl.
40 ára reynsla í utanhússviðhaldi
Tilboð þér að kostnaðarlausu
https://runarmurari.is/
runarmurari@gmail.com
VSK 135577

VANTAR ÞIG IÐNAÐARMANN?
Múrarar - Rafvirkjar - Píparar

Góð framkvæmd, s. 820-8208

Info@godframkvaemd.is

k2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

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

+++ EÐALVERK +++
- Hellulagnir
- Grjóthleðsla
- Húsaviðgerðir
- Þak
- Gluggaskipti
- Múr
- Málningavinna
- Steinsögun

Fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu í verkið í síma 786-3211 eða sendu okkur póst á verk@edalverk.is

Nudd

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

Skemmtanir

Bingóleiga
bingospil.is

Rafvirkjun

Dyrasímakerfi 777 4944
Rafeindameistarinn. Viðgerðir og Endurnýjun

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

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

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

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

EYJALIND
GRAMMER

Sæti og varahlutir í
- Lyftara
- Vinnuvélar
- Vörubíla
- Báta

Vertu vinur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.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 uppl; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

gott cbd.is

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is

Keypt & Selt

Óskast keypt

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

Til sölu

mýranaut

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

Heilsa

Heilsuvörur

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

Stýrimann vantar á Jóhönnu Á.R.206 á sæbjúgnaveiðar Uppl. veitir Jón í síma 841-0863.

Heimilið

Barnavörur

VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA

Verð frá 109.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Only 1-4 students per course ! Special Icelandic for Thais, Vietnamese and Chinese. Sérnámskeið: Íslenska f. Tælendinga, Víetnama og Kínverja. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/Also Special courses for Health Personell. Enska fyrir Leiðsögumenn/ Icelandic for Guides. Start: 21/3, 4/4,18/4, 2/5, 16/5, 30/5, 20/6, 4/7, 18/7, 8/8, 15/8, 12/9 : * 4 weeks x 5 workdays or/ eða * 10 weeks/vikur x Sat/Sun/ lau/sun. AM & PM/f.h&e.h. Price/ verð: 49.500. Labour Unions pay back 50-90 % of price. Stéttarfélög endurgreiða 50-90% námsgjalds. www.iceschool.is . ff@icetrans. is - facebook.com/icetrans. IceSchool-Fullorðinsfræðslan, Ármúli 5. 108, s. 8981175.

HÚSBÍLASÝNING UM HELGINA!

Sýningarafsláttur allt að 500.000 kr!

Öllum seldum bílum fylgir 190 W sólarsellupakki, með ásetningu!

Carado T 135
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markísa, hjólagrind, champagne litaðar hliðar, innfelldir gluggar, 16" álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, LED lýsing, samlit áklæði á framsætum ofl. ofl.
Tilboðsverð: 12.290.000.

Carado T 348
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markísa, hjólagrind, champagne litaðar hliðar, innfelldir gluggar, 16" álfelgur, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, LED lýsing, samlit áklæði á framsætum, fellirúm í toppi, stór ísskápur, flugnanet í hurð, gott geymslupláss ofl. ofl. Tilboðsverð: 12.980.000

Sunlight T 64
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, 16" álfelgur, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, LED lýsing, samlit áklæði á framsætum, fellirúm í toppi, stór ísskápur, flugnanet í hurð, gott geymslupláss ofl. ofl.
Verð: 13.490.000.

Sunlight T 67
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, aðskilin rúm með útdragi á milli, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, leiðsögukerfi o.fl. o.fl.
Verð: 13.750.000.

Carado T 448
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markísa, hjólagrind, champagne litaðar hliðar, innfelldir gluggar, lestarlúga báðum megin, aðskilin rúm með útdragi á milli, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. o.fl. Verð: 13.790.000.

Sunlight T 68
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, aðskilin rúm með útdragi á milli, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, leiðsögukerfi o.fl. o.fl.
Verð: 13.890.000.

Dethleffs Trend T 7057 DBM
Árgerð 2020. Bakkmyndavélapakki, leiðsögukerfi, markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, breið inngangshurð með glugga og samlæsingu, rafmagnsdrifið fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. o.fl. Tilboðsverð: 14.490.000.

Carado T 459
NÝR – árg. 2022. Bakkmyndavélapakki, markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, hjónarúm með aðgengi beggja vegna, stór setukrókur, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Verð: 15.890.000.

OPIÐ UM HELGINA
19.-20. MARS FRÁ 12-16

P. KARLSSON EHF.

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur. Afsláttur gildir á völdum tækjum.

P. Karlsson ehf | Smiðjuvöllum 5a, 230 Reykjanesbæ |517 5200

www.pkarlsson.is

GÓÐAR FRÉTTIR FYRIR MELTINGUNA

Gall- og sýruþolnir mjólkursýrugerlar með asídófílus sem margfalda sig og ná góðri útbreiðslu í þörmum.

Prógastró DDS Plús inniheldur 6 milljarða góðgerla og Prógastró Gull 15 milljarða.

VEGAN

Ég var í jafnmiklu sjokki og allir aðrir

Lovísa Elísabet Sigrúnardóttir eða Lay Low er höfundur framlags Íslands í Eurovision þetta árið. Hún segist sátt við að vera á kantinum í keppninni enda elski hún ekki sviðsljósið. Sigurinn kom henni í opna skjöldu en hún hefði verið sátt við annað sætið.

Lovísa ákvað að skora á sjálfa sig og semja lag með íslenskum texta sem hún hafði ekki gert oft áður. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Þegar niðurstöðurnar voru kynntar var eins og ég hefði ekki alveg meðtekið það augnablik. Eins og ég hefði farið úr líkamanum og ekki áttað mig strax," segir Lovísa sem fann þó að þegar heim var komið gat hún ekki sofnað.

„Ég svaf ekki dúr þessa nótt," segir hún og hlær. „Svo strax morguninn eftir þurftum við að vera mættar í viðtal hjá 60 Minutes." En starfsfólk þáttarins var hér á landi til að fylgjast með Söngvakeppninni.

Lovísa viðurkennir að sigurinn hafi komið á óvart. „Auðvitað er rosalega gaman að vinna. En það var búið að spá Reykjavíkurdætrum sigri og stemningin var svolítið í þá átt. Við vorum rosa ánægðar með að komast í einvígið og fyrir fram alveg sáttar við að enda í öðru sæti og vorum því ekkert búnar að skipuleggja okkur," segir hún. „Ég kláraði lagið í frekar miklum flýti og hefði viljað fínisera það aðeins. Það gafst enginn tími til þess eftir keppni því öllu hafði seinkað svo vegna Covid og þurfti því að senda lagið út strax daginn eftir. Við fórum því beint í að finna myndir og skrifa smá æviágrip um alla í svefnleysinu daginn eftir," segir Lovísa, en undirbúningurinn fyrir stóru keppnina er töluverður og hún ásamt flytjendunum, systrunum Siggu, Betu og Elínu Eyþórsdætrum, hafa í nægu að snúast.

Þurfa að endurskipuleggja allt

Lovísa segir erlenda aðila strax farna að hafa samband og óska eftir viðtölum. „Stelpurnar eru allar með sitt líf, fjölskyldu, vinnu og skóla svo það þarf að endurskipuleggja allt," segir hún og það er augljóst að þær höfðu ekki gert ráð fyrir því að fara alla leið.

„Mig langaði bara að gera lag sem ég væri ánægð með. Lag sem myndi lifa Söngvakeppnina af og vera spilað lengur en keppnin stæði. Ég var ekki að hugsa um að semja lag sem myndi virka í Eurovision. Það er á íslensku og rólegt en það er gaman að heyra frá sérfræðingum úti sem segja þetta geta verið óvænta atriði keppninnar. Galdrar geta gerst á sviðinu eins og gerðist á Söngvakeppninni. Við erum ofboðslega glaðar að vera að fara út og ætlum auðvitað að gera þetta eins vel og við getum. Aðalatriðið er að vera með fallegan boðskap og í tón við það hvernig sviðsframkoma stelpnanna er."

Nýbúin að lesa Hallgrím

Texti lagsins Með hækkandi sól er einkar hugljúfur, en Lovísa segist alltaf hafa verið ákveðin í að hafa hann á íslensku. „Mér þætti erfitt að fara að þýða hann enda svo mikil íslensk meining í honum. Auk þess að ég hélt ekkert að við værum að fara að vinna," segir hún og skellir upp úr.

„Þetta var smá áskorun fyrir mig, að gera íslenskan texta sem ég væri ánægð með, því ég hef oftar verið hinum megin. Gítarriffið og melódían kom fyrst og lagið var strax með svolitlum trega og viðlagið með von, svo textinn tók mið af því. Ég var örugglega nýbúin að lesa bókina hans Hallgríms Helgasonar og fleiri um aðstæður á 18. og 19. öld og reyndi að setja mig í spor kvenna á þeim tímum. Segja þeim að þetta verði betra og líka fólk almennt sem er að glíma við erfiðleika, þetta er oft svo svart og maður sér ekki lausnina," segir Lovísa og bætir við að textasmiðir verði fyrir áhrifum af því sem er að gerast í samfélaginu þá og þá stundina. „Það er #MeToo byltingin, Black lives matter, stríðið í Úkraínu. Þegar ég sem textann er stríðið reyndar ekki hafið þó margir tengi við að þetta sé friðarlag. Söngkonurnar eru líka miklar baráttukonur um mannréttindi, frið, ást og kærleik sem er einkar viðeigandi."

Lovísa segir það ekki hafa hvarflað að sér að standa sjálf á sviðinu. „Ég er ekki sérstaklega sterk í svona aðstæðum. Mér líður best að spila í stofunni hjá einhverjum eða á litlu kaffihúsi. Að taka þátt í keppni er mikið álag. En ég ákvað að nota þennan vettvang til að skora á sjálfa mig," segir hún og bendir á að keppnin hafi breyst undanfarin ár. „Ég sá að það eru allir að fá að gera sitt og ef Hatari og Daði hefðu ekki tekið þátt hefði ég örugglega heldur ekki gert það."

Flúðu túrismann í miðbænum

Blaðamaður slapp yfir heiðina til að hitta Lovísu á glænýju Gróðurhúsinu í Hveragerði, en hún afþakkaði pent að spjallið færi fram heima hjá henni enda framkvæmdir í gangi þar, rétt eins og undanfarinn áratug.

En af hverju ætli ungt barnlaust par, eins og Lovísa og Agnes þá voru, taki sig upp og flytji úr miðbæ Reykjavíkur í Ölfusið?

„Við prófuðum í eitt ár að leigja í Ölfusinu og þá var ekki hægt að fara til baka. Við bjuggum í kjallaraíbúð á Hverfisgötunni og það var að koma gistiheimili á hæðina fyrir ofan okkur og túrisminn að pikkast upp svo við eiginlega flúðum," segir Lovísa í léttum tón.

„Þetta voru viðbrigði enda vorum við alltaf að hitta fólk þegar við bjuggum niðri í bæ. En eftir að við fluttum fengum við fólk frekar í matarboð sem urðu eiginlega bara gistiboð þar sem spilað var og spjallað fram á nótt. Þetta var eiginlega bara eins og við værum í bústað í eitt ár, það var æðislegt."

> Við vorum rosa ánægðar með að komast í einvígið og fyrir fram alveg sáttar við að enda í öðru sæti og vorum því ekkert búnar að skipuleggja okkur.

Framkvæmdir í áratug

Eftir að leigusamningurinn rann út var ekki aftur snúið og Lovísa og Agnes, sambýliskona hennar, sáu hús til sölu í Ölfusinu og keyptu árið 2013. „Það var strax ljóst að það þyrfti að gera mjög mikið. Þá hófst massívt framkvæmdatímabil sem enn stendur," segir hún.

Sonurinn Fróði situr rólegur hjá okkur meðan á spjallinu stendur. „Hann fæddist árið 2015 og svo bættist við dóttirin Móeiður fyrir tveimur árum svo það hefur hvort eð er ekkert verið tími til að hanga á kaffihúsum," segir Lovísa alsæl í sveitinni.

Börnin fara í skóla og leikskóla í Hveragerði þangað sem þær sækja alla þjónustu. Svo þó veturinn hafi verið óvenjusnjóþungur og bæði heiðin og Þrengslin lokuð nokkuð oft, hefur það ekki komið alvarlega að sök.

„Agnes er með bókhaldsþjónustu og með skrifstofu heima auk þess sem hún er að læra húsasmíði á Selfossi," segir Lovísa og viðurkennir að framkvæmdirnar heima fyrir hafi verið kveikjan að því námi. „Við erum því ekki að sækja mikið í bæinn nema að ég skráði mig reyndar í Háskólann í vor, í þjóðfræði og þarf stundum að sækja tíma þó fjarnámið sé enn »

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

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

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 20. mars
milli kl. 14 og 15

Valshlíð 10-16

Glæsilegar og vandaðar íbúðir eru nú til sölu á Hlíðarenda við rætur Öskjuhlíðar í Reykjavík. Frábær staðsetning nálægt miðpunkti miðbæjarins í glænýju póstnúmeri, 102 Reykjavík. Stutt er í alla helstu þjónustu, frábærar gönguleiðir, íþróttir, samgöngur, iðandi mannlíf, skóla og stóra vinnustaði. Garðurinn er einstaklega fallegur og skjólgóður. Hann er lokaður af með húsunum sem gefa gott skjól og frið frá iðandi umferð miðbæjarins. Í hönnun garðs var gert ráð fyrir skemmtilegum runnum og trjám ásamt borðum og bekkjum og upplýstu leiksvæði fyrir börn, sem gerir svæðið mjög fjölskylduvænt.

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á

102HLIDARENDI.IS

- Innréttingar frá JKE Danmörku
- Boðið er upp á þrjár gerðir innréttinga
- Innanhússhönnun MSTUDIO Reykjavík
- Steinborðplötur
- Bílskúrar fylgja ákveðnum íbúðum
- Tvö baðherbergi
- Þaksvalir/þakgarðar með einstöku útsýni
- Lofthæð 280 cm
- Gólfsíðir VELFAC-gluggar
- Miele-tæki
- Lokaður og skjólgóður garður
- Bílastæði í bílakjallara
- Rafmagn í gluggatjöldum
- Myndavéladyrasími sem tengist við snjallsíma
- Álklætt og einangrað að utan
- Aukin hljóðvist
- Rafmagnshönnun og innfelld lýsing hússins hönnuð af Lúmex
- Allar íbúðir með LED-lýsingu
- Rafbílaheimtaug í bílakjallara
- Arkitektar hússins, ALARK arkitektar

Þórarinn M. Friðgeirsson
Löggiltur fasteignasali / sölustjóri
899 1882

Bjarni T. Jónsson
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
895 9120

Lárus Ómarsson
Löggiltur fasteignasali
824 3934

Lilja Guðmundsdóttir
Viðskiptafræðingur og nemi til löggildingar fasteignasala
649 3868

Unnar Kjartansson
Löggiltur fasteignasali
867 0968

Brynjar Þór Sumarliðason
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali
896 1168

Sigga, Elín og Beta Eyþórsdætur báru sigur úr býtum í Söngvakeppninni um síðustu helgi með lagi Lay Low, Með hækkandi sól. MYND/RÚV

» í boði," segir Lovísa, sem jafnframt er með stúdíó heima við. „Ég er í mörg ár búin að vera að reyna að ákveða hvað ég vil verða og undanfarið hefur verið ákveðin lægð hjá mér í tónlistinni."

