

## Sundið og edrúmennskan

Reynir Jónasson er níræður og eldsprækur og þakkar það SÁA og sundferðum. > 28



## Þurfti að hugsa sig vel um

Ragnhildur Gísladóttir stendur í fyrsta sinn á ferlinum ein á sviðinu. > 30



Bara ávextir, ekkert annað.



# FRÉTTABLAÐIÐ

214. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

LAUGARDAGUR 24. SEPTEMBER 2022

## Mamma hefði orðið mjög ánægð

Björk Guðmundsdóttir segir frá lífinu undir frægðarsólinni og samstarfinu við börnin sín, Ísáðóru og Sindra, á nýju plötunni þar sem er að finna tvö lög um móður hennar sem féll frá fyrir fjórum árum. > 24

MYND/VIÐAR LOGI

## Tímalausi töffarinn Taigo

Rúmgóður smábíll með frábæra aksturshæfni bæði til innanbæjaraksturs og á þjóðvegum landsins. — Verð 4.890.000 kr.

Hekla Laugavegi 174, 105 Rvk. — [www.volkswagen.is/taigo](http://www.volkswagen.is/taigo)





## Spáir ofsaveðri á Austurlandi

erlamaria@frettabladid.is

**VEÐUR** Fyrsta haustlægðin er væntanleg um helgina, en gular viðvaranir eru í gildi víða um land.

Áð sögn Þorsteins V. Jónssonar, veðurfræðings hjá Veðurstofnunni, kemur fyrsta haustlægðin alltaf svöltilt aftan að folki.



Þorsteinn V. Jónsson, veðurfræðingur hjá Veðurstofnunni

„Við eigum það til að gleyma að taka inn hluti sem eru úti í garði og þarf að koma í skjól. Lausamunir á borð við trampólín, grill og garðhúsgögn, sem þurfa að fara í skjól fyrir annað kvöld,“ segir Þorsteinn.

Þá sé mun verra veður væntanlegt á sunnudaginn.

„Þá er spáð hríðarveðri á Norðausturlandi og vetrarfærð á fjallvegum. Stormur eða rok undir Vatnajökli og víða á Austurlandi, og getur orðið ofsaveður þarna sums staðar og ekkert ferðaveður,“ segir Þorsteinn. Hann biðlar til fólks, þá sérstaklega þeirra sem eru á faraldsfæti, að fylgjast vel með viðvörnum Veðurstofunnar og Vega-gerðarinnar. ■

## Dansað í miðborginni



Hinn árlegi peysufatadagur kvennaskólans í Reykjavík var haldinn hátíðlegur í gær. Líkt og hefðin segir til um klæddu nemendur í þriðja bekk skólans sig upp í hefðbundna íslenska þjóðbúninga og héldu meðal annars á Ingólfstorg, þar sem þeir glöddu gesti með þjóðlegum dansi og söng. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Alþingi og lögregla voru skotmörkin

erlamaria@frettabladid.is

**LÖGREGLA** Fjórir Íslendingar á þrítugsaldri, sem sérsvéit ríkislögreglustjóra handtók í viðamiklum aðgerðum á þriðjudaginn, eru sagðir hafa verið að undirbúa árásir sem til stóð að framkvæma á næstu dögum.

Karl Steinar Valsson, yfirlögregluþjónn hjá embætti ríkislögreglustjóra, hefur staðfest að mennirnir hafi meðal annars beint sjónum sínum að Alþingi og árshátíð lögreglumanna, sem til stendur að halda í næstu viku.

Þeir eru grunaðir um undirbúning hryðjuverka og ólöglegan innflutning og framleiðslu skotvopna með þrívíddarprenturum, en tugir skotvopna og þúsundir skotfæra voru haldlögð í aðgerð lögreglu og sérsvéitar.

Einn þeirra manna sem voru handteknir í aðgerðunum losnaði



Karl Steinar Valsson, yfirlögregluþjónn hjá embætti ríkislögreglustjóra.

úr gæsluvarðhaldi einum sólarhring áður, en hann var handtekinn síðastliðinn þriðjudag. Sá var grunaður um vopnalagabrot, en hann var úrskurðaður í vikulangt gæsluvarðhald á fimmtudaginn. Þá var annar úrskurðaður í tveggja vikna gæsluvarðhald sama dag. Hinum tveimur var sleppt að lokinni skýrslutöku. ■

## Börn í Fossvogsskóla elska að hitta hundinn Trausta

Biðröð er fyrir utan vinnuver Helgu Helgadóttur í Fossvogsskóla tvisvar í viku, þegar hún kemur með sérþjálfaðan skólahund í vinnu. Krakkarnir biða í röðum eftir að lesa og spjalla við Trausta sem fær pepperóni að launum.

benediktboas@frettabladid.is

**SAMFÉLAG** Helga Helgadóttir, deildarstjóri stoðþjónustu í Fossvogsskóla, hefur fengið leyfi frá heilbrigðiseftirliti Reykjavíkur til að koma með hundinn Trausta í skólann. Nú geta börn komið og lesið fyrir hann, spjallað eða einfaldlega átt notalega stund. Trausti kemur tvisvar sinnum í viku, á miðvikudögum og föstudögum, og er yfirleitt biðröð af börnum til að líta inn til Helgu og Trausta, sem er sérþjálfaður skólahundur.