Þannig týnist tíminn

Lovísa hefur sjálf ekki gefið út efni lengi en hefur töluvert unnið með öðrum, Fjallabræðrum, Eyþóri Inga og hinum og þessum. „Ég hef ekki gefið út mitt eigið efni frá árinu 2013 en hef þó getað lifað af tónlist með því að spila undir hjá öðrum og gera tónlist fyrir til að mynda heimildarmyndir. Svo hef ég haft nóg að gera við að syngja lagið sem ég var svo dásamlega heppin að syngja með Ragga Bjarna, Þannig týnist tíminn. Ég er mikið fengin til að syngja það í brúðkaupum, afmælum og jarðarförum og sakna Ragga í hvert sinn."

Lovísa segir þetta eina lag hafa breytt áheyrendahóp sínum mikið og víkkað hann út. „Það breytti svolítið minni vegferð, áður var ég lítið „mainstream" en hef svolítið færst þangað, sem mér þykir frábært því það opnar alla möguleika fyrir mig."

Lovísa rifjar upp upphaf ferilsins: „Ég byrjaði með hráa plötu þar sem ég kunni ekkert að syngja. Þegar við vorum að skipuleggja hvað ætti að prenta marga geisladiska og einhver sagði þrjú hundruð fannst mér það algjör bilun og svaraði: „Það eru ekki þrjú hundruð manns að fara að kaupa geisladiskinn minn! Svo nokkrum mánuðum síðar var búið að selja næstum tíu þúsund eintök.

Mig langaði að ganga með börnin

Eins og fyrr segir eiga þær Lovísa og Agnes tvö börn og gekk Lovísa með þau bæði.

„Ég var aldrei mikið að spá í barneignum en ég veiktist alvarlega í kringum tvítugt. Ég fékk hormónaheilaæxli sem stafaði af offramleiðslu á prolactini sem er mjólkurframleiðsluhormón. Æxlið sem var við heiladingul var tekið en ég hef alltaf verið í eftirfylgni vegna þessa hjá hormónalækni. Þegar ég mætti til hennar í reglubundna skoðun 32 ára gömul spurði hún hvort ég hefði hugsað mér að eignast börn." Lovísa segist hafa svarað því játandi en hafi ekki verið búin að leiða hugann að tímasetningum. „Hún sagði þá að ég ætti að fara að huga að þessu þar sem við vissum ekki hvernig það myndi ganga að verða barnshafandi. Þá allt í einu fór þetta að verða ofarlega í huga okkar og við ákváðum að skella okkur í þetta."

Það gekk vel fyrir Lovísu að verða barnshafandi. „Mig langaði að ganga með börnin og það gekk rosalega vel, bæði meðganga og fæðing. Drengurinn fæddist á heilsustofnun Suðurlands og dóttirin heima."

Viðstaddar heimafæðinguna voru auk Lovísu og Agnesar, ljósmóðir, móðir Lovísu og systir Agnesar. „Þetta var dásamleg stund, Fróði svaf á meðan hún kom í heiminn í laug inni í svefnherbergi."

Fékk nýtt nafn átta ára

Faðir Lovísu er upprunalega frá Sri Lanka en flutti ungur að árum til London þar sem hann svo síðar kynntist móður Lovísu. „Þau bjuggu þar saman þar til ég er tveggja og hálfs árs þegar mamma flutti heim með mig. Hún var aðeins 21 árs og við bjuggum tvær næstu árin. Hún stóð sig rosalega vel og kynntist svo manni þegar ég var sjö ára og hann gekk mér í föður stað. Ég á því tvo pabba og er í góðu sambandi við pabba minn úti."

> Ég var aldrei mikið að spá í barneignum en ég veiktist alvarlega í kringum tvítugt.

Aðspurð segist Lovísa ekki enn hafa heimsótt Sri Lanka en það sé klárlega á stefnuskrá fjölskyldunnar. „Föðuramma mín er í London en það eru margir fluttir frá Sri Lanka eða látnir."

Lovísa flutti til Íslands eins og fyrr segir tveggja og hálfs árs en þá hét hún Louise Elizabeth Ganeshalingam. „Ég á til dæmis minningar um að fara á skólabókasafnið þegar ég var sex, sjö ára og bókasafnsvörðurinn kunni ekki að skrifa nafnið mitt og ekki ég heldur. Það var líka verið að stríða mér, hvort sem það var tilfallandi eða að ég var aðeins dekkri en hinir."

Fjölskyldan skipti svo um hverfi og stakk móðir hennar þá upp á að Lovísa skipti um nafn. „Hún vildi gefa mér nýtt upphaf og íslenskaði nafn mitt með mínu samþykki og úr varð Lovísa Elísabet Sigrúnardóttir. Ég hugsa oft um hvernig það væri í dag ef ég væri enn Louise Elizabeth, en ég man eftir að hafa verið kölluð það og er enn Louise, eða Lou hjá föðurfjölskyldunni. Mér fannst spennandi að skipta um nafn, hitt stóð oft í fólki og maður fékk aðeins meiri athygli."

Lovísa, Lou og Lay Low

Ég bendi Lovísu á að í raun eigi hún þannig þrjú nöfn sem öll tengjast einhverjum vissum hliðum lífs hennar. Lovísa er nafnið sem flestir nota og hún tengir sterkast við, hún heitir Lou í huga föður síns og Lay Low er landsþekkt tónlistarkona.

„Lay Low átti aldrei að verða sviðsnafnið mitt. Ég hafði sett lag eftir mig á MySpace undir nafninu Lovísa og útgáfufyrirtæki hafði samband og vildi að ég spilaði á einhverjum tónleikum. Þeir spurðu svo hvaða nafn þeir ættu að setja á plakatið og ég og vinkona mín svöruðum í flýti: Lay Low. Ég ætlaði aldrei að verða sólóartisti, ætlaði bara að vera í tónlist og jafnvel ekki syngja sjálf. En allt í einu var ég úti um allt í fjölmiðlum sem Lay Low . Það var alls engin djúp pæling á bak við þetta. Mér hefur alltaf fundist smá aftenging að vera Lay Low hér á Íslandi, enda erlent nafn og íhugaði 2009 að hætta að nota þetta, en það virðist vera fast."

Kynhneigðin er bara skali

En að sambýliskonunni og ástinni, Agnesi, henni kynntist Lovísa í gegnum sameiginlega vini árið 2009.

Lovísa svarar þremur nöfnum sem öll tengjast vissum hliðum lífs hennar. Lovísa er nafnið sem flestir nota og hún tengir best við, í huga föður síns er hún Louise eða Lou og svo er það Lay Low sem er landsþekkt tónlistarkona.

> Mér hefur alltaf fundist smá aftenging að vera Lay Low hér á Íslandi, enda erlent nafn og íhugaði 2009 að hætta að nota þetta, en það virðist vera fast.

Aðspurð hvort þær séu ólíkar, bókarinn og tónlistarkonan, þá hlær Lovísa.

„Hún er eiginlega betri söngkona en ég. Hún hefur oft sungið með mér og hefur lokið námi frá FÍH. Hún tekur mig stundum í söngþjálfun en hefur ekki haft sig mikið í frammi. Nú er hún bara komin í húsasmíði líka og komin vel á veg með að klára húsið okkar."

Lovísa vill ekki setja stimpil á kynhneigð sína. „Eftir á að hyggja þá var þetta alltaf partur af mér, stóra issjúið var kannski að segja frá, en það er svo yndislegt í dag að sjá hvað það er lítið mál. Það er mikið stökk frá því þegar ég var ung og fannst það hádramamóment að segja fólki. Í dag er enginn að spá í það hvað fólk er. Maður veit sjálfur ekkert hvað maður er. Þetta er bara skali. Mér finnst mjög erfitt þegar fólk er að spyrja hvort ég sé lesbía, ég hef alveg verið í sambandi með manni og var gift manni. Í mínu tilfelli snýst þetta bara um aðilann sem ég verð ástfangin af."

Gifti sig nítján ára

Aðspurð segist Lovísa hafa gifst manninum þegar hún var aðeins 19 ára gömul, það hafi verið einhver tíska í vinahópnum að gifta sig. „En ég held við séum flest fráskilin í dag," segir hún í léttum tón.

„Við vorum bara orðin bestu vinir og erum enn í dag mjög góðir vinir. Ég sé ekkert eftir þessu, við vorum líka svo ung að það var ekkert beint í húfi, maður hefði getað gert margt verra. Við hlæjum oft að þessu, við eigum enn brúðkaupsmyndirnar og horfum bara á þessa krakka og hlæjum að þeim," segir Lovísa, sem hefur unnið töluvert að tónlist með fyrrum eiginmanninum og voru þau meðal annars saman í hljómsveitinni Benny Crespo's Gang.

Þetta verður ævintýri

En fram undan er stóra stundin, Eurovision-keppnin í Turon á Ítalíu um miðjan maí. Stórfjölskyldan er búin að bóka miða og hús og er ætlunin að vera á Ítalíu í tvær vikur. „Þetta verður ævintýri," segir Lovísa. „Mér finnst gaman að vera á kantinum, ég elska ekkert sviðsljósið en finnst gaman að vera með. Við náum líka allar vel saman svo þetta verður bara mjög gaman."

Aðspurð um neikvæðniraddir sem heyrðust eftir keppnina frá þeim sem vildu að Reykjavíkurdætur sigruðu, segist Lovísa ekki taka þær nærri sér.

„Það snertir mig ekki eins mikið og ég hélt að það gæti gert. Ég var búin að hugsa fyrir fram að það væri alltaf betra að vera í öðru sæti – frekar en að vera liðið „sem stelur einhverju af einhverjum."

Í rauninni hefði það verið þægilegra enda hefðum við verið sáttar við annað sætið. Þó það sé rosalega gaman að fara út þá var það ekki endamarkmiðið. Mér fannst óþægilegt þegar fólk fór að kvarta yfir að eitthvað hefði klikkað í símakosningunni og spurði út í það á RÚV þar sem þeir sannfærðu mig um að við hefðum hlotið afgerandi kosningu.

Milli okkar og Reykjavíkurdætra er ekkert nema vinskapur og virðing. Þessi umræða er ekki frá þeim komin, þá hefði mér liðið illa. En ég skil þetta alveg 100 prósent, ég er í jafn miklu sjokki og allir aðrir. Fólk vildi greinilega íslenskt rólegt lag núna og það verður þá bara djörf og áhugaverð tilraun hjá þjóðinni að velja svona lag til að fara út. Lag sem setur íslenska stemningu inn í keppnina, sýnishorn af því sem er að gerast á Íslandi," segir Lovísa að lokum, til í slaginn. ■

VIÐ HÖFUM OPNAÐ Í
KAUPTÚNI 1, GARÐABÆ

ILVA

Opnunartilboð

25%

NÝTT Í ILVA!

NICOLAS VAHÉ ER Á
25% KYNNINGARAFSLÆTTI

30%

VEGGLAMPI Gylltur strútur.
22.900 kr. **Nú 16.030 kr.**

35%

SONA LOFTLJÓS Ýmsir litir.
Verð frá **7.147 kr.**

30%

YELLOW BORÐSTOFUBORÐ Ø140x76cm
169.900 kr. **Nú 118.930 kr.**

30%

AMBER LOFTLJÓS
18cm/27cm 13.995 kr. **Nú 9.097 kr.**

30%

ZONE UPPÞVOTTASETT
Tuskan fylgir. 5.995 kr. **Nú 4.197 kr.**

43%

RAW HNÍFAPARASETT
Svart/gyllt, 12x4. 34.995 kr. **Nú 19.995 kr.**

30%

RÍA TUNGUSÓFI Flaueláklæði. L222 x B148 x H78cm.
Fæst í fleiri litum og stærðum. 199.900 kr. **Nú 139.930 kr.**

30%

LAKE BORÐSTOFUBORÐ L150 x B90 x H75cm.
99.900 kr. **Nú 69.900 kr.**

30%

ALLY BORÐSTOFUSTÓLAR
22.900 kr. **Nú 16.030 kr.**

30%

SQUARE SÓFABORÐ. 40X40cm 19.900 kr. **Nú 13.930 kr.**
50X50cm 24.900 kr. **Nú 17.430** kr. 60X60cm 34.900 kr. **Nú 24.430 kr.**

30%

SCOTT HORNSÓFI MEÐ TUNGU
Bonded leðuráklæði, cognac litur. L352 x B207 x H85cm. 429.900 kr. **Nú 299.900 kr.**

ILVA Garðabæ, s: 522 4500 www.ILVA.is
mánudaga - föstudaga 11-18:30, helgar 11-18

ILVA Akureyri Mánudaga - föstudaga 11-18:30,
laugardaga 10-18, sunnudaga 12-18

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND

Erla lagði fram kæru á hendur barnsföður sínum vegna ofbeldis og er ósátt við karaktervitni sem Frosti Logason gaf honum í bréfi til sýslumanns. MYND/ADSEND

Triggeraðist við afsökunarbeiðnina

Erla Gunnarsdóttir er ein þriggja kvenna sem lagt hafa fram kæru vegna ofbeldis á hendur sama manni. Hinar tvær stigu fram í viðtali við helgarblað Fréttablaðsins fyrir tæpu ári. Erla tók þátt í því spjalli en treysti sér þá ekki til að stíga fram en atburðir vikunnar breyttu þeirri afstöðu.

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Það var umfjöllun Stundarinnar og hlaðvarpsþáttarins Eigin konur þar sem Edda Pétursdóttur sagði frá sambandi sínu við þekktan fjölmiðlamann sem fékk Erlu til að vilja segja frá reynslu sinni.

Edda nafngreindi téðan fjölmiðlamann ekki en segir hann hafa áreitt sig með stöðugum tölvupóstssendingum, smáskilaboðum og hótunum um að birta af henni viðkvæmar myndir.

Stuttu eftir viðtalið birti Frosti Logason, dagskrárgerðar- og sjónvarpsmaður á Stöð 2, færslu á Facebook þar sem hann gekkst við að vera umræddur maður, hann baðst afsökunar á framferði sínu og sagðist með hjálp sálfræðings og 12 spora samtaka hafa hafið bataferli.

Sagði hann meðal annars:

„Ég var á vondum stað á þessum tíma. Ég tók sambandsslit okkar mjög nærri mér og í kjölfar þeirra kom hryllilegt tímabil þar sem ég var haldinn þráhyggju og sagði og gerði hluti sem ég sé mikið eftir.“

Fyrir helgi var tilkynnt að Frosti væri kominn í ótímabundið leyfi frá störfum sínum fyrir Sýn og framkvæmdastjórn SÁÁ auk þess sem hann hefur sagt sig úr stjórn Blaðamannafélags Íslands.

Afsökunarbeiðnin stakk

Það er afsökunarbeiðni Frosta og frásagnir hans af sjálfsvinnu og bataferli sem komu illa við Erlu. „Mér finnst ekki rétt að hann stígi fram og segist vera búinn að vinna í sínum málum miðað við það hvernig hann kom fram í mínu máli.“

Erla á þá við að frá 2019 til 2020 var hjá sýslumanni rekið umgengnismál milli hennar og barnsföður hennar, sem hún hafði lagt fram kæru gegn vegna meints ofbeldis og var til umfjöllunar í téðu viðtali Fréttablaðsins 2021. Erla hafði farið fram á að umgengni hans við barn þeirra væri undir eftirliti og segist hafa haft ríka ástæðu fyrir þeirri kröfu.