„Ég og Gunnar Jarl, maðurinn minn, fengum styrk bæði frá félagsmála- og menntamálaráðuneytinu, til að kaupa Trausta, sem þá var hvölpur. Hann er hreinræktaður Golden Retriever og er sérþjálfaður skólahundur,“ segir Helga. Hún var með annan hund í verkefni í Voga-skóla og eftir að hafa fengið öll tilskilin leyfi hefur Trausti komið í Fossvogsskóla og glatt þar börnin. „Við erum himinlifandi að hafa Trausta í vinnu og hann er að gera kraftaverk fyrir börnin okkar,“ segir Hafdis Guðrún Hilmarsdóttir skólastjóri en Trausti fær gæða pepperóni að launum.

Helga segir að börnin hafi tekið Trausta vel og séu yfirleitt mjög spennit yfir dögnum sem hann birtist, en hann er staðsettur í námsverinu í skólanum þar sem krakkarnir koma og læra í rólegheitum. „Það að vera í samvistum við hann hefur reynst mjög jákvætt fyrir nemendur.



Það er yfirleitt biðröð af börnum til að líta inn til Helgu og Trausta í námsverinu.

MYND/  
FOSSVOGSSKÓLA

hvað sem hún finnur vel fyrir.

„Það er auðveldara að nálgast nemendur með því að tala um hund. Það er frábær ísbrjótur. Af ýmsum toga er þetta mjög gagnlegt,“ segir hún og bætir við að svona úrræði ætti að vera í fleiri skólum.

„Krakkar tengja við dýr. Börn hafa langflest áhuga á dýrum og svo er mikið hægt að vinna með dýr. Þau hafa til dæmis ekki málið og nota annars konar tjáskipti til að tjá líðan og tilfinningar sem við lesur í. Börn eiga það sameiginlegt með dýrunum að eiga stundum í erfiðleikum með að tjá sig.

Mér finnst stundum eins og ég sé starfsmaður með ofurkrafta þegar ég er með hundinn. Þetta er svöltilt eins og að vera svindlkall með ofurkrafta úti á fótboltavelli,“ segir hún og hlær. ■



**Mér finnst stundum eins og ég sé starfsmaður með ofurkrafta þegar ég er með hundinn.**

Helga Helgadóttir, deildarstjóri í Fossvogsskóla

Sumir eru að koma gagnert til að lesa fyrir hann eða spjalla um daginn og veginn. Stundum þarf að ræða alls konar hluti og þá er gott að ræða það við hann. Trausti hefur róandi áhrif,“ segir Helga.

Þetta verkefni heitir Hundur í skóla – aukin vellíðan, sem er eitt-

**ENN HOLLARI OLÍA**  
það byrjar allt með fjórum fræjum

LESIEUR  
**iSIO 4**

4 GRAINES  
LÍN  
Omega 3  
VITAMÍN D&E

**OMEGA 3 & 6  
+ D- & E-VÍTAMÍN**

ORIGINE FRANCE



# Parket útsala



HÚSASMIÐJAN

FYRIR  
ÞIG

Allt parket

**30-50%**

afsláttur

**20%**

**Nilfisk**  
Háprýstidæla  
100 bör, 1,3KW,  
440 ltr./klst. 5254200

**14.390** kr  
~~17.990~~ kr



**HiKOKI**  
HIGH PERFORMANCE POWER TOOLS

Borvél, 18V  
100 fylgihlutir,  
2 stk, 2,5Ah Li-ion  
rafflöður, 13 mm  
patróna. 5247085