Frosti, sem var trúnaðarmaður mannsins í AA-samtökunum, tók að sér að vitna um karakter hans í því umgengnismáli, sat fundi hjá barnaverndarnefnd með manninum og skrifaði bréf til sýslumanns. Í bréfinu segir meðal annars orðrétt:

„xxx er ekki ofbeldismaður og hefur aldrei verið.“

Þess skal getið að bréfið er ritað þann 10. desember árið 2020 og þar tekur Frosti fram að hann hafi fyrst hitt xxx þegar hann kom úr meðferð þann 19. júlí árið 2019. Það var því aðeins rúmt ár liðið frá þeirra fyrsta fundi þegar hann vitnar um hegðun hans í nútíð og fortíð. En hann hafði ekki þekkt hann á meðan á samböndum hans við konurnar þrjár sem lögðu fram kærur á hendur honum vegna ofbeldis stóð, árin á undan.

Í bréfinu segir jafnframt:

„Það eru því miður ekki allir sem ná jafn góðum árangri og xxx en hann er eitt af þessum tilfellum þar sem menn uppskera eins og þeir sá, því xxx hefur eins og áður segir lagt sig allan fram í að leggja rækt við sína edrúmennsku. Það er að mínu mati þess vegna sem xxx hefur ekki stigið feilspor á þessari vegferð.“

Á öðrum stað segir:

„Hann hefur stundað mikla sjálfsrannsókn og hafa viðbrögð hans við hreinskilinni leiðsögn minni einkennst af miklum þroska og vilja til að bæta eigið líf. Xxx er þrátt fyrir allt á mjög góðum stað en framkoma barnsmóður hans gagnvart honum og fjölskyldu hans væri í mörgum tilfellum nóg til að æra óstöðugan.“

Með mikið stærra platform

Linda Gunnarsdóttir steig eins og fyrr segir fram í viðtali við Fréttablaðið í maí 2021 undir yfirkriftinni „Svona menn þarf að stoppa“.

Linda sagði farir sínar ekki sléttar af því þegar kom að úrvinnslu lögreglu á ofbeldiskæru sem hún lagði fram gegn fyrrverandi sambýlismanni, sama manni og Erla stóð í umgengnismáli við. Kærunni var vísað frá á þeim grundvelli að um væri að ræða orð gegn orði, þrátt fyrir að áverkavottorð sýndi átta áverka og árásin væri flokkuð sem alvarleg.

Sara Regal kom einnig fram í umfjöllun helgarblaðsins á sínum tíma. Sara var í sambandi við umræddan mann og lagði einnig fram kæru til lögreglu vegna ofbeldis. Sara treysti sér ekki til að segja sögu sína í viðtali við helgarblaðið en steig þó fram til að styðja við sögu Lindu og standa með öðrum konum sem hún sagði hafa lent í sama manni.

Í viðtalinu nefndi Linda að umræddur maður væri með trúnaðarmann í AA-samtökunum sem hefði varið hann út á við og sagt sögur af obeldi vera lygar.

„Hann er með fjölmiðlamann á sínum snærum. Sá er með mikið stærra platform en við og vill meina að hann sé góður strákur,“ segir Linda í viðtali við Fréttablaðið í maí 2021.

Í kjölfar viðtalsins við Lindu tilkynnti Ríkissaksóknari að mál hennar yrði tekið til rannsóknar á ný, eins segir Erla að fleiri konur hafi haft samband við þær með svipaðar ofbeldissögur af téðum manni. Í dag séu konurnar sjö en þrjár þeirra hafi lagt fram kærur sem enn eru til rannsóknar.

Hann þekkti hann ekkert

Erla er verulega ósátt við afskipti Frosta Logasonar sem trúnaðarmanns hjá AA-samtökunum af umgengnismálinu og telur hann með því hafa farið langt út fyrir verkahring sinn.

„Hann tók á móti barnsföður mínum og geranda sem nýliða í AA-samtökunum. Hann þekkti hann ekkert fyrir, né samband hans við mig eða neina af þeim konum sem hafa kært hann fyrir ofbeldi í nánu sambandi, en við erum þrjár sem erum búnar að kæra hann og sú fjórða gaf skýrslu um ofbeldi en það er ágætt að taka fram að hún var í sambandi við manninn þegar hann var orðinn edrú. Þegar við stigum fram þá tók Frosti upp hanskann fyrir hann út á við og ég veit að hann hefur sakað okkur um lygar og nornaveiðar. Þetta er maður með risastórt platform.

Svo mætir hann með ofbeldismanninum á barnaverndarfund þar sem hann reynir að sannfæra fulltrúann um að hann sé ekki ofbeldismaður. Hann hefur samband við náinn vin minn og reynir að telja honum trú um að ég sé ofbeldismanneskjan.“

Ver veikan nýliða

Umgengnismálinu var vísað frá en aðspurð hvers vegna hún ákveði nú að stíga fram segir Erla:

„Ég triggeraðist þegar Frosti sendi út afsökunarbeiðni þar sem hann segist hafa verið að vinna í sínum málum og ekki vera þessi sama manneskja í dag, en hann klárlega braut á mér með framferði sínu árið 2020.

Þetta er fjölmiðlamaður sem á að vera með gagnrýna hugsun, sem tekur að sér veikan nýliða og staðhæfir að hann sé ekki ofbeldismaður án þess að þekkja hann neitt, né mig. Ég man eftir óttanum sem ég upplifði á þessu tímabili yfir því hvaða áhrif hann gæti haft. Það er nógu erfitt að taka þetta skref, að stíga fram og kæra, hvað þá þegar fjölmiðlamaður með þetta platform stígur inn í og aðstoðar gerandann.“ ■

> **Svo mætir hann með ofbeldismanninum á barnaverndarfund þar sem hann reynir að sannfæra fulltrúann um að hann sé ekki ofbeldismaður.**

> **Ég triggeraðist þegar Frosti sendi út afsökunarbeiðni þar sem hann segist hafa verið að vinna í sínum málum og ekki vera þessi sama manneskja í dag, en hann klárlega braut á mér með framferði sínu árið 2020.**

KRÓNAN
Pssst ...
Hvað er
Skannað og
skundað?
11:06
4G
Skannað og
skundað var valin
stafræna lausn
ársins!
ÍSLENSKU
VEFVERÐLAUNIN
<SVEF>
... engin röð,
bara fjör!
Kíktu á www.kronan.is

Kann að hafa tekið of djúpt í árinni

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Frosti Logason, dagskrárgerðar- og sjónvarpsmaður á Stöð 2, staðfestir í samtali við Fréttablaðið að hafa setið umræddan fund hjá sýslumanni og skrifað téð bréf, það hafi hann þó gert í góðri trú.

Það er er rétt að ég kynntist þessum manni þegar hann kom nýr inn í ákveðin 12 spora samtök, en þar eigum við öll það sameiginlegt að hafa leitað þangað eftir að hafa rekist á veggi í lífinu og erum að reyna að bæta fyrir brot okkar og verða að betri manneskjum.

Það er eðli starfsins að maður tekur að sér að vera trúnaðarmaður, sem ég var fyrir þennan einstakling. Ég vann mikið með honum í hans málum, hann kom mér og kemur mér fyrir sjónir sem mjög einlægur í þessari 12 spora vinnu og vildi leggja mikið á sig. Við fórum yfir misgjörðir og hvernig væri hægt að bæta fyrir fortíðina. Í gegnum þá vinnu gat ég ekki vitað að hann væri mögulega einhver ofbeldismaður. Hann kemur fyrir sem duglegur í starfinu og nær miklum árangri með líf sitt sem ég fylgdist grannt með. Ég dáðist að honum fyrir það hvað hann tók þetta alvarlega.“

Fannst það ljúft og skylt

Frosti staðfestir jafnframt að hafa ekki þekkt manninn áður, þrátt fyrir að hafa staðhæft skriflega að maðurinn hafi aldrei verið ofbeldismaður.

„Auðvitað þekkti ég hann ekkert áður en hann kom þarna inn og þekki ekki forsögu hans persónulega, aðeins það sem við höfum farið yfir í þessu starfi.“

Frosti segir manninn hafa farið þess á leit við hann að mæta honum til stuðnings á fund Barnaverndarnefndar og skrifa bréf sem karaktervitni vegna umgengnismáls hjá sýslumanni, hann hafi orðið við hvoru tveggja.

„Mér fannst það ljúft og skylt að lýsa því hvaða vinnu hann hafði tekið á sig til að verða að betri manni.“

Varðandi frásögn Erlu um að hann hafi hringt símtöl til að ófrægja hana segir Frosti það sorglegan misskilning. „Ég er ekkert að ræða þessi mál út fyrir þessi samtök, ef ég hef rætt þetta við einhvern annan félaga í samtökunum hef ég aldrei sakað barnsmóður hans um ofbeldi. Ég hef frekar litið á mig sem sáttamiðlara svo barnið geti hitt föður sinn og föðurfjölskyldu.“

Ekki í umboði samtakanna

Aðspurður hvort það sé í verkahring trúnaðarmanns samtakanna að bera slíkt karaktervitni fyrir skjólstæðinga sína, svarar Frosti því neitandi.

„Nei, ekki endilega sem trúnaðarmaður. Ég var bara búinn að kynnast honum í gegnum þetta starf mitt sem trúnaðarmaður. Ég geri þetta alls ekki í neinu umboði þessara samtaka.“

Frosti Logason segist mögulega hafa tekið of djúpt í árinni þegar hann staðhæfði skriflega að maðurinn væri ekki ofbeldismaður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> ” En maður lifir og lærir og ef það kemur í ljós að það hafi verið rangt hjá mér þykir mér það leitt. Ég auðvitað þekkti manninn ekki fyrir innkomu hans í þessi samtök.

Varðandi staðhæfingu í bréfi til sýslumanns: „xxx er ekki ofbeldismaður og hefur aldrei verið,“ segist Frosti mögulega hafa tekið of djúpt í árinni.

„Já, ég kann að hafa tekið of djúpt í árinni en var þarna í góðri trú og hafði engar upplýsingar um neinar kærur. En maður lifir og lærir og ef það kemur í ljós að það hafi verið rangt hjá mér þykir mér það leitt. Ég auðvitað þekkti manninn ekki fyrir innkomu hans í þessi samtök,“ segir Frosti og ítrekar að sér hafi verið mjög brugðið þegar hann heyrði af kærum á hendur manninum vegna ofbeldis.

„Mér þykir það mjög leitt ef ég hef stigið á einhverjar tær með þessu en var innilega í góðri trú um að ég væri að hjálpa til með að það yrðu endurfundir lítillar stúlku og föðurfjölskyldu og þykir miður að heyra í hvaða farvegi þetta er núna.“ ■

VILTU REKA VEITINGSTAÐI Á KEFLAVÍKURFLUGVELLI?

Isavia leitar að öflugum viðskiptafélögum til að taka þátt í útboði um rekstur tveggja veitingastaða á Keflavíkurflugvelli. Af því tilefni verður opinn **kynningarfundur um útboðið í Hörpu 30. mars næstkomandi**. Einnig verða kynnt þau fjölmörgu tækifæri sem eru í verslunar- og veitingarekstri á Keflavíkurflugvelli í framtíðinni.

Veitingastaðirnir tveir verða með ólíku sniði og nálgun en reknir af sama rekstraraðila. Mikilvægt er að rekstraraðilar sem taka þátt í útboðinu hafi víðtæka reynslu af rekstri veitingahúsa og veiti hágæðaþjónustu í lifandi umhverfi. Þau sem uppfylla kröfur útboðsins og hafa áhuga á að kynna sér málið betur eru hvött til að mæta á kynningarfundinn.

Útboðið er auglýst á Evrópska efnahagssvæðinu og verða útboðsgögn gefin út 28. mars, tveimur dögum fyrir kynningarfundinn. Isavia fylgir lögum og reglum um opinber innkaup. Útboðið er því byggt á grundvelli reglugerðar nr. 950/2017 um sérleyfissamninga um verk og þjónustu.

Framundan er mesta uppbyggingarskeið í sögu Keflavíkurfluvallar. Því fylgja ný og spennandi tækifæri í enn betri flugstöð.

Óskað er eftir skráningu á fundinn en nánari upplýsingar og skráningarform má finna á vefsvæði Isavia.

WWW.ISAVIA.IS

isavia

ICELANDIC
WOOL
NÝSKÖPUN
Á HLÝJUM GRUNNI
ULLARJAKKAR
Íslensk ullareinangrun, fullkomin fyrir útivistina
GEYSIR Kr. 28.990.-
REYKJANES Kr. 33.990.-
ICEWEAR
ICELAND
www.icewear.is

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Þormóður Ásvaldsson
Ökrum, Reykjadal,

lést á dvalarheimilinu Hvammi á Húsavík þann 16. mars. Útförin fer fram frá Einarsstaðakirkju laugardaginn 26. mars kl. 11. Aðstandendur þakka starfsfólki á Hvammi umhyggju og hlýhug.

Þórveig Kristín Þormóðsdóttir
Ásvaldur Ævar Þormóðsson — **Laufey Skúladóttir**
Jón Sigurður Þormóðsson
Sigríður Sólveig Þormóðsdóttir
Svala Guðrún Þormóðsdóttir — **Baldur Þorgilsson**
Jörgen Heiðar Þormóðsson — **Gerður Ólafsdóttir**
Sigurveig Dögg Þormóðsdóttir — **Jóhann Sigmarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar
Stofnað 1990
Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

Nærgætni, hlýja og virðing — Við andlát ástvinar

ÚTFARARSTOFA ÚTFR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn
Ísleifur Jónsson — Útfararstjóri — Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir — Útfararþjónusta — Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
www.utforin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi
Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

Sverrir Einarsson S: 896 8242
Jóhanna Eiríksdóttir
Jón G. Bjarnason S: 793 4455

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Útfararþjónusta í yfir 70 ár

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Við tökum vel á móti ástvinum í hlýlegu og fallegu umhverfi
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á **timamot@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055 .

Einar segir fáa kafla í íslenskum bókmenntum fyrr og síðar jafnmeistaralega skrifaða og lokakafla Grettis sögu. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Clint Eastwood hefði verið góður Grettir Ásmundarson

Grettis saga heldur enn velli í dag sem meistaralega skrifuð og mennsk Íslendingasaga. Einar Kárason segir sögu Grettis sálfræðilega djúpa og stútfulla af húmor.

arnartomas@frettabladid.is

„Hún er einhvers staðar í topp þrjú,“ svarar Einar Kárason rithöfundur, um hvar Grettis saga myndi lenda á lista yfir hans uppáhalds Íslendingasögur. „Ég hef alltaf haldið mikið upp á þessa sögu enda er þetta ansi merkilegt stef sem hún snýst um, sem er orðað í Grettis sögu sem „sitt er hvort, gæfa eða gjörvileikur.“

Einar segir stefið víðar að finna í íslenskum miðaldabókmenntum.

„Sama á við Gunnar á Hlíðarenda eða Sturlu Sighvatsson í Sturlungu,“ segir hann. „Þetta hefur verið höfundum þessara sagna mjög áleitin hugsun. Hvernig stendur á því að menn sem hafi flest til brunns að bera fari svona fram úr sér.“

Myrkfælinn mömmudrengur

Grettir var hraustastur allra manna, fríður, skáldmæltur og orðheppinn en fór ekki eftir ráðleggingum eldri og vitrari manna, sem Einar segir að sé orsökin að baki þessa íslenska harmleiks. „Hann leggst í útlegð á eldri árum sem eru full af einsemd, myrkfælni og annarri kvöl.“

Ef frambærilegur maður eins og Grettir hefði haft aðgang að stuðningskerfi nútímans hefðu endalok hans þá ef til vill orðið betri?

„Já, já, en sagan hefði ekki verið jafnskemmtileg,“ svarar Einar. „Í æsku var hann einn af þeim sem þoldu ekki aga eða fyrirskipanir, sem er eitthvað sem margir þekkja enn í dag. Hann lenti alltaf upp á kant við föður sinn en hins vegar stóð mamma hans með honum. Hann var mömmudrengur.“

> Það er að mörgu leyti óskiljanlegt að Alþingi hafi ekki beinlínis sett lög um að þessi saga sé kvikmynduð.

Einar segir athyglisvert hvað margar af miðaldafrásögnunum segi sögur af mönnum sem líkist frekar þursum.

„Í sögum á borð við Bjólfskviðu er ekki mikið mannlegt við persónurnar. En Grettir, þessi mikli afreksmaður, slæst í útlegðinni við einmanaleika, myrkfælni og móðursöknuð. Þetta setur sögur eins og Grettis sögu á allt annan stað í miðaldabókum og kemst mun nær þeirri sálfræðilegu dýpt sem við þekkjum frá bókmenntum síðari alda.“

Norðvestrar

Grettis saga hefur lengi verið í uppáhaldi hjá mörgum Íslendingum enda er hún bæði mennsk og spennandi. Spurningin um hvers vegna sagan hefur aldrei ratað á hvíta tjaldið hefur oft borið á góma og tekur Einar þar undir.

„Það er að mörgu leyti óskiljanlegt að Alþingi hafi ekki beinlínis sett lög um að þessi saga sé kvikmynduð,“ segir Einar kíminn. „Sviðsmyndin fyrir lokakaflann í Drangey er svo stórbrotin að kúrekamyndirnar sem teknar voru í Wyoming eru bara eins og eitthvað skrípó í samanburði.“

Samanburðurinn á vel við, enda hafa Íslendingasögurnar oft verið bornar saman við ameríska vestra. „Íslendingasögurnar segja frá landnemasamfélagi þar sem ekki er miðstjórnarvald á borð við lögreglu og annað, svo menn treysta á vopn sín og standa einir, rétt eins og í vestrunum,“ segir Einar. „Þegar að er gáð kemur í ljós að handritshöfundar og leikstjórar erlendir hafa margir verið undir áhrifum frá Íslendingasögunum. Það hefði alveg verið hægt að láta Clint Eastwood leika Gretti!“

Þá liggur eftir spurningin hver myndi fara með hlutverk Gláms, en ekki er víst að Robert van Cleef hefði verið sannfærandi sem draugurinn sænski.

„Sumt í þessum lokakafla í Drangey, þegar Þorbjörn öngull er að sigla til eyjunnar með göldróttri fóstru sinni, lýsingarnar af því með öllum sínum húmor og sviðsmyndum – það eru fáir kaflar í íslenskum bókmenntum sem eru jafnmeistaralega skrifaðir.“

Einar stígur á stokk á Söguloftinu í Landnámssetrinu í Borgarnesi á sunnudag og endursegir söguna af Gretti . Viðburðurinn hefst klukkan 16 og má nálgast miða á tix.is ■

Þökkum auðsýnda samúð við andlát og útför móður okkar, tengdamóður og ömmu,

Sigríðar Kristínar Karlsdóttur
Sirrýjar,
frá Vestmannaeyjum,

sem lést 1. mars á Hrafnistu Hafnarfirði. Sérstakar þakkir til starfsfólks Báruhrauns, Hrafnistu Hafnarfirði.

Magnús Björgvinsson
Kristín Björgvinsdóttir
Gísli Björgvinsson — **Nanna Hreinsdóttir**
Ásrún Björgvinsdóttir — **Karl Pálsson**
öll ömmubörnin.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Sveinn Matthíasson
Sléttuvegi 27, Reykjavík,

lést á Dvalarheimilinu Hrafnistu þann 1. mars. Útförin fer fram frá Laugarneskirkju þriðjudaginn 22. mars kl. 15.00.

Marin Ingibjörg Guðveigsdóttir
Guðlaugur Birkir Sveinsson — **Friðbjörg Kristmundsdóttir**
Matthías Sveinsson — **Dagmar Stefánsdóttir**
Þórhallur Sveinsson — **Ásta Rut Sigurðardóttir**
Sigurborg Sveinsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Þetta gerðist: 19. mars 2003

Íraksstríðið hefst

Þann 17. mars 2003 gáfu Bandaríkjamenn Saddam Hussein forseta Íraks tveggja sólarhringa frest til að afstýra stríði með því að yfirgefa land sitt. Hann sat sem fastast og hófst stríðið í kjölfar þess.

Stríðið stóð yfir í níu ár og lauk þann 18. desember 2011. Hundruð þúsunda týndu lífinu í stríðinu, sem Bandaríkin bjuggust við að myndi standa stutt yfir. Alls studdu 49 þjóðir innrásina og voru kallaðar bandalag viljugra þjóða. Þar á meðal var Ísland, en Davíð Oddsson þáverandi forsætisráðherra og Halldór Ásgrímsson þáverandi utanríkisráðherra, tóku ákvörðun um stuðning við afvopnun Íraks án samráðs við Alþingi.

Þrátt fyrir lok stríðsins var áframhaldandi ófriður og mótspyrna gegn hernámsliðinu í mörg ár eftir á. Eftir brottför Bandaríkjahers frá Írak tók Íslamska ríkið yfir norðvesturhluta landsins. ■

Ástkær eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir, systir,
mágkona, amma og langamma,

Ingibjörg Bjarnadóttir

lést á líknardeild Landspítalans
í Kópavogi 8. mars sl.
Útförin fer fram í Grafarvogskirkju
fimmtudaginn 24. mars kl. 13.00.
Sérstakar þakkir fær starfsfólk líknardeildar.

Hannes Erlendsson
Sirrý Hannesdóttir **Davíð Þór Hlinason**
Bjarni Hannesson **Hafdís Dögg Bragadóttir**
Ágúst Bjarnason **Guðrún C. Emilsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Elsku móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og vinkona,

Þóra Guðrún Pálsdóttir
frá Rauðabergi á Mýrum,

lést miðvikudaginn 9. mars á Hrafnistu
Nesvöllum. Útförin fer fram frá Ytri
Njarðvíkurkirkju föstudaginn 25. mars kl. 13.
Sérstakar þakkir fær starfsfólk Hraunsvíkur fyrir
kærleiksríka umönnun. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim
sem vildu minnast hennar er bent á góðgerðarstofnanir.

Páll Sæmundsson **Sanne Thybo Sæmundsson**
Anna Sæmundsdóttir **Kjell-Einar Ofstad**
Guðný Pálína Sæmundsd. **Valur Þór Marteinsson**
barnabörn og barnabarnabörn,
Kristinn Ásgrímsson **Þórdís Karlsdóttir**

Elsku móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og langalangamma,

Guðrún Eyjólfsdóttir
Aflagranda 40,

lést á dvalarheimilinu Grund við
Hringbraut miðvikudaginn 9. mars.
Útför hennar fer fram frá Neskirkju
í Reykjavík, þriðjudaginn 22. mars kl. 13.00.

Brynjólfur Á. Guðbjörnsson **Sigríður S. Halldórsdóttir**
Gunnar Þórólfsson **Jóhanna Friðgeirsdóttir**
Elísabet Þórólfsdóttir
Meyvant Þórólfsson **Rósa Guðbjartsdóttir**
Bjarni Þ. Þórólfsson **Hrefna S. Briem**
barnabörn og aðrir afkomendur.

Ástkær eiginkona mín, móðir,
tengdamóðir og amma,

Anna Sólmundsdóttir
Vesturási 43,

lést laugardaginn 12. mars.
Útför hennar fer fram frá Dómkirkjunni
fimmtudaginn 24. mars klukkan 15.
Blóm eru vinsamlega afþökkuð en þeim sem vildu
minnast hennar er bent á Parkinsonsamtökin.

Geir Geirsson
Guðjón Geirsson
Kjartan Orri Geirsson **S. Kolbrún Indriðadóttir**
Herbert Geirsson **Þóra Rós Guðbjartsdóttir**
og ömmubörn.

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Guðrún Jörgensdóttir
Hjúkrunar- og dvalarheimilinu
Höfða, Akranesi,

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu
Höfða, þriðjudaginn 8. mars.
Útför hennar fer fram frá Akraneskirkju, fimmtudaginn
24. mars klukkan 13.
Sérstakar þakkir fær yndislegt starfsfólk Hjúkrunar- og
dvalarheimilisins Höfða fyrir hlýhug og góða umönnun.

Jón Ágúst Einisson **Aud Rensmoen**
Sigurbjörg Einisdóttir
Ingibjörg Sigrún Einisdóttir **Gylfi Ólafsson**
María Einisdóttir **Tyrfingur Tyrfingsson**
Ásta Einisdóttir **Mogens Hove Pedersen**
ömmubörnin og langömmubörnin.

Við sendum hjartans þakkir fyrir
hlýhug og auðsýnda samúð við andlát
og útför ástkærs eiginmanns, föður,
tengdaföður, afa og langafa,

Guðmundar Inga
Guðjónssonar

Sérstakar þakkir færum við starfsfólkinu
á Grund fyrir mikla hlýju og alúð í umönnun og við fráfall
Guðmundar Inga.

Ásthildur Bjarnadóttir
Guðrún Guðmundsdóttir **Björn Bjarnason**
Sverrir Guðmundsson **Margrét Erla Björnsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

Edda Thorlacius
lyfjafræðingur,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk
11. mars. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 24. mars kl. 13.

Sigurður Ísaksson
Sigurður Valur Sigurðsson **Rósa Ragnarsdóttir**
Ísak Örn Sigurðsson
Kristín Sif Sigurðardóttir **Magnús Baldursson**
Finnur Orri Thorlacius **Alfa Regína Jóhannsdóttir**
Torfhildur S. Th. Sigurðardóttir **Óskar Sæmundsson**
og barnabörn.

Okkar ástkæra

Jóna M. Snævarr

lést á Dvalar-og hjúkrunarheimilinu
Grund þriðjudaginn 8. mars.
Útför hennar fer fram frá Neskirkju,
miðvikudaginn 23. mars kl. 13.00.

Við afþökkum blóm og kransa en þeim sem vilja minnast
hennar er bent á söfnun Rauða kross Íslands vegna
mannúðarstarfs í Úkraínu.

Stefanía R. Snævarr **Ingimar Einarsson**
Ingibjörg A. Snævarr
Auður Adamsdóttir
Stefán Þór Ingimarsson **Anna Guðrún Birgisdóttir**
Inga Jóna Ingimarsdóttir **Gunnar Jakob Briem**
Þórhildur Erla Pálsdóttir
og langömmustrákarnir.

Móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Steinunn Jóna Bárðardóttir
húsmóðir,
Sléttuvegi 17, Reykjavík,

lést á Landspítalanum í Fossvogi
þriðjudaginn 15. mars.

Fyrir hönd aðstandenda,
Bárður Marteinn Níelsson
Karen Níelsdóttir

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Friðrik Ferdinand Söebech
plötu- og ketilsmiður
og bifreiðastjóri,

lést 11. mars sl.
Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju
miðvikudaginn 23. mars kl. 15.

Katrín Kristín Söebech
Theódór Júlíus Söebech **Sigríður Anna Guðnadóttir**
Berglind Söebech
Þórarinn Söebech **Stefanía Unnarsdóttir**
afabörn og langafabörn.

Okkar kæri eiginmaður, faðir,
tengdafaðir, afi og langafi,

Frans Sævar Guðmundsson
Tindaflöt 1, Akranesi,

lést fimmtudaginn 3. mars.
Útför hans fór fram fimmtudaginn
17. mars í kyrrþey.
Fjölskyldan þakkar auðsýnda samúð.

Gréta Sigrún Gunnarsdóttir
Ingibjörg Harpa Sævarsdóttir
Pétur Sævarsson **Sigríður Snæbjörnsdóttir**
afa- og langafabörn.

Okkar ástkæri

Þorsteinn Jón Óskarsson
fyrrum forstöðumaður
hjá Pósti og síma,
Krummahólum 4, Reykjavík,

lést á Hrafnistu Laugarási
sunnudaginn 27. febrúar. Útförin fer fram
frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 24. mars kl. 15.00.
Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim
sem vildu minnast hans er bent á Ljósið.
Athöfninni verður streymt á:
https://www.youtube.com/watch?v=YDywnxqY-dA

Svanhildur Halldórsdóttir
Edda Þorsteinsdóttir **Halldór Guðmundsson**
Einar Baldvin Þorsteinsson **Sally Thorsteinsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Okkar ástkæri,

Sveinn Ingi Sigurðsson
Naustabryggju 22, Reykjavík,

lést sunnudaginn 13. mars á
gjörgæsludeild Landspítalans.
Útförin fer fram frá Garðakirkju í Görðum
á Álftanesi, miðvikudaginn 30. mars kl. 13.00.
Þeim sem vilja minnast hans er bent á Barnaheill.

Halldóra Salóme Guðnadóttir
María Ósk, Arnar Ingi, Rakel Rut og fjölskyldur,
Ragnheiður Katrín, Þórunn Inga og fjölskyldur.

Elskulegur eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

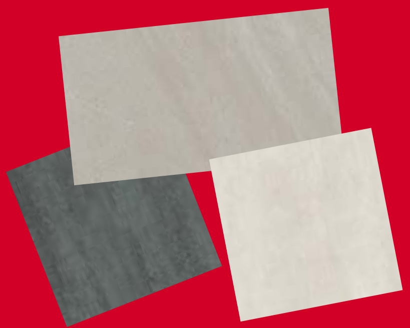
Guðmundur Sigurðsson
Jaðarsbraut 25, Akranesi,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands
á Akranesi, sunnudaginn 13. mars.
Útför hans fer fram frá Akraneskirkju
mánudaginn 21. mars kl. 13. Sérstakar þakkir til yndislegs
starfsfólks Lyflækningadeildar HVE og Heimahjúkrunar
HVE á Akranesi fyrir einstaka umhyggju og alúð.

Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirkju:
www.akraneskirkja.is.

Helga Ragnheiður Höskuldsdóttir
Rut Guðmundsdóttir **Ottó W. Simonsen**
Margrét Herdís Guðmundsd. **Júlíus Geir Hafsteinsson**
Ingigerður Guðmundsdóttir **Jón Páll Pálsson**
Ágúst Guðmundsson **Karólína Natalía Karlsdóttir**
Böðvar Guðmundsson
Ása Þóra Guðmundsdóttir **Gunnar Þórðarson**
afabörnin og langafabörnin.

Parket
30%
afsláttur



Flísar
30%
afsláttur

Hljóðeinangrandi plötur
30%
afsláttur

Græn vara

LADY
málning
30%
afsláttur

GROHE

Eldhús- og
handlaugartæki
25%
afsláttur

damixa™
Eldhús- og
handlaugartæki
25%
afsláttur

Sturtugler
25%
afsláttur

BerlingerHaus
Berlinger Haus
Rose Gold línan
25%
afsláttur

STANLEY
Loftpressur
20%
afsláttur

avasco
Hillurekkar
20%
afsláttur

PHILIPS
Ljós
25%
afsláttur Gildir ekki af Philips Hue

JUMBO
Stigar
og tröppur
20%
afsláttur

blómaval

Túlípana-tilboð

Nokkrir litir,
10 stk. í búnti

Túlípanar **40%**
10 stk. 10000088
1.490kr
~~2.490 kr~~

Pottaplöntur í úrvali

Ný sending
vikulega

26%
Orkidea
12 cm pottur.
11325000
1.990kr
~~2.690kr~~

20%
Sáðbakki
Fyrir glugga.
1222133
1.752kr
~~2.190kr~~

Dalíur
Liljur
Anemonur
Gladíólur
o.fl.