**37.480** kr  
~~49.978~~ kr



**25%**

**B**

**eta**  
since 1943  
Þvottavél,  
1400 sn.  
Kolalaus mótur,  
8 kg, 15 þvotta-  
kerfi. 1853100

**59.490** kr  
~~84.990~~ kr



**30%**

**B**

**LG**  
Þvottavél,  
1400 sn.  
Kolalaus mótur,  
7 kg, stærð:  
60x56,5x85 cm.  
1860474

**69.990** kr  
~~97.990~~ kr



**29%**



3 stk. af eigin vali  
**Calluna/Erikur**  
3 stk. af eigin vali. 10327400

**1.299** kr  
1stk. **599** kr



**PHILIPS**  
**hue**

**HUE Start Kit**  
Dimmanlegt hvítt ljós, sett með  
brú og tvær perur. 6167018

**13.990** kr



**Pottaplöntu-  
útsalan**  
Lýkur um helgina

**30-50%**  
afsláttur



Blöndunartæki

**25%**  
afsláttur



LADY málning

**25%**  
afsláttur

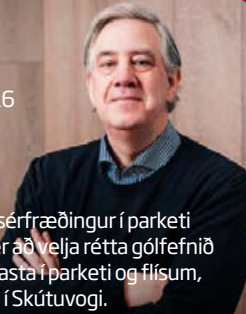
Ráðgjöf í Skútuvogi alla helgina í Húsasmiðjunni og Blómavali



Laugardag kl. 10-16

**Parket  
ráðgjöf**

Eggert Gottskálks, sérfræðingur í parketi  
og flísum hjálpar þér að velja rétta gólfefnið  
og sýnir allt það nýjasta í parketi og flísum,  
laugardag kl. 10-16 í Skútuvogi.



blómaval

Ráðgjöf alla helgina  
kl. 13-17

**Vilmundur  
Hansen**

Vilmundur verður í Skútuvogi um  
helgina og veitir ráðgjöf um haustlauka,  
kl. 13-17 alla helgina í Skútuvogi.





## Tölur vikunnar

6

úr róðra-  
deild  
Nökkva á  
Akureyri  
réru í kringum Hrisey.



86

störf munu flytjast með  
Útlendingastofnun frá  
Reykjavík til Reykja-  
nesbæjar gangi tillaga  
fjögurra þingmanna eftir.



27

fríðuð hús  
hafa verið  
rifin eða flutt með  
leyfi Minjastofnunar  
frá árinu 2017.



300

þúsund  
Rússar geta  
nú átt von á  
því að verða kvaddir í  
herinn.



50

prósent  
íbúa í Mýr-  
dalshreppi  
eru nú af erlendu bergi  
brotin.



## Þrjú í fréttum



Erla  
Bolladóttir

sakborningur í  
Guðmundar- og  
Geirfinnsmálinu

fékk dóms-  
mál sitt ekki  
endurupptekið.

„Niðurstaða endurupptökudóm-  
stóls er í rauninni óforsvaranleg,  
“ sagði Erla á blaðamannafundi.  
Erla er sú eina af þeim sex sem  
hlutu dóma í tengslum við málið  
sem hefur ekki fengið mál sitt  
endurupptekið. Á fundinum sagði  
Erla frá því að rannsóknarlög-  
reglumaður hefði nauðgað henni í  
gæsluvarðhaldi.



Hjörleifur H.  
Herbertsson

kosningastjóri hjá  
Flokki fólksins á  
Akureyri

hafnar ásök-  
unum þriggja  
flokksystra

sinna um að hafa beitt þær kyn-  
ferðislegu ofbeldi. „Þetta er tóm  
lygi, þessar konur eru svika-  
kvendi, en aftur á móti hef ég haft  
í flimtingum oftar en einu sinni að  
ég hafi aldrei tekið á konu nema  
undir sæng við eðlilegar aðstæður,  
“ sagði Hjörleifur.



Hildur  
Sverrisdóttir

alþingismaður  
Sjálfstæðisflokks

mælti fyrir  
frumvarpi um  
tæknifrjóvganir.  
„Frumvarpið

miðar að því að auka möguleika  
fólks til að verða foreldrar með  
hjálp tækninnar í krafti eigin  
ákvörðunarréttar,“ sagði Hildur  
sem segir að breyta þurfi núver-  
andi stöðu. „Reglur eru fyrir fólk  
og löggjafinn má ekki að vera  
hræddur við að endurskoða þær  
í takt við tímann,“ bætti Hildur  
við. ■

## Minni íbúðir lækka og sérbýli hækka

Minni íbúðir í fjölbýlishúsum  
lækkuðu nokkuð í verði á  
höfuðborgarsvæðinu í ágúst  
og nemur hækking síðustu tólf  
mánaða nú 18 prósentum en  
var 22 prósent í júlí.

olafur@frettabladid.is

**HÚSNÆÐISMÁL** Þetta er viðsnún-  
ingur frá síðasta mánuði. Sérbýli  
yfir 200 fermetrum, sem lækkaði í  
verði í júlí, hækkaði á ný í ágúst og  
nemur tólf mánaða hækking sérbýlis  
á höfuðborgarsvæðinu nú 37 pró-  
sentum, en 39 prósentum ef aðeins  
er horft til eigna sem eru meira en  
200 fermetrar. Þetta kemur fram í  
fasteignamælaborði Deloitte.