Vorlaukar fyrir garðinn

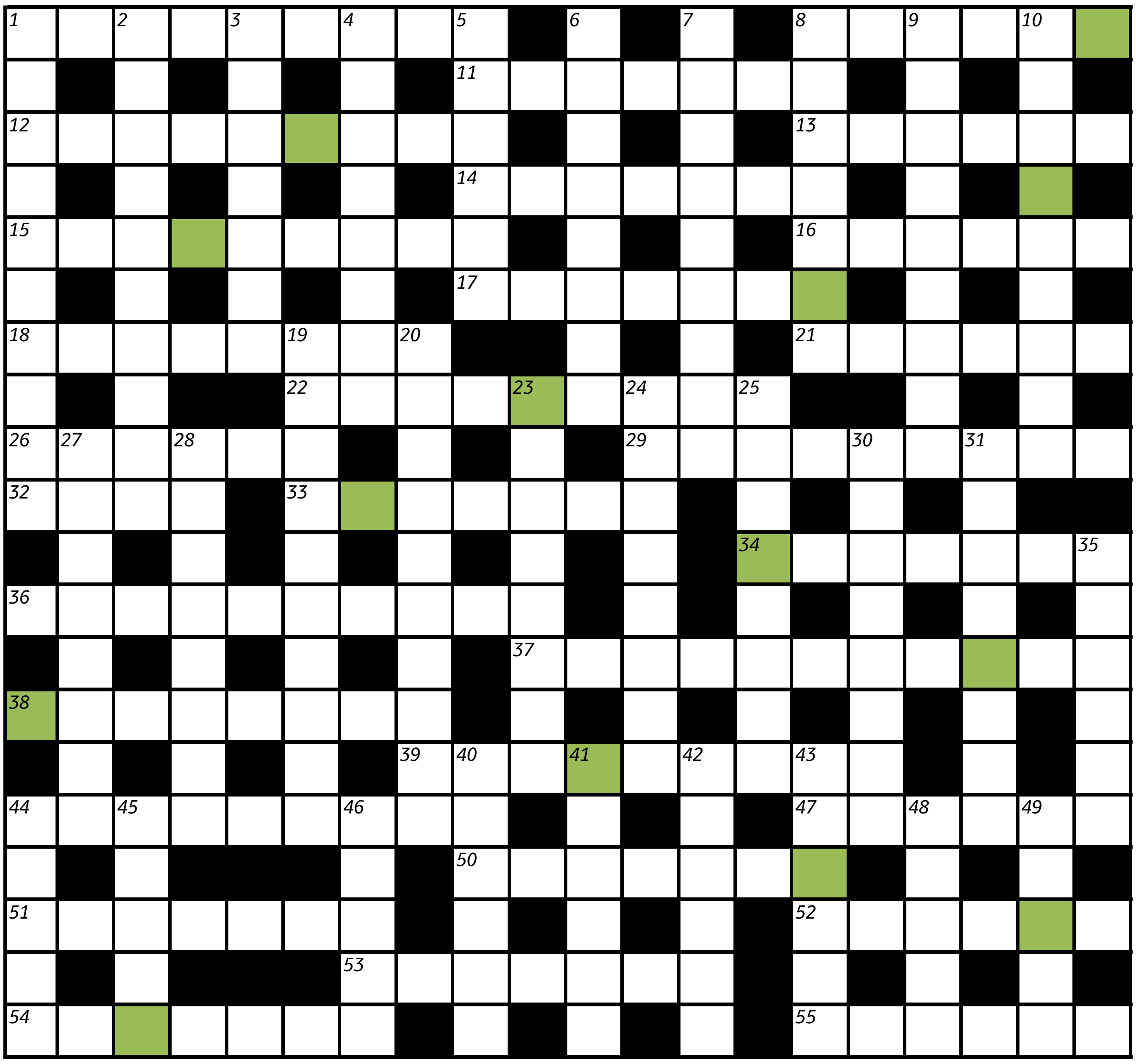
TIL HAMINGJU NORÐLENDINGAR

Með nýja og glæsilega verslun og þjónustumiðstöð fyrir Norðuland

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

HÚSASMIÐJAN
FYRIR ÞIG
Húsasmiðjudagar
STÆRRI
tilboð í mars
Dagskrá um helgina
í Skútuvogi
Laugardagur
Litaráðgjöf
Maja Ben veitir litaráð-
gjöf í dag laugardag
í Skútuvogi kl. 12-15
LADY málning
30%
afsláttur
Laugardag og sunnudag
Ræktunarhelgi
Vilmundur Hansen, garðyrkjufræð-
ingur gefur góð ráð varðandi sáningu,
og vali á fræjum og vorlaukum
kl. 13-17 alla helgina.
Öll fræ
20%
afsláttur
Skoðaðu
tilboðin
HÚSASMIÐJAN
FYRIR ÞIG
Húsasmiðjudagar
STÆRRI
tilboð í mars

Krossgáta



LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist vandasamt starf (14)
Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 24. mars næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „19. mars “.

Lausnarorð síðustu viku var

B L Ó Ð Þ R Ý S T I N G U R

Á	R	A	N	G	U	R		H		Í		S	Ö	L	S	U	Ð	U	M
L				L		Ö	F	U	N	D	I	N		A		M		N	
I	N	N	V	E	G	G		G		R		J	A	G	S	T	A	G	L
T		Á		R		N		A	F	Æ	T	A		A		A		Æ	
A	U	S	T	U	R	V	E	R		T		L		L		L	Æ	Ð	A
M		E		N		A		Þ	É	T	T	L	E	I	K	A		I	
Á	S	T	A	G	Æ	L	U	R		I		O		S		Ð		N	
L		A		U		D		Ó	G	N	A	R	S	T	E	R	K	U	M
I	N	N	G	R	E	I	T	T		U		Ð		A		A			I
	Æ		J				Ó	T	A	M	D	A	R		F		A		S
Ú	T	M	Ö	R	K	U	M		F		Ý		Ó	L	Y	G	N	I	R
	U		R		R		T		L	Æ	R	I	S		L		D		Á
Ö	R	Y	G	G	I	S	H	A	M		A		A	L	G	A	L	I	Ð
	G		Æ		K		Ú		A	F	B	A	R		J		Á		I
H	A	M	S	L	A	U	S	A	N		Ú		Ó	S	A	L	T	A	Ð
	G		L		N		M		N	Ý	R	U	T	T		I		T	
E	N	D	U	R	S	K	A	P	A			M		E		T		L	
	I			A			N		N	Æ	R	L	O	F	T	S	L	A	G
H	N	A	T	T	R	Æ	N	A	N			U		N		Í		G	
	U			A			A		A	T	Ó	M	T	A	L	A		A	

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

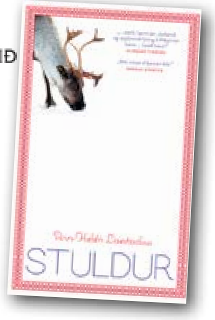
LÁRÉTT
1 Finnum fyrir gróanda og til með veikum (9)
8 Bölið bítur styggan (6)
11 Fiskikjúka er jafn rétt og mósuköggull (7)
12 Nei, ekki málningarbæklingar – og þó (9)
13 Það eru ýkjur að segja þetta rosalegt gin og tónik (6)
14 Hafa súrt en heillað í hávegum (7)
15 Hreyfing, já fram og aftur, mun svipta gróna grasbala ljómanum (9)
16 Lítið mál að pirra þig þegar ekkert fyllir huga þinn (6)
17 Færanlegar lausnir fyrir ótraust börn (7)
18 Held ég feli Tuma umsjón með afar digrum stöfum í óreiðu (8)
21 Tel höf meðal hafa kalla á getspeki (6)
22 Nem bergmál þess þegar þau varpa því sem fánýtast er fyrir borð (9)
26 Leita einhvern veginn að nautum hringinn í kring (6)
29 Bleikir snyrtipinnar á kantinum ef rauðir skyldu klikka (9)
32 Þú ferð létt með að leysa þetta (4)
33 Drepa friðaðan fugl fyrir mennina að austan (7)
34 Dveljumst sátt við dauða í öllum djöfulganginum (7)
36 Moldarbretti birtast hvar sem meginlönd mætast (10)
37 Tími gjarðarinnar ræðst af stöðu viðaraukans (11)
38 Mikil bunga stendur víða uppúr Íslandi, líkt og Háhvoll (8)
39 Tengdafeður móður og föður þess stutta eiga nær enga samleið (9)
44 Villist um mýri í móðu liðinna tíma (9)
47 Snemma fór ég snoppu með og snarpan huga/um götu sem ég ganga nenni/í góðan skóla kenndan henni (6)
50 Færi mér stöðu mína í nyt, enda er hún indæl (7)
51 „K-ver” er ekki hreinn (7)
52 Þessi illindi vekja þrá um að Skíðafélag Akureyrar endi þau (6)
53 Tímaritið Ský – var það bara einhver pési? (7)
54 Tákn kvíða varpar skugga á áritaða völu (7)
55 Hvíld hins óbreytta á vel við hæga sál (6)

LÓÐRÉTT
1 Vilhjálmur Karl er óttalegur siðleysingi (10)
2 Hvort sakaði TMM Skírni um hnupl eða öfugt? (10)
3 Færeyingur vill fylla sker sitt af korni (7)
4 Festa hendur á áreiðanlegum afbrigðum (8)
5 Vík í votlendslægð? (6)
6 Raga frjáls í miðjum anda (8)
7 Skrifa má um gang bóka og grafa (9)
8 Sá nýi ýtti mér á ofn (7)
9 Einn brjálaður út af bógnum og krofinu (9)
10 Harmur myndi það vera ef sá hryggi færi (9)
19 Hvaða hljóð hefur Tómas utan bergmáls þess sem ekkert er? (10)
20 Vigta ílát sem vigta skal með (10)
23 Segja sára konu á báðum áttum (8)
24 Þetta tukthús heldur meira að segja ljósinu (8)
25 Óðal mitt hef ég teymt í traustar hendur afkomenda (8)
27 Fer út á nes með loftverkfæri og létt sæti (8)
28 Nöldur alltaf í þessum skepnum út af nokkrum bjórum (8)
30 Útlit svona smáræðis ræðst af blæ umfrymiskorns (8)
31 Kem stjórnpalli í samband við vegi og litningaþræði (8)
35 Baul bandvefja afhjúpar spendýrið (6)
40 Hittum fólk með Pekka og Jukka (6)
41 Svolítill óreiðufugl, þessi reddari rokkaranna (6)
42 Vond hjón vilja líka mat, en vondan mat! (6)
43 Stutt eru börnin, stillt og hljóð (6)
44 Tjöru ber á kóngsins ker (5)
45 Kvíslin hentar fyrir sundkonu (5)
46 Vaða oftar í vitleysu (5)
48 Þessi rokksveit kom út í tapi (5)
49 Að síðustu: Hættum ekki hönum! (5)

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Stuldur eftir Ann-Helén Laestadius** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Stefán Vilhjálmsson, Akureyri.**

FORLAGIÐ



Sudoku

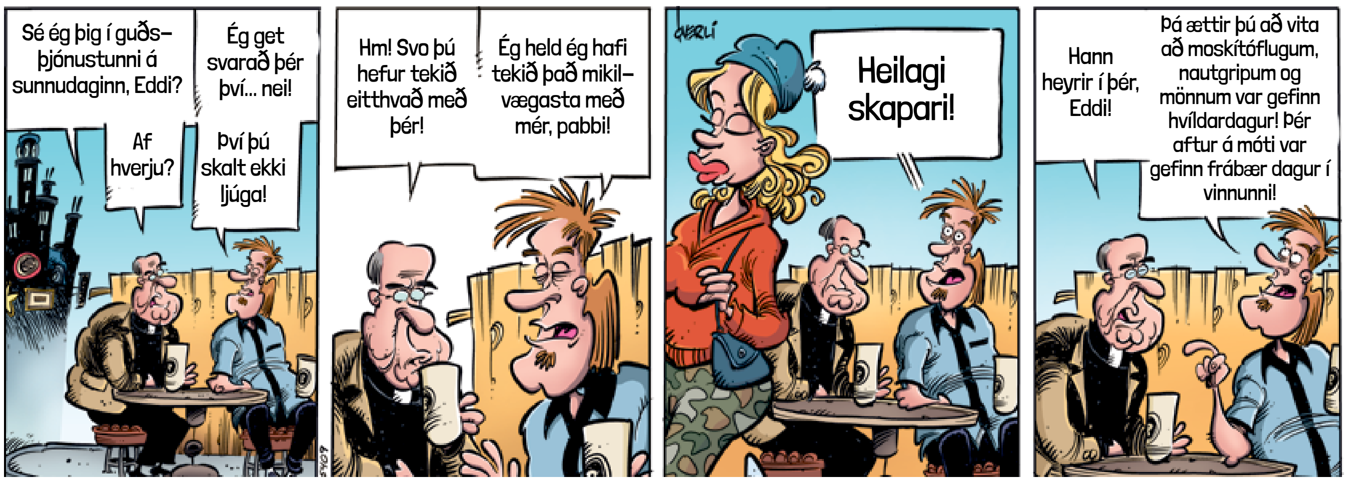
	4			2	8		6	1
							2	5
9		3					7	8
7				8	2			6
		5	3				8	
	6			5	7			
8				4			9	
1								
	3	6		1				

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Pondus

Eftir Frode Øverli



Stórsýningin Verk og vit verður haldin í fimmta sinn dagana **24.–27. mars 2022** í Íþrótta- og sýningarhöllinni í Laugardal. Verk og vit er frábær vettvangur til að kynna sér allt það nýjasta í byggingariðnaði, mannvirkjagerð og skipulagsmálum ásamt því að kynna sér spennandi vörur og þjónustu.

Hlökkum til að sjá þig á Verk og vit 2022 - Sjón er sögu ríkari

OPNUNARTÍMI		FAGAÐILAR	ALMENNIR GESTIR
Fimmtud.	24. mars	kl. 17-21	
Föstud.	25. mars	kl. 11-19	
Laugard.	26. mars	kl. 11-17	kl. 11-17
Sunnud.	27. mars	kl. 12-17	kl. 12-17
Verð aðgöngumiða:		kr. 3.500	kr. 1.750

Aðgöngumiði fagaðila gildir alla sýningardagana

Miðasala á verkogvit.is, tix.is og við innganginn

Sýning • ráðstefna • viðburðir

verkogvit.is

H2 hönnun

SAMSTARFSAÐILAR

Stjórnarráð Íslands
Innviðaráðuneytið

SI

BYKO

Laugardagur

Hringbraut

18.30 Vísindin og við (e) Ný þáttaröð um fjölþætt fræða- og rannsóknastarf innan Háskóla Íslands.
19.00 Undir yfirborðið (e) Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
19.30 Pressan (e) Sigurjón Magnús Egilsson fær til sín góða gesti þar sem rætt verður um það sem efst er á baugi hverju sinni.
20.00 Stjórnandinn með Jóni G. (e) Viðtalsþáttur við stjórnendur og frumkvöðla í íslensku samfélagi í umsjón Jóns G. Haukssonar.
20.30 Vísindin og við (e)
21.00 Undir yfirborðið (e)

RÚV Sjónvarp

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Sögur snjómannsins
07.24 Litli Malabar
07.28 Stuðboltarnir
07.39 Sara og Önd
07.46 Rán - Rún
07.51 Bréfabær
08.03 Úmísúmí
08.26 Eðlukrúttin
08.37 Sjóræningjarnir í næsta húsi
08.48 Zorro
09.10 Kata og Mummi
09.21 Stundin okkar Samþykki, morgunmatur og tímaflakk.
09.45 Húllumhæ
10.05 Hvað getum við gert? Tryggingar.
10.10 Ísbirnir
11.05 Gettu betur Úrslit. MR - FG.
12.10 Vikan með Gísla Marteini
13.00 Kastljós
13.15 Leitin að Gullskipinu
13.55 Diddú (1 af 2)
14.40 Kiljan
15.20 Í saumana á Shakespeare - Júlíus Sesar
16.15 Stjarnan - Þór Þ. Bein útsending frá úrslitaleik bikarkeppni karla í körfubolta.
18.52 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Ainbo. Spirit of the Amazon
21.10 Sérhver dagur. Every Day
22.45 Ég er falleg. I Feel Pretty
00.30 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

11.30 Dr. Phil
12.15 Dr. Phil
13.00 American Housewife
13.20 The Bachelor
16.15 Spin City
16.40 The King of Queens
17.00 Everybody Loves Raymond
17.25 Johnny English Reborn Kvikmynd frá 2011 með Rowan Atkinson í aðalhlutverki.
19.05 mixed-ish
19.30 Venjulegt fólk Grínþættir með dramatísku ívafi. Við fylgjumst með Völu og Júlíönu sem hafa verið vinkonur frá því í menntaskóla takast á við lífið og tilveruna.
20.00 Það er komin Helgi
20.50 Failure to Launch Matthew McConaughey leikur Tripp, 35 ára gamlan mann sem býr ennþá hjá foreldrum sínum. Hver álasar honum fyrir það? Það er ókeypis, hann býr í frábæru herbergi og mamma hans (Kathy Bates) þvær fötin af honum.
22.25 Peppermint
00.10 Molly's Game
02.25 You, Me and Dupree Skemmtileg kvikmynd frá 2006 með Owen Wilson, Kate Hudson og Matt Dillon í aðalhlutverki.
04.10 Tónlist

Stöð 2

08.00 Barnaefni
11.55 Impractical Jokers
12.15 The Goldbergs
12.35 Bold and the Beautiful
14.00 Bold and the Beautiful
14.25 30 Rock
14.45 30 Rock
15.10 Hvar er best að búa?
16.00 Ultimate Veg Jamie
16.45 Bob's Burgers
17.10 First Dates Hotel
18.00 Glaumbær
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.45 Sportpakkinn
19.00 Hlustendaverðlaunin 2022 Útvarpsstöðvarnar Bylgjan, FM957 og X977 verðlauna stærstu nöfn íslenskrar popptónlistar fyrir framlag sitt á árinu og eru það hlustendur sem sjá um að velja sitt uppáhald.
20.25 The Masked Singer
21.35 Mrs. Doubtfire
23.40 The Outpost
01.35 Captive State
03.25 30 Rock
03.45 30 Rock

Sunnudagur

Hringbraut

18.30 Mannamál (e) Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
19.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum.
19.30 Útkall (e) Sjónvarpsútgáfan af sívinsælum og samnefndum bókaflokki Óttars Sveinssonar.
20.00 Matur og heimili (e) Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
20.30 Mannamál (e)
21.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e)

RÚV Sjónvarp

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Tölukubbar
07.21 Mói
07.32 Elías
07.43 Rán og Sævar
07.54 Kalli og Lóa
08.06 Hæ, Sámur
08.13 Sjóræningjarnir í næsta húsi
08.24 Eðlukrúttin
08.35 Unnar og vinur
08.58 Hvolpasveitin
09.20 Ronja ræningjadóttir
09.44 Grettir
09.56 Eldhugar
10.00 Ferðastiklur Skagi - Austur-Húnavatnssýsla.
11.00 Silfrið
12.10 Matur með Kiru
12.40 Okkar á milli
13.10 Húsið okkar á Sikiley
13.40 Diddú (2 af 2)
14.25 Martina hefur séð allar myndirnar mínar
15.25 Endurfundir í náttúrunni
16.10 Lifun - hlustun með Magga Kjartans og Gunna Þórðar
16.45 Það kom söngfugl að sunnan (1 af 2)
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.25 Menningarvikan
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Landinn
20.15 Hringfarinn - einn á hjóli í Afríku
21.10 Eldflaugasumar. Summer of Rockets
22.05 Gómorra. Gomorrah
23.00 Kolefni. Carbone
00.40 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

11.30 Dr. Phil
12.15 Dr. Phil
13.00 Gordon, Gino and Fred. Road Trip
14.00 The Bachelor
15.40 Spin City
16.05 The King of Queens
16.25 Everybody Loves Raymond
16.50 Gordon Ramsay's 24 Hours to Hell and Back
18.25 Morð í norðri
19.10 The Block
20.30 Venjulegt fólk
21.05 Law and Order. Special Victims Unit
21.55 Billions
22.55 Godfather of Harlem
23.55 Dexter
00.45 FBI. International
01.35 Blue Bloods
02.20 Mayans M.C.
03.20 Tónlist

Stöð 2

08.00 Barnaefni
12.00 Simpson-fjölskyldan
12.25 Nágrannar
13.50 Nágrannar
14.20 Um land allt
14.50 DNA Family Secrets
15.50 Famili Law
16.35 The Masked Singer
17.35 60 Minutes
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.45 Sportpakkinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Hvar er best að búa? Lóa Pind heimsækir Egil yfirdýralækni og Ingunni kennara sem tóku stökkið til Grænlands ásamt syni sínum – af hreinni ævintýramennsku.
19.50 Fires Átakanlegir dramaþættir sem byggja á sönnum sögum fólksins sem lenti í skógareldunum svaðalegu í Ástralíu 2019-2020.
20.45 Leonardo Sögulegir dramaþættir þar sem merkilegu lífi Leonardo da Vinci eru gerð skil í gegnum verkin sem gerðu hann frægan.
21.35 Coroner
22.20 Dröm
22.45 Heimilisofbeldi
23.25 The Righteous Gemstones
23.55 Tell Me Your Secrets
00.45 The Blacklist
01.25 Simpson-fjölskyldan
01.45 DNA Family Secrets
02.45 The Masked Singer
03.55 Family Law Lögfræðidrama um hóp breyskra systkina sem starfa saman í semingi við lögfræðifyrirtæki föður síns í miðborg Vancouver.

Mánudagur

Hringbraut

18.30 Fréttavaktin Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 Draugasögur Í sjónvarpsþættinum Draugasögum kynnumst við lífinu fyrir handan.
19.30 Undir yfirborðið Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
20.00 Vísindin og við er ný þáttaröð um fjölþætt fræða- og rannsóknastarf innan Háskóla Íslands.
20.30 Fréttavaktin (e)
21.00 Draugasögur (e)

Það getur allt gerst í Formúlu 1. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Veislan hefst

benediktboas@frettabladid.is

Fjórum mánuðum eftir að úrslitin réðust á síðustu sekúndum eins æsilegasta lokaspretts sögunnar, hefst titilvörn Max Verstappen í Formúlu 1 í Barein um helgina. Sýnt verður frá flestum sjónarhornum Formúlunnar á Viaplay. Barátta Verstappen og Lewis Hamilton verður spennandi eftir dramatík síðasta árs.

Augu flestra verða á nýkrýndum heimsmeistara Max Verstappen og hvernig honum og Red Bull tekst að fylgja eftir sínum fyrsta heimsmeistaratitli ökuþóra. Verstappen tókst að stöðva sigurhrinu Hamilton á síðasta tímabili og gæti orðið sá 17. með fleiri en einn heimsmeistaratitil ökuþóra. Þá er Lewis Hamilton eflaust hungraðri en nokkru sinni. Hann vantar aðeins einn heimsmeistaratitil til að verða sigursælasti ökuþór allra tíma og skjótast fram úr Michael Schumacher.

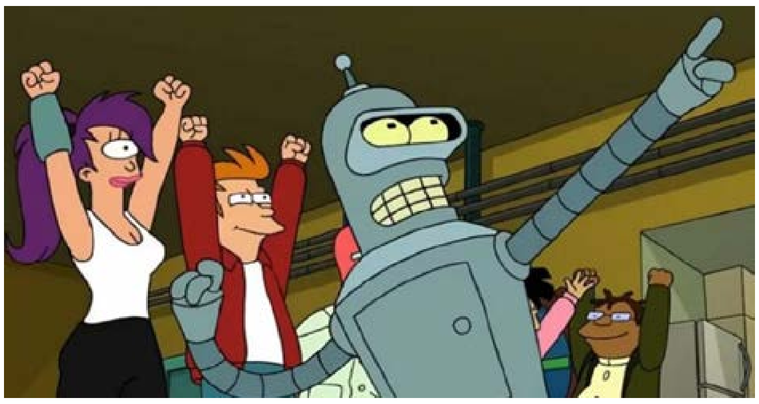
Tólf ár eru síðan annað lið en Red Bull og Mercedes vann meistaratitilinn. Keppnin fer fram á sunnudag eftir tímatökur. ■

Vísindagrín sem eldist eins og gott vín

Við tækið

ninarichter@frettabladid.is

Í febrúar bárust þær gleðifréttir úr tvíviðum heimi teiknimyndanna að ný þáttaröð af Futurama væri væntanleg árið 2023. Futurama eru systurþættir Simpson-fjölskyldunnar, þar sem Matt Groening og félagar hans fá útrás fyrir djúpnördinn í sjálfum sér. Stærðfræðibrandarar og vísindaskáldsögugrín, í bland við kynjapólitík og vangaveltur um fáránleika mannlegrar tilvistar á fjarlægri 31. öldinni eru í fókus í þessum drepfyndnu þáttum. Þættirnir búa þó yfir slíku persónugalleríi að þeir geta hæglega farið á dýptina og brætt frosin hjörtu í volga polla. Samband geimkapteinsins Leelu og tímaferðalangsins Fry er á pari við ástarsögur heimsbókmenntanna. Vélmennið Bender



Samband kapteinsins Leelu og ferðalangsins Fry er á pari við ástarsögur.

» Futurama eru systurþættir Simpson-fjölskyldunnar

sem býður fólki að bíta í skínandi stálrassinn á sér og hinn þokkafulli læknir dr. Zoidberg eru vinir sem er dásamlegt að endurnýja kynnin við. Þættirnir eldast eins og gott vín og allur katalógurinn er aðgengilegur á streymisveitunni Disney+. ■

SAMSTÖÐUTÓNLEIKAR MEÐ ÚKRAÍNU

Sinfóníuhljómsveit Íslands í Hörpu

24. mars kl. 19.30

Valentin Silvestrov
Sendiboðinn (Der Bote)

Johann Sebastian Bach
Erbarme dich, mein Gott
úr Matteusarpassíunni

Wolfgang Amadeus Mozart
Fiðlukonsert nr. 5

Ludwig van Beethoven
Sinfónía nr. 7

Fimmtudaginn næstkomandi heldur Sinfóníuhljómsveit Íslands sérstaka samstöðutónleika með úkraínsku þjóðinni og mun allur ágóði af miðasölu tónleikanna renna óskiptur til hjálpar Úkraínu.

Meistaraverk eftir þrjú af dáðustu tónskáldum sögunnar hljóma á þessum tónleikum ásamt verki eftir úkraínska tónskáldið Valentin Silvestrov. Hljómsveitarstjóri er Kornilios Michailidis og einleikari er Simos Papanas, einn fremsti fiðluleikari Grikklands.

Einsöngvari er Hildigunnur Einarsdóttir og kynnir er Halla Oddný Magnúsdóttir.

Njóttu kvöldstundar með Sinfóníunni og leggðu í leiðinni þitt af mörkum til stuðnings úkraínsku þjóðinni.

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT ÍSLANDS

Miðasala
sinfonia.is

Sími
528 5050

KONTOR REYKJAVÍK

Tilkynnt um þrjá efstu í World Car 2022

njall@frettabladid.is

Það er engum blöðum um það að fletta að rafdrifnir blendingsbílar eru vinsælir bæði hjá kaupendum og dómnefndum. Tilkynnt var á fimmtudag um hvaða þrír bílar eru í efstu sætunum í valinu á Heimsbíl ársins 2022, en þeir eru allir í sama flokki. Allir eru þeir sportlegir blendingsbílar og aðeins framleiddir rafdrifnir. Einn þeirra var nýlega valinn bíll ársins í Evrópu, en það er Kia EV6, annar er byggður á sama grunni og hann sem er Hyundai Inoiq 5 og sá þriðji er beinn keppinautur þeirra, Mustang Mach-E.

Einnig er tilkynnt um hvaða þrír bílar eru efstir í öðrum flokkum valsins, en Hyundai Ioniq 5 er einnig í úrslitum á rafbíl ársins ásamt Audi E-Tron GT og Mercedes-Benz EQS. Hann er líka í úrslitum sem Hönnun ársins ásamt Audi E-Tron GT og Kia EV6. Audi E-Tron GT er einnig í mörgum flokkum því að hann er í úrslitum sem Sportbíll ársins ásamt BMW M3/M4 og Toyota GR86/Subaru BRZ. Um hituna í flokki lúxusbíla keppa svo BMW iX, Mercedes-Benz EQS og Genesis GV70. Í Borgarbíl ársins eru svo loks bílar eins og Opel Mokka, Toyota Yaris Cross og Volkswagen Tiguan að keppa til úrslita. Eins og sjá má af þessari upptalningu eru rafbílar mjög áberandi í valinu að þessu sinni. Tilkynnt verður um hver hlýtur titilinn Heimsbíll ársins á bílasýningunni í New York þann 13. apríl næstkomandi. ■

Hyundai Ioniq 5 er í úrslitum í þremur flokkum sem eru aðalvalið, rafbíll ársins og hönnun ársins. MYND/TRYGGVI ÞORMÓÐSSON

EQS rafjepplingurinn við prófanir í Svíþjóð þar sem blaðamaður Autocar fékk að prófa bílinn.

Mercedes sýnir fyrstu myndir af EQS jepplingnum

njall@frettabladid.is

Þó að nýr EQS jepplingur verði ekki frumsýndur fyrr en seinna á þessu ári hefur Mercedes látið frá sér fyrstu myndir af bílnum í léttum felubúningi.

Um sjö sæta rafjeppling er að ræða sem keppa mun við BMW iX og Tesla Model X. Myndirnar sýna einnig innréttingu bílsins sem verður með sama 55 tommu skjá og er í EQS fólksbílnum.

Innréttingin er líka að mestu leyti sú sama og í EQS en bíllinn fær afþreyingarpakkann úr honum líka með tveimur 11,6 tommu skjám fyrir farþega í aftursætum.