Í júlí var meðalfermetraverð  
seldra íbúða undir 80 fermetrum  
826 þúsund krónur. Í ágúst er fer-  
metrinn kominn niður í 793 þúsund  
krónur. Verðið er þó mjög misjafnt  
eftir hverfum. Hæst er það í Smára-,  
Linda- og Salahverfi í Kópavogi, 905  
þúsund, en lægst í Breiðholtinu, 576  
þúsund.

Í fjölbýli yfir 120 fermetrum er  
verðið hæst í miðborg Reykjavíkur,  
843 þúsund fermetrinn. Lægst er  
það í Breiðholti, í hverfi 109. Meðal-  
fermetraverð alls fjölbýlis er lægst í  
Breiðholti.

Á landsbyggðinni hækkaði fer-  
metraverð í fjölbýli milli júlí og  
ágúst og mest hefur hækkingin á  
landsbyggðinni síðustu tólf mánuði  
verið á Austurlandi, 48 prósent.

Hæsta fermetraverðið í fjöl-  
býli á höfuðborgarsvæðinu í ágúst  
var þegar 176 fermetra íbúð við  
Bryggjugötu við Austurbakka  
gömlu hafnarinnar í Reykjavík  
var seld á 270 milljónir. Fermetra-  
verð í þeirri sölu var 1,53 milljónir.  
Almennt er óalgengt að fermetra-  
verð íbúða yfir 80 fermetrum sé yfir  
einni milljón.

Í heildina nam söluverðmæti  
íbúða í fjölbýli á höfuðborgars-  
svæðinu 25,8 milljörðum króna og  
meðalfermetraverð var rösklega 717  
þúsund krónur. Nokkuð algengt var  
að fermetraverð smærri íbúða væri  
yfir einni milljón.



Verð á smærri íbúðum í fjölbýli lækkaði í ágúst og meðalverð á fermetra fór undir 800 þúsund krónur.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



176 fermetra fjölbýli  
og 92 fermetra sérbýli  
er með hæsta fermetra-  
verðið, ríflega 1,5  
milljónir.

Hæsta verðið á fermetra í sérbýli  
á höfuðborgarsvæðinu í ágúst var  
þegar 92 fermetra hús í Fossvogi var  
selt á 140 milljónir. Fermetraverðið  
nam 1,52 milljónum. Þetta virðist  
raunar ekki vera stórt sérbýli.

Annað sérbýli í Fossvogi, 219 fer-  
metra hús við Hadarland, seldist á  
245 milljónir, sem gefur fermetra-  
verð upp á ríflega 1,1 milljón. Fer-  
metraverð var undir milljón í öllum  
öðrum viðskiptum með sérbýli.

Meðalverð minni sérbýla á höf-  
uðborgarsvæðinu rauf 700 þúsund  
króna markid í ágúst. Hæst meðal-  
verð fermetra í sérbýli á höfuð-  
borgarsvæðinu var í Garðabæ, 749  
þúsund. Lægst var meðalverðið í  
Mosfellsbæ, 612 þúsund.

Heildarverðmæti í viðskiptum  
með sérbýli á höfuðborgarsvæð-  
inu í ágúst nam rösklega 8,5 millj-  
örðum og meðalfermetraverðið var  
672 þúsund krónur. ■

FÆRÐIN ER  
ALLTAF GÓÐ

Leyfðu Jeep® Wrangler Rubicon  
Plug-In Hybrid að spreyta sig á krefjandi  
slóðum. Leiðin verður rafmögnuð.

5 ÁRA ÁBYRGÐ 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á  
DRIFRAFLÓÐUNNI PLUG-IN HYBRID

EIGUM BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX!

ISBAND ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 590 2300  
ÓPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16

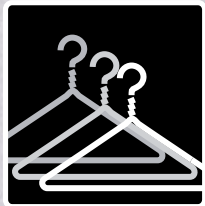
Jeep

4x4  
PLUG-IN HYBRID

JEEP.IS • ISBAND.IS







**Herra**  
*Lagerinn*  
outlet  
*líka fyrir konur*

**Troðfull verslun af merkjavöru  
frá eftirtöldum verslunum**

*Herra*  
**GARÐURINN**  
*-klæðir þig vel*  
KRINGLAN / SMÁRALIND

**BOSS**  
BOSS BÚÐIN KRINGLUNNI

**HANZ**  
KRINGLUNNI

**Mathilda**  
Kringlunni

**COLLECTIONS**  
Geirsgata 4 - 5194490 - við Hafnartorg

**40-60%**

**afsláttur af öllum vörum**



## Vilja tekjutengja umferðarsektir

erlamaria@frettabladid.is

**ALÞINGI** Sjö þingmenn, fimm úr Flokki fólksins og tveir úr Samfylkingunni, lögðu fram tillögu til þingsályktunar á Alþingi í gær um tekjutengingu sekta fyrir umferðarlagabrot.

Guðmundur Ingi Kristinsson er fyrsti flutningsmaður tillögunnar, hann og hinir þingmennirnir vilja að dómsmálaráðherra skipi starfshóp sem taki til endurskoðunar ákvæði umferðarлага og reglugerða sem kveða á um sektir, með það markmið að tekjutengja sektarfjárhæðir.



Guðmundur Ingi Kristinsson, fyrsti flutningsmaður tillögunnar

Lagt er til að starfshópurinn skili af sér skýrslu með tillögum í síðasta lagi þann 30. september 2023 og að ráðherra leggi skýrsluna fyrir Alþingi mánuði síðar.

Hugmyndir að tekjutengingu sekta vegna umferðarlagabrota eru ekki nýjar af nálinni hér á landi, auk þess sem fordæmi eru fyrir slíkri tekjutengingu í öðrum löndum svo sem í Danmörku. ■

## Sjósunds-zumbapartí



Það var mikið fjör á Ylströndinni í Nauthólsvík þar sem hópur kvenna kom saman í sjósunds-zumbapartíi á ströndinni. Nú stýttist í að hiti sjávarins fari undir frostmark en í gær var hann 8,8 gráður á Celsius. Sundmenn sem skelltu sér í sjóinn í gærmorgun hittu sel í sundferð sinni. ■

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Hætta skapaðist í kirkjunni

Fifldirfska krakka sem nýttu vinnupalla til að klifa upp Hallgrímskirkju þvingaði verktaka til að breyta vinnulagi. Einbeittur brotavilji, að hans sögn.

bth@frettabladid.is

**REYKJAVÍK** Kolbeinn Hreinsson, framkvæmdastjóri M1 sem vinnur að múr- og steypuviðgerðum á Hallgrímskirkju, hefur neyðst til að breyta verklagi með þeim afleiðingum að verkið verður erfiðara og tafsamara að hans sögn.

Ástæðan er að krakkar nýttu veggstillansa til að klifra upp í mikla hæð. Einn þeirra birti TikTok-myndband af athæfinu.

Um leið og Hallgrímskirkju bærust fregnir af málinu var haft samband við verktakann.

„Við töldum áður en þetta kom upp að við hefðum gert allar öryggisráðstafanir sem þurfti,“ segir Kolbeinn. Hann segir að svæðið hafi áður verið girt af. Enginn hafi átt von á að ungmenni færu án öryggisbúnaðar líkt og kóngulær upp vegg kirkjunnar.

„Nú eru engir pallar til að klifra eftir þegar við erum ekki að störfum. Við þurfum að rífa pallana niður og reysum þá í hvert skipti sem við þurfum að vinna þarna uppi,“ segir Kolbeinn.

Hann segir að fyrir vikið verði verkið erfiðara og tafsamara.

„Það þurfti einbeittan brotavilja til að komast þarna upp,“ segir Kolbeinn.

Sigríður Hjálmarsdóttir, framkvæmdastjóri Hallgrímskirkju, segir að fólk hafi gripið andann á lofti og að hún hafi strax rætt við verktakana þegar heyrðist af TikTok-myndbandinu. Verktakinn hafi brugðist leiftursnöggt við.

„Það er mjög leitt að þetta hafi gerst. Svæðið var lokað af og það átti ekki að vera hægt að fara upp með stillönsunum. En við tókum þessu öll alvarlega og vonandi er þetta mál úr sögunni,“ segir Sigríður.

Saga Hallgrímskirkju, einkennis-tákns Reykjavíkur, hefur verið saga



Eftir að atvikið varð eru vinnupallarnir settir upp í upphafi hvers vinnudags og teknir niður í lok dags.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Það þurfti einbeittan brotavilja til að komast þarna upp.

Kolbeinn Hreinsson, verktaki



Sigríður Hjálmarsdóttir, framkvæmdastjóri Hallgrímskirkju

verkpallanna í tímans rás. Bæði Sigríður og Kolbeinn óska þess að störf geti nú haldið áfram án truflunar. Framkvæmdir munu standa yfir við þennan verkþátt í allan vetur.

Ekki þarf að hafa mörg orð um hve heppnir krakkarnir voru að skaða sig ekki, enda fóru þeir upp í 15–20 metra hæð.

„Þetta er stórhættulegt,“ segir Sigríður. ■

*Jólagledir*  
GK veitinga

Veitingastaður golfklúbbsins Keilis býður upp á jólamatseðil alla föstudaga og laugardaga frá 11. nóvember til 10. desember 2022.

Tilvalið fyrir vinahópa og fyrirtæki frá 8 til 70 manns.

Lifandi tónlist og jólastemming.