Framendi bílsins er með líkindi við EQA og bíllinn er búinn hefðbundnum hliðarspeglum. Einnig mun vera von á Maybach lúxusútgáfu við frumsýningu bílsins. ■

Rafdrifin Ford Puma kemur 2024

Ford notar nú samstarf sitt við Volkswagen til að rafvæðast og hefur kynnt að von sé á þremur jepplingum og fjórum sendibílum fyrir 2024.

njall@frettabladid.is

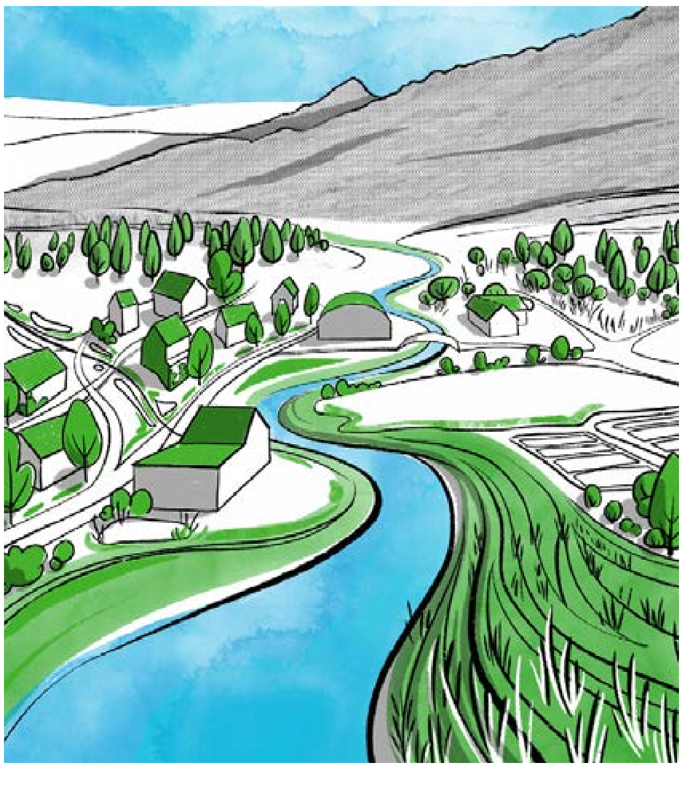
Ford hefur sent frá sér áætlanir sínar um rafbílavæðingu næstu ára og meðal þess sem er að vænta er rafdrifin Puma árið 2024. Annað sem er á leiðinni eru tveir stærri jepplingar ásamt fjórum sendibílum. Stærri jepplingarnir munu fá MEB undirvagninn frá Volkswagen sem er í ID.4 en Puma mun þó líklega nota sama undirvagn áfram með breytingum fyrir rafbíl. Talað er um drægi yfir 320 km svo að hann mun keppa við bíla eins og Opel Mokka og Peugeot e-2008. Ford Puma hefur verið vinsæll bíll hjá Ford og selst betur en Fiesta á Bretlandseyjum.

Fyrsti bíllinn sem verður frumsýndur í þessum hópi er þó stærri jepplingur en Puma og er um fimm sæta jeppling að ræða í sama flokki og ID.4. Sá bíll verður með 500 km drægi og verður frumsýndur í lok þessa árs, en hann fer í sölu á næsta ári. Á myndum sem Ford hefur látið frá sér má sjá að ljósin eru ný og sitja hærra, sem gefur fyrirheit um alveg nýtt útlit. Bíllinn hefur ekki fengið nafn enn þá og verður það líklega ekki tilkynnt fyrr en hann verður frumsýndur. Sportlegur jepplingur verður einnig frumsýndur 2024 líkt og Ford Puma. Sendibílarnir munu fá MEB undirvagninn sem verður undir VW Buzz og kemur sá fyrsti árið 2023. ■

Ford mun koma með þrjá nýja jepplinga á næstu tveimur árum til viðbótar við Mustang Mach-E. MYNDIR/FORD

» **Sendibílar munu fá MEB undirvagninn sem verður undir VW Buzz.**

Ný rafdrifin Puma er væntanleg eftir tvö ár og af myndinni að dæma mun útlitið ekki breytast mikið að framan allavega.



Svæðisskipulag Austurlands 2022-2044 – tillaga til kynningar

SSA AUSTURBRÚ

Sameiginleg framtíðarsýn fyrir Austurland

Tillaga að svæðisskipulagi Austurlands til ársins 2044 verður birt í samráðsgátt stjórnvalda þann 21. mars og verður **aðgengileg til 21. apríl.**

Í tillögunni er skilgreind sameiginleg framtíðarsýn fyrir landshlutann. Tilgangurinn er að samstilla stefnu sveitarfélaga á Austurlandi á sviði umhverfis, efnahags, samfélags og menningar og tryggja þar með sjálfbæra þróun, komandi kynslóðum í hag.

Kynning tillögunnar er á grundvelli 2. mgr. 23. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 og 13. og 14. gr. laga um umhverfismat framkvæmda og áætlana nr. 111/2021.

Öllum er frjálst að senda inn umsagnir og þeim skal skila inn rafrænt í samráðsgátt (samradsgatt.island.is) eða á netfangið svaedisskipulag@austurbru.is.

Nánari upplýsingar um Svæðisskipulag Austurlands 2022-2044: austurbru.is

Svæðisskipulagsnefnd SSA

RAFMAGNAÐUR

ALVÖRU JEPPI FYRIR FJÖLL OG FJÖLSKYLDUR!

JEEP COMPASS TRAILHAWK®

4xe

PLUG-IN HYBRID

ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

Trailhawk® er torfæruútgáfa með lágu drifi, læsingu á milli fram- og afturhjóla, 5 drifstillingum; Auto, Snow, Sport, Sand&Mud og Rock ásamt stálhlífðarplötum.

Jeep Compass er troðfullur af aukabúnaði; 360⁰ myndavél, rafdrifin leðursæti, snertilaus opnun á afturhlera, fjarlægðarstilltur hraðastillir, 10,1" snertiskjár með leiðsögukerfi, blindhorns- og akreinavari.

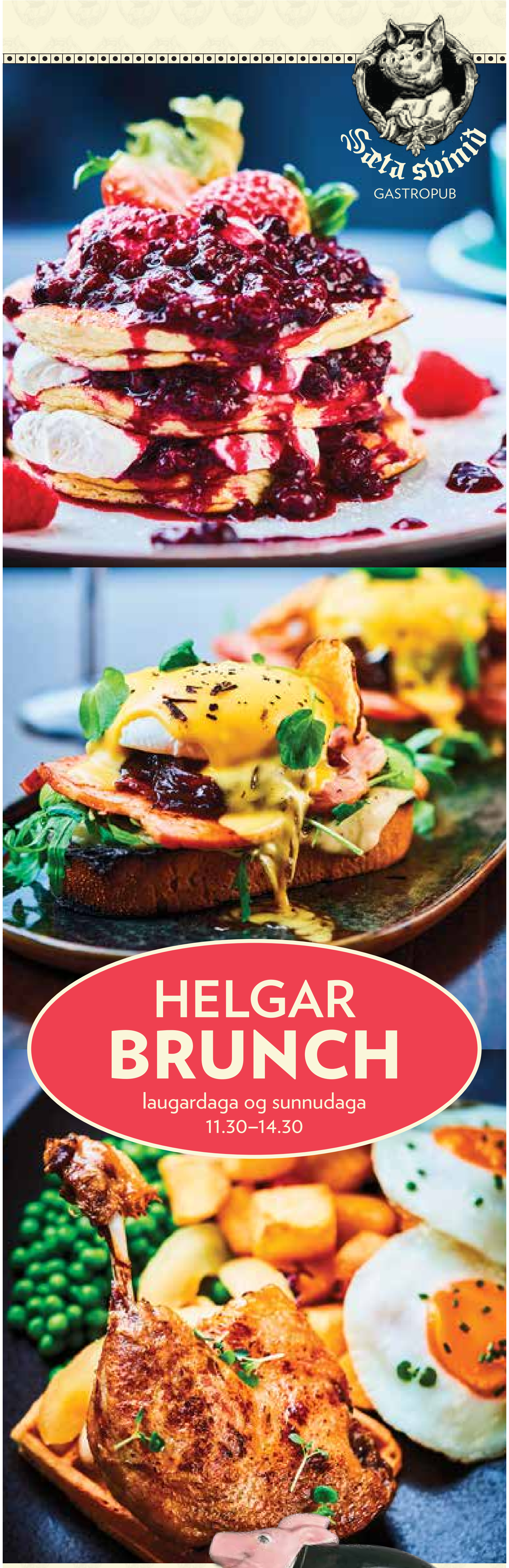
Jeep 4xe plug-in hybrid jepparnir henta fjölskyldum við íslenskar aðstæður um allt land.

EIGUM BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX!

ISBAND

UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR
S. 590 2300 • JEEP.IS • ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16

Jeep®



NÝR OG SPENNANDI SEÐILL

Eggs benedict, amerískar pönnukökur, mega brunch og fleiri girnilegir réttir.

Matseðill og borðapantanir á **saetasvinid.is**

SÆTA SVÍNIÐ // Hafnarstræti 1-3 / Sími 555 2900 / **saetasvinid.is**

Sviðslistahópurinn Toxic Kings frumsýnir í Borgarleikhúsinu í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hættulegast í heiminum er niðurlægður karlmaður

How to make love to a man er ný sýning um tilfinningar karlmanna, eftir fjóra unga sviðslistamenn. Þeir Andrés, Ari, Helgi og Tómas rýndu í eigin karlmennsku og félagsmótun og gerðu ýmsar uppgötvanir.

ths@frettabladid.is

Sviðslistahópurinn Toxic Kings, sem samanstendur af Andrési P. Þorvaldssyni, Ara Ísfeld Óskarssyni, Helga Grími Hermannssyni og Tómasi Helga Baldurssyni, frumsýnir sýninguna How to make love to a man í Borgarleikhúsinu í kvöld, laugardag, í samstarfi við grasrótarverkefnið Umbúðalaust.

Ari: „Þetta byrjaði á því að ég sá þessa bók uppi í bókahillu hjá mér, How to Make Love to a Man, sem er kynlífs- og sjálfshjálparbók frá 1981 fyrir konur, um það hvernig á að elska karlmenn. Mér fannst það dálítið fyndið þannig að ég byrjaði að lesa hana og það kom mér á óvart að hún fjallar um það að karlar vilja líka hafa tilfinningar og rómans. Út frá því hóaði ég í þessa stráka og þá byrjuðum við að tala saman og ákváðum að sækja um Umbúðalaust.“

Blaðamaður hitti strákana í æfinga- og sýningarrými þeirra á þriðju hæð Borgarleikhússins, innan um leikmuni á borð við fjall af dekkjum og varning merktan Toxic Kings. Strákarnir eru greinilega mjög afslappaðir í kringum hvern annan enda segir Helgi það skipta miklu máli í svona ferli að kynnast vel.

Helgi: „Þegar maður er að vinna í svona hóp þá er svo ógeðslega mikilvægt að byrja á því að kynnast, af því að listir eru í raun og veru eins og hver önnur hópíþrótt. Afurðin verður bara eins sterk og hópurinn. Við byrjuðum á að hittast svona einu sinni til tvisvar í viku í kannski eitt ár. Við stofnuðum bara saumaklúbb þar sem við töluðum um tilfinningar, settum á okkur kynjagleraugu og fórum svo út í daglegt líf og rýndum í nærumhverfi okkar og félagsmótun.“

> ”
> Það sem mér finnst við hafa grætt mest á er einlægnin sem við höfum skapað innan hópsins.
>
> Helgi

Mósaík með leikþáttum

Strákarnir hafa allir verið í sviðslistanámi og að sögn Helga eru félagar hans með bakgrunn í samsköpunarverkum (e. devised) á meðan hann sjálfur hefur aðallega einblínt á skrif.

Helgi: „Þannig að við erum búnir að vera að framleiða með alls konar mismunandi miðlum og mismunandi aðferðum. Fyrir vikið er sýningin mjög fjölbreytt mósaík, við erum með myndræn atriði sem endast kannski í fimm mínútur og fá mann til að hugsa og svo erum við með leikþætti líka.“

Tómas segir hefðbundnar birtingarmyndir karlmennskunnar hafa verið eitt af því sem þeir einblíndu mest á í ferlinu.

Tómas: „Þessi performatíva karlmennska var svolítið svona lykillinn og líka hvaða vopn við höfum í vopnabúrinu til að takast á við okkur sjálfa. Eins og við erum búnir að komast að, þá er það hættulegasta í heiminum í dag þessi niðurlægði karlmaður. Karlmaður sem upplifir sig niðurlægðan. Hvernig getum við komið í veg fyrir það? Við þurfum að byrja inn á við, skoða okkur og hvernig við leikum þetta hlutverk.“

Margslungið að vera karlmaður

Spurðir um hvort þeir hafi endurskoðað karlmennsku sína í gegnum ferlið segir Andrés svo vera, jafnvel þótt þeir hafi talið sig vera nokkuð mjúka menn fyrir.

Andrés: „Maður finnur fyrir því að maður verður var við alls konar tilfinningar í kringum sig hjá vinahópnum og fólki í kringum mann. Við töluðum um feður okkar og kynslóðaskiptin, hvernig kynslóðin okkar tekst á við tilfinningar og hvernig þeir gerðu það.“

Helgi: „Það sem mér finnst við hafa grætt mest á er einlægnin sem við höfum skapað innan hópsins. Við erum sjálfir búnir að berskjalda okkur hver fyrir öðrum, það er kannski einhver lærdómur sem maður tekur út úr þessu.“

En þegar kemur að stóru spurningunni, hvað það sé að vera karlmaður, er svarið ekki svo einfalt.

Ari: „Ég veit það ekki, ég held það sé ekki hægt að súmmera upp hvað það er að vera karlmaður, af því það er eitt sem samfélagið vill og annað sem maður sjálfur vill. En það er margslungið bara eins og að vera manneskja.“ ■

OPIÐ HÚS
Sunnudaginn 20. mars kl. 14 - 18

NÝTT!

NÝJAR ÍBÚÐIR Í 104 REYKJAVÍK

VOGABYGGÐ

SÚÐARVOGUR 2-4 – DUGGUVOGUR 15-19 - KUGGAVOGUR 16A-24A

- Fullbúnar íbúðir
- Gólfhiti
- Quarts borðplötur
- Gólfsíðir gluggar
- Ísskápur
- Uppþvottavél
- Þvottavél
- Þurrkari
- 57 - 165 fm
- Verð frá 54,5.

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA

Erla
Lögg. fasteignasali
692 0149
erla@fastlind.is

Hannes
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is

Hlynur
Lögg. fasteignasali
697 9215
hlynur@fastlind.is

Sigrún
Lögg. fasteignasali
773 7617
sigrun@fastlind.is

Diðrik
Lögg. fasteignasali
647 8052
didrik@fastlind.is

Auður
Lögg. fasteignasali
848 2666
audur@fastlind.is

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

Gunnar
Lögg. fasteignasali
776 3848
gunnarvil@fastlind.is

Arinbjörn
Í námi til löggildingar
822 8574
arinbjorn@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!** Afslátturinn gildir ekki á útsölum.

Eldgosið gaf gjafir sem halda áfram að gefa

Írskur ljósmyndari sem búsettur er á Íslandi minnist fyrstu viðbragða sinna við eldgosinu í Geldingadölum fyrir ári síðan. Hún segir ljósmyndirnar sem hún tók af eldgosinu úr flugvél Haraldar Diego heitins hafi markað vatnaskil á ferlinum.

ninarichter@frettabladid.is

Cat kveðst eiga eldgosinu mikið að þakka. MYND/NORRIS NIMAN

Írski ljósmyndarinn Cat Gundry-Beck hefur verið búsett hér á landi um árabil. Hún sérhæfir sig í tísku- og auglýsingaljósmyndun og myndir hennar hafa meðal annars verið á forsíðu New York Times og í breska Vogue.