Matseðill, sjá nánar á keilir.is

Borðapantanir á hafsteinn@betristofan.com og í síma 7792416

GK veitingar, Golfklúbburinn Keilir  
Steinholti 1 Hvaleyri, 220 Hafnarfirði

**Leyndarmál hvannarrótar**

- Loft í maga? Glímir þú við meltingartruflanir?
- Næturbrot? eru tíð þvaglát að trufla þig?

ICEHERBS NATURAL SUPPLEMENTS  
hvannarrót

100% náttúruleg hvannarrót

60 HYLKI | FÆÐUBÓG | VEFINI

Fæst í næsta apóteki, heilsuvörverslun, Hagkaupum og Nettó.



# Ævintýri handan hornsins.

Nýr Kia Niro.  
Kominn í sölu.



Movement that inspires

Niro verð frá:  
**5.290.777** kr.

Nýr Kia Niro gefur nýja ásýnd á götunum og ryður brautina fyrir rafknúnum samgöngum til framtíðar. Nýr Niro verður fánlegur með 100% rafmagni með allt að 460 km drægi, Plug-in Hybrid með allt að 65 km drægi bara á rafmagni og Hybrid. Honum fylgir nýtt útlit, nýstárlegt farþegarými og ný yfirbygging sem gerð eru úr sjálfbærum efnum og undirstrikar framtíðarsýn Kia. Með því að bjóða upp á umhverfisvænni valkosti býðst þér útfærsla sem stuðlar að grænni framtíð.

Reynsluaktu nýjum Niro í sýningarsal Kia á Krókhálsi 13, opið í dag 11-15.

Komdu og upplifðu töfrana.  
Við hlökkum til að sjá þig.



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

Umboðsaðilar Kia um land allt.  
Höldur, KSteinarsson, BVA, Bílasala Selfoss, Bílás.

Askja býður öflugar hleðslulausnir fyrir allar stærðir fyrirtækja og heimila.  
Nánari upplýsingar askja.is/hleðslulausnir

\*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustuefirlit sem kaupandi ber kostnað af. Lestu meira um ábyrgðina á [www.kia.com/abyrgd](http://www.kia.com/abyrgd)



# Innviðasjóður

## Umsóknarfrestur 1. nóvember

### Rannís auglýsir eftir umsóknum um styrki úr Innviðasjóði.

Hlutverk sjóðsins er að byggja upp rannsóknainnviði á Íslandi. Innviðasjóður veitir styrki til kaupa á tækjum, gagnagrunnum og hugbúnaði og öðrum þeim búnaði sem telst mikilvægur fyrir framfarir í rannsóknum.

Sérstaklega verður tekið tillit til innviðaverkefna á vegvísí sem njóta, að öðru jöfnu, forgangs við úthlutun styrkja.

Við úthlutun úr Innviðasjóði er tekið mið af úthlutunarstefnu Innviðasjóðs og eftirtalin atriði lögð til grundvallar:

- Að innviðirnir séu mikilvægir fyrir framfarir í rannsóknum á Íslandi og fyrir rannsóknir umsækjenda
- Að fjárfesting í innviðum skapi nýja möguleika til rannsókna og/eða innviðirnir tengist verkefnum sem Rannsóknasjóður, markáætlun eða aðrir opinberir samkeppnissjóðir styrkja.
- Að samstarf verði um nýtingu innviða milli stofnana eða milli stofnana og fyrirtækja með fyrirsjáanlegum hætti
- Að áætlanir um kostnað og fjármögnun séu raunhæfar
- Að innviðirnir auki möguleika á menntun og þjálfun á viðkomandi fræðasviði
- Innviðir sem komið er upp með styrk frá sjóðnum skulu vera aðgengilegir öðrum rannsóknahópum eftir því sem svigrúm er til og skal sjóðnum gerð grein fyrir hvernig aðgengi verður háttáð

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

Nánari upplýsingar og aðgangur að rafrænu umsóknarkerfi er að finna á [www.rannis.is](http://www.rannis.is).



## Kynningarfundur

Möguleikar á samstarfi í uppbyggingu hitaveitna og endurnýjanlegrar orku í Póllandi

27. september kl. 8:30 – 16:00 á Reykjavík Natura

### Dagskrá

- 8:30 Mæting / skráning
- 9:00 Halla Hrund Logadóttir, orkumálastjóri  
Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfis- orku- og loftslagsráðherra  
Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, utanríkisráðherra  
Gerard Pokruszyński, sendiherra Póllands á Íslandi  
Ávarp frá umhverfis- og loftslagsráðuneyti Póllands  
KeyGeothermal - Beata Kepinska, Baldur Pétursson  
Þróun jarðhita á Íslandi, Marta Rós Karlsdóttir, Orkustofnun  
Þróun jarðhita í Póllandi, Beata Kepinska, MEERI PAAS  
Kynning á hitaveitum á Íslandi
- 10:20 Kynning frá sveitarfélögum og fyrirtækjum í Póllandi
- 11:10 Kynning frá fyrirtækjum og stofnunum á Íslandi
- 12:00 Hádegishlé og samstarfsfundir
- 13:00 Kynning frá fyrirtækjum og stofnunum á Íslandi
- 14:00 Samstarfsfundir fyrirtækja frá Póllandi og Íslandi
- 16:00 Fundarlok