„Ég hafði átt sturlaðar vinnuvikur og ætlaði loksins að slaka á í bústað í þrjá daga. Fimm klukkustundum eftir að ég mæti í bústaðinn sýndi vinkona mín mér fréttaljósmynd í símanum sínum. Ég sá bara eitthvað sem ég hélt að væru borgarljós,“ segir Cat, og bætir við að hún hafi ekki skilið íslenska textann með fréttinni. „Vinkona mín hélt áfram að horfa á mig og senda mér svip, en hún var sjálf í svo miklu sjokki að hún gat ekkert sagt. Þá fyrst fattaði ég hvað hafði gerst,“ segir hún og hlær. „Ég sótti símann minn og var með tvö ósvöruð símtöl frá vini mínum sem er jarðfræðingur.“

Hló og grét í flugvélinni

Þetta setti af stað atburðarás þar sem hlutirnir gengu hratt fyrir sig. Cat hringdi í flugfélög til að komast að gosinu og náði sambandi við flugmanninn Harald Diego, sem lést í flugslysi á Þingvallavatni þann 3. febrúar síðastliðinn. „Við vorum meðal fyrstu almennu borgara sem sáu gosið. Ég beið í bílnum við flugskýlið eftir að opnað væri fyrir loftumferð um svæðið. Það gerðist klukkan tólf á hádegi, ég bókstaflega hljóp út úr bílnum og upp í vél. Við Halli vorum komin í loftið eina mínútu yfir tólf. Halli gaf mér þarna dag sem ég mun aldrei gleyma,“ segir Cat. „Ég sat í flugvélinni, tók myndir og grét og hló til skiptis.“

Cat hafði áður tekið að sér verkefni fyrir fréttastofu Reuters, og meðal annars ljósmyndað íbúa í Grindavík í tengslum við aukna skjálftavirkni og yfirvofandi eldgos. Hún var því vel tengd þegar kom að því að koma myndunum í dreifingu.

„Myndirnar rötuðu á forsíðu New York Times,“ segir Cat. „Það var algjörlega magnað. Þær rötuðu líka á forsíðu The Guardian og CNN, og fleiri staði,“ segir hún.

Rétt áður en dósin hvarf í hraunið. MYND/CAT GUNDRY-BECK

Hraunið gleypti dósirnar

Morguninn eftir fór Cat fótgangandi að gosinu. Hún segist hafa tekið með sér gosdósir frá framleiðanda sem hún hafði verið að vinna fyrir. „Ég vissi að ég þyrfti að hafa einhvern auglýsingavarning meðferðis, til að nota tækifærið, svo að ég greip þær bara. Svo kom ég þeim fyrir á nýstorknuðu hrauninu og tók myndir. Það fór ekki betur en svo að hraunið gleypti dósirnar svo að þær hurfu, og ég var alveg eyðilögð yfir að menga íslensku náttúruna með þessum hætti,“ segir hún og hlær. „En myndirnar voru einstakar og eru í dag sterkustu myndirnar í möppunni minni, og ég er endalaust bókuð í tökur út á þær.“ Myndirnar voru notaðar í auglýsingaherferð hjá fyrirtækinu í framhaldinu.

Tilnefnd til ljósmyndaverðlauna

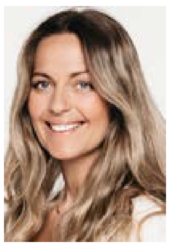
Næstu vikur fór Cat ellefu sinnum að hrauninu, og í hvert skipti tók hún með sér módel eða auglýsingavarning. Hún tók meðal annars sjálfsmynd af sjálfri sér í tískufatnaði, sem tilnefnd var til tískuljósmyndaverðlauna. „Fólk í bransanum þekkir mig út af þessari mynd, sem er dýrmætt. Eldgosið gaf mér stórar gjafir sem halda áfram að gefa,“ segir hún. ■

Ísbirnir með neglu í Norræna húsinu

ninarichter@frettabladid.is

Forspil að framtíð er leiksýning fyrir börn sem frumsýnd er í Norræna húsinu um helgina. Sérstaða verksins er meðal annars fólgin í gervigreindarforriti sem sér um hljóðheim og tónlist verksins.

Ævar Þór Benediktsson, leikari og rithöfundur, og Kjartan Ólafsson tónlistarmaður eru höfundar leikverksins Forspil að framtíð, þar sem stuðst er við fjórar þjóðsögur frá Norðurlöndunum og þær settar í sagnaform. Svandís Dóra Einarsdóttir leikkona fer með öll hlutverk á sviðinu en gervigreindin Calmus, sem Kjartan Ólafsson þróaði, leikur einnig stóran þátt í verkinu.



Svandís Dóra Einarsdóttir, leikkona

„Þessi gervigreind getur búið til tónlist úr hverju sem er og Kjartan býr til tónlistina á staðnum. Þetta er þannig ekki hefðbundið hljóð-„kjú“, eins og er oftast á leiksýningum, heldur er hann að búa til og mixa tónlistina á staðnum,“ segir Svandís Dóra.

„Hann er búinn að fanga hljóðið sem norðurljósin gefa frá sér, við köllum það norðurljósahljómkviðu. Svo er hann búinn að fanga ísbjarnahljóð og búa til hljóð úr því,“ segir hún.

Að sögn Svandísar Dóru er sýningin nærandi sýning á krefjandi tímum. „Við þurfum eitthvað gott í hjartað, þessi sýning er þannig. Hún vonandi gefur krökkum innblástur til að virkja ímyndunaraflið og sjálfstraustið,“ segir hún. „Að finna hugrekkið sitt, þora að vera við sjálf. Ég held að það sé rosa gott alltaf en sérstaklega eftir Covid, að fá að fara inn í leikhús og fara inn í töfraheim og labba út,“ segir Svandís Dóra og bætir við að verkið sé aðeins sýnt um þessa helgi og þá næstu. ■

ÚTBOÐ

HVALFJARÐAR SVEIT

Hvalfjarðarsveit óskar eftir tilboðum í heildarhönnun verkfræðinga- og landslags- hönnunar vegna viðbyggingar við íþróttahúss Heiðarborgar ásamt tengingum við núverandi byggingu. Tilboð skal fela í sér fullnaðarhönnun verkfræðinga á öllum verkþáttum sem nauðsynlegir eru til að fullgera bygginguna tilbúna til notkunar auk landslagshönnunar.

Verkið skal vinna samkvæmt útboðs- og verklýsingu, ásamt þeim gögnum sem þar er vísað til.

Gögn verða send bjóðendum. Senda skal póst á hvalfjardarsveit@hvalfjardarsveit.is og tilgreina netpóst sem gögnin verða send á.

Tilboði skal skilað í síðasta lagi kl. 16:00, fimmtudaginn 31. mars 2022.

Miðstöð íslenskra bókmennta auglýsir eftir umsóknum um Nýræktarstyrki

sem veittir eru fyrir skáldverk höfunda sem eru að stíga sín fyrstu skref á ritvellinum.

Umsóknarfrestur er til 15. apríl 2022.

Allar nánari upplýsingar og umsóknareyðublöð á www.islit.is

MIÐSTÖÐ ÍSLENSKRA BÓKMENNTA

Sígildir sigurvegarar

Risa Eitt Sett var nýlega valið **besti nýliðinn** á Nammitips. **Eitt Sett** er að sjálfsögðu líka til sem unaðslegt páskaegg. Annar sigurvegari er okkar sígilda og ómótstæðilega **Nóa Kropp** sem var valið **mest ávanabindandi nammið** á Nammitips. Hvort eggið ætlar þú að fá þér?

cocoa HORIZONS

NÓI SÍRÍUS

Skotgrafaumræður

Frétt vikunnar

María Rut Kristinsdóttir,

arnartomas@frettabladid.is

Straumhvörf í viðhorfi Íslendinga til alþjóðasamstarfs, er frétt vikunnar að mínu mati. Hörmungarnar í Úkraínu eru auðvitað í brennidepli en árás Pútíns á Úkraínu er, eins og Selenskíj forseti Úkraínu hefur sjálfur sagt, árás á grunngildi okkar um fullveldi, lýðræði, mannréttindi og frið. Þau lönd sem þegar eru innan vébanda NATO og ESB anda líklega léttar en þær þjóðir sem standa fyrir utan. Úkraína, Georgía og Moldóva vilja ganga í Evrópusambandið sem stofnað var á grundvelli friðar, mannúðar og efnahagslegrar samvinnu. Svo sagan um voveiflegt stríð í Evrópu endurtaki sig ekki. Eðlilega rumska þá Íslendingar, þegar það raungerist og spyrja sig hver fórnarkostnaðurinn sé við að standa fyrir utan slíkt friðar- og lýðræðisbandalag. Skoðanakönnun Gallup þar sem meirihluti aðspurðra var hlynntur ESB aðild er því stórfrétt.

Ágætt væri að fram færi málefnaleg umræða um kosti og galla aðildar sem ekki er föst í skotgröfum eða drullumalli. Innihaldslaus hræðsluáróður dugir ekki lengur til. Þjóðin virðist vera farin að sjá í gegnum hann. Á léttari nótum er aðeins eitt stig sem skilur að Liverpool og City, mikilvægt að minnast á það. ■

> Innihaldslaus hræðsluáróður dugir ekki lengur til.

María Rut er kynningarstýra UN Women á Íslandi. MYND/HLYNUR HÓLM

GusGus meðlimirnir Margrét, Daníel og Biggi ásamt Réza Kalfane og Dominique Lamule í útgáfuhófi. MYND/AÐSEND

Sviti, hiti og sviðsreykur GusGus í 25 ára afmælisbók

Réza Kalfane er meðhöfundur nýrrar ljósmyndabókar um íslensku rafsveitina GusGus, sem markað hefur djúp spor í íslenska tónlistarsögu. Hljómsveitin var stofnuð árið 1995 og hóf ferilinn sem fjöllistahópur og er saga sveitarinnar samofin sögu margra af fremstu listamönnum landsins.

ninarichter@frettabladid.is

Ljósmyndarinn Réza Kalfane kom fyrst til Íslands árið 2012 og kveðst umsvifalaust hafa orðið ástfanginn af náttúru landsins. Hann sá rafhljómsveitina GusGus leika á Airwaves og síðan hefur mikið vatn runnið til sjávar, en í vikunni kom út önnur ljósmyndabók Réza um sveitina. Bókina vann Réza í samvinnu með unnustu sinni, grafíska hönnuðinum Florence Larbey. Útgáfan er í tilefni 25 ára afmælis sveitarinnar sem fagnað verður með stórtónleikum í Hörpu um helgina.

Fastagestir á gólfum landans

Fjöldi Íslendinga á snertifleti við tónlist GusGus, en sveitin á fjölda slagara sem hljóma á dansgólfum landans um hverja einustu helgi og hafa gert síðan bandið var stofnað.

Bókinni er ætlað að reifa sögu sveitarinnar með sterku myndmáli auk þess sem stutt textabrot og minningar má finna innan um svita og sviðsreyk.

Bókverkið er fallegt og umgjörðin einkennist af fagurfræði raftónlistarinnar, sem lýsir sér í einföldum formum, svo sem hljóðbylgjum og síðast en ekki síst dáleiðandi rökkri. Bókarkápan og bókarhlutar eru prentaðir á svartan pappír og notast er meðal annars við silfurblek í prentuninni.

Daníel Ágúst og Biggi árita bókina. MYND/AÐSEND

Útgáfan er í 800 eintökum og er í tilefni af 25 ára afmæli GusGus.

Fágæt aðferð í fallegu verki

Bókverkið er að sögn Réza einstakt, en eintökin komu víða við til að ná útkomunni. „Kápan er frá Sviss og bókin er framleidd í Vestur-Frakklandi. Þetta er einstaklega fágæt hönnun, vegna þess hvernig pappírinn er framleiddur. Þrykkið framan á bókinni var framleitt í París, af því að vélarnar sem geta gert þetta eru sjaldgæfar,“ útskýrir hann.

Þetta er ekki í fyrsta sinn sem Réza gerir bókverk til heiðurs sveitinni.

„Við höfðum þegar gert bók fyrir fimm árum og notuðum þar sjaldgæfar prentaðferðir, eins og við gerum í dag. Sem dæmi má nefna silfurblek á svartan pappír, sem er ekki algeng aðferð í ljósmyndaprentun. En við notuðum þetta fyrir myndir sem voru einstakar og erfitt að komast yfir,“ segir hann.

Tók á annað ár að safna

„Eins og þú sérð er bókin risastór. Við þurftum að biðja fólk að senda okkur myndir en hér eru myndir frá öllum ferlinum sem spannar 25 ár. Við þurftum að spyrjast heilmikið fyrir og ég hafði samband við rúmlega tvö hundruð manns. Þetta var ofsalega mikil vinna,“ segir hann.

„Það tók eitt og hálft ár að safna öllum gögnum fyrir verkefnið og svo slógum við upp söfnun á Karolina Fund. Það var gríðarlega dýrt að framleiða þetta,“ segir Reza en er að sama skapi mjög ánægður með útkomuna.

Upplagið er aðeins átta hundruð eintök og ekki stendur til að framleiða fleiri. Fjöldi eintaka er þegar seldur. Hægt verður að nálgast eintök á afmælistónleikum GusGus í Hörpu um helgina. ■

AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðmundur Örn Jóhannsson *gudmundur@torg.is*, **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Andrés Bertelsen *andres@frettabladid.is*, Auður Húnfjörð *audur@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*

Tryggðu þér miða!

leikhusid.is

Pantaðu tíma í ráðgjöf til að hanna þitt draumabaðherbergi

Innréttingarnar frá JKE fullkomna rýmið, eru í hæsta gæðaflokki og sniðnar að þínum þörfum. Hvort sem þig vantar innréttingu fyrir eldhús, baðherbergi eða þvottahús þá er JKE með lausnina fyrir þig.

Bókaðu tíma sem hentar þér á BYKO.is

Ánægðustu viðskiptavinirnir

5 ár í röð!*

Takk fyrir!

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

*Skv. könnun Íslensku ánægjuvogarinnar ***2017, 2018, 2019, 2020*** og ***2021*** á ánægju viðskiptavina á byggingavörumarkaði.

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Verslaðu á netinu byko.is

frettabladid.is
550 5000
RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is
AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is
PRENTUN Torg ehf.
DREIFING Póstdreifing ehf.
dreifing@postdreifing.is

Bakþankar

Margrétar Kristmannsdóttur

Veikt fólk og kerfið

Árið 1962 fæddust frænkur sem báðar fengu nafnið Margrét – skírðar í höfuðið á sitthvorri ömmunni. Lífið brosti við þeim framan af en þegar þær voru rúmlega fertugar fór að bera á veikindum hjá annarri þeirra – og á ótrúlega stuttum tíma var hún komin í hjólastól og fljótlega háð öðrum um alla þjónustu. Hún reyndist vera með sjaldgæfa tegund af MS – síversnun og liggur leiðin stöðugt niður á við.

Til að gera langa og erfiða sögu stutta var þessi frænka mín á hrakhólum eftir að sveitarfélagið hennar treysti sér ekki til að annast hana lengur heima við – og í dag býr hún á hjúkrunarheimilinu Seltjörn. Þar er vel hugsað um allar hennar líkamlegu þarfir, en hún er 59 ára gömul og gert að búa á elliheimili.

Ég kíkti í heimsókn til hennar síðastliðinn föstudag og eftir að hafa spjalla saman gat ég staðið upp, labbað út og keyrt af stað inn í helgarfjörið. Eftir sat frænka mín bundin í hjólastól og félagsskapurinn sem beið hennar voru gamalmenni á endastöð lífsins.

Það hefur oft verið rætt um að skynsamlegt sé að sameina sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu, en lítill vilji virðist til þess. En má gera þá kröfu að virkilega sé skoðað að sameina rekstur félagslega hlutans til að jafna byrðar, auka flæði og þjónustu við þá sem verst standa? Margrét frænka er föst í boxi og aukið flæði innan höfuðborgarsvæðisins myndi breyta öllu fyrir hana og þann fjölda sem er í svipaðri stöðu.

Við sem samfélag verðum að gera betur en að setja 59 ára einstakling á elliheimili. Það er ekki samboðið okkur sem þjóð að fólk sé að berjast við erfiða sjúkdóma og á sama tíma við kerfi þar sem „tölvan segir nei“. ■