Þátttaka tilkynnist til Orkustofnunar á [os@os.is](mailto:os@os.is) upplýsingar á [os.is](http://os.is)

ORKUSTOFNUN  
National Energy Authority

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants

Mineral and Energy  
Economy Research  
Institute  
Polish Academy of Sciences

FRÉTTIR, FÓLK &  
MENNING  
á Hringbraut



# Bannað að nota villandi fullyrðingar

ser@frettabladid.is

**UMHVERFISMÁL** Neytendastofa hefur bannað fyrirtækjunum Norðanfiski og Fisherman að nota villandi fullyrðingar í markaðssetningu þar sem látið er að því liggja að afurðir þeirra komi úr „vistvænu sjóeldi“.

Forsaga málsins er sú að Neytendasamtökin fengu ábendingu um villandi merkingar hjá umræddum fyrirtækjum og var álots leitað hjá viðkomandi stofnun, sem nú liggur fyrir.

Forvígismenn Neytendasamtakanna segja á heimasíðu sinni að orðnotkunin „vistvænt sjóeldi“ sé afar villandi og í raun ólíðandi með öllu. Sjókvíaeldi sé beinlínis flokkað sem mengandi iðnaður á vef Umhverfisstofnunar, enda fari skólpið sem verði til við framleiðsluna beint í sjóinn.



Úr sjókvíaeldi við Íslandsstrendur.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Á síðunni er bent á að norska umhverfisstofnunin hafi metið mengunina af hverju tonni í sjókví á við skólpi frá 16 manneskjum. Laxar séu til dæmis með leyfi fyrir 16.000 tonnum í Reyðarfirði, sem framleiði þannig skólpi á við 256.000 manns. Það geti ekki talist vistvænt.

Á umbúðum Norðanfisks var fullyrt að um vistvænt sjóeldi væri

ráðað. Neytendasamtökin hafi óskað eftir upplýsingum frá fyrirtækinu um hvað átt væri við með orðalaginu „vistvænt sjóeldi“ og hvort einhver vottun lægi þar að baki. Í svörum fyrirtækisins komi fram að birgjar þeirra skilgreindu sjálfir sitt eldi sem vistvænt, en hefðu enn ekki hlotið neinar vottanir í þá veru. ■

# Stuðningur við jafnt vægi atkvæða milli landshluta

Í nýlegu frumvarpi frá formanni Viðreisnar eru lagðar til breytingar á kosningalögum til að jafna vægi atkvæða á milli landshluta. Málið hefur lengi verið til umræðu á Alþingi, en núna virðist vera samstaða meðal þingmanna um málið.

benediktarnar@frettabladid.is

**ALÞINGI** Nýtt frumvarp um breytingu á kosningalögum til að jafna vægi atkvæða milli kjördæma var lagt fram af þingmönnum fjögurra þingflokka stjórnarandstöðunnar. Málið hefur lengi verið til umræðu og hafa margar lagfæringar verið gerðar í gegnum tíðina. Þrátt fyrir að jafnvægi á milli atkvæða og þingsæta flokka hafi að miklu leyti jafnast er misvægi á milli fjölmennasta og fámennasta kjördæmisins enn tvöfalt.

Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir, formaður Viðreisnar, hefur lengi barist fyrir jöfnu vægi atkvæða. Hún lagði fram frumvarpið ásamt þingmönnum þriggja annara flokka úr stjórnarandstöðunni. Þorgerður segir þetta vera eitt af kjarnamálum Viðreisnar og skynjar jákvæðni til frumvarpsins frá öðrum þingflokki.

„Það var fín umræða um þetta á þinginu og ánægjulegt að finna meðal annars jákvæðan hlómgrunn frá þingmönnum Sjálfstæðisflokksins. Það er vísbending um að það sé vilji til þess að ræða þetta mikilvæga mál. Ég vona að það verði gert og þetta er skýr tillaga um að þingið geti lagað þetta hrópandi óréttlæti sjálft. En þetta er fyrst og síðast til að reyna að leiðrétta óréttlætið sem er búið að viðgangast allt of lengi,“ segir Þorgerður.

„Við förum þessa leið sem er að fækka kjördæmapingsætum niður í sex fyrir hvert kjördæmi, en fjölga jöfnunarsætum. Þannig að jöfnun- arþingmenn verða fleiri og þá fara þeir þangað sem atkvæðagreiðslan segir til um. Jöfnunarmennirnir verða þá væntanlega fleiri á suðvestur-horninu heldur en áður. Þá endurspeglar niðurstaða þingkosninganna miklu frekar lýðræðislegan vilja fólksins,“ segir Þorgerður.

Þórunn Sveinbjarnardóttir, þingmaður Samfylkingarinnar og meðflutningsmaður frumvarpsins, segir að jafnt vægi atkvæða sé mannréttindamál.

„Málið er núna í umsagnarferli og það verður fróðlegt að sjá hvað



Frumvarpið var lagt fram af þingmönnum fjögurra þingflokka stjórnarandstöðunnar og hefur lengi verið til umræðu.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Ánægjulegt að finna meðal annars jákvæðan hlómgrunn frá þingmönnum Sjálfstæðisflokksins.



Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir, formaður Viðreisnar



Þórunn Sveinbjarnardóttir, þingmaður Samfylkingarinnar



Óli Björn Kárasón, þingflokksformaður Sjálfstæðisflokksins

stefna að. Það er ekki í þessu frumvarpi Viðreisnar, þau ganga ekki það langt, en það hefði raunverulega ekki verið hægt að ganga mikið lengra án þess að breyta stjórnarskrá. Þau eru að reyna að vinna innan kosningalaganna og það setur þeim auðvitað þröngan stakk. Ég held að menn þurfi almennt að huga að því að breyta ákvæðum stjórnarskrár. Ég er orðinn sannfærður um að það þurfi að fjölga kjördæmum og gera þau minni, en hafa það í huga að jafna vægi atkvæða,“ segir Óli.

„Ég er ekki sannfærður um að sú aðferðafræði sem þau boda í frumvarpinu sínu sé sú rétta, en það er bara einhver tæknileg útfærsla. Markmið frumvarpsins er gott, en vandinn er auðvitað sá að svigrúmið sem er til staðar án þess að breyta stjórnarskrá er mjög lítið og þau eru að reyna að vinna innan þessa litla svigrúms og það er virðingartvert,“ segir Óli. ■



# Velkomin á nýtt verkstæði í Klettagörðum 4



## Senn líður að dekkjaskiptum

Fyrir en varir kemur vetur svo það er gott að skipuleggja dekkjaskiptin með góðum fyrirvara. Velkomin á nýtt og glæsilegt verkstæði N1 í Klettagörðum. Bókið tíma á netinu og sleppið við biðraðir.

Við tökum hlýlega á móti ykkur.

440 1000 [n1.is](http://n1.is)



ALLA LEIÐ



# Þökkuðu Þórólfi fyrir vel unnin störf

Þórólfi Guðnasyni, fyrrverandi sóttvarnalækni, var þakkað fyrir vel unnin störf í gær á málþingi í húsi Íslenskrar erfðagreiningar. Á málþinginu voru flutt fjölbreytt erindi, bæði vísindaleg og persónuleg.

jonthor@frettabladid.is

**SAMFÉLAG** Málþing Embættis landlæknis til heiðurs Þórólfi Guðnasyni, fyrrverandi sóttvarnalækni, fór fram í gær í tilefni starfsloka hans. Alma D. Möller var fundarstjóri, en hún átti hugmyndina að viðburðinum sem innihélt fjölbreytt erindi, bæði hávísindaleg sem og persónuleg.

Willum Þór Þórsson heilbrigðisráðherra setti málþingið með því að þakka Þórólfi fyrir hönd þjóðarinnar fyrir vel unnin störf. Hann lagði áherslu á hversu góður hann væri í samskiptum og vitnaði í gamla Eyjasöngva eftir Ása í Bæ.

Forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar, Kári Stefánsson, var næstur og fór út um víðan völl í erindi sínu, frá þróun mannsins yfir í sjálfan Þórólfi, sem hann sagði að væri sannur leiðtogi sem hefði sameinað þjóðina á erfiðum tímum. „Í fyrsta skipti áttum við leiðtoga sem við treystum – og það skiptir máli, Þórólfiur,“ sagði Kári og kallaði Þórólfi vin sinn, féлага og fóstbróður.

Vísindin voru næst á dagskrá. Próffessorarnir Unnur Anna Valdimarsdóttir og Thor Aspelund fjöll-



uðu meðal annars um notkun spálíkana og langtímaáhrif Covid-19. Þá kom Jón Steinar Jónsson, yfirlæknir á Þróunarmiðstöð Íslenskrar heilsgæslu, og hélt erindi. Unnur, Thor og Jón höfðu öll orð á því hversu gott samstarfið með Þórólfi hefði verið, og lýsti Thor því sem „once in a lifetime“-reynslu.

Næst kom Víðir Reynisson, sviðsstjóri almannavarna, og fjallaði um notkun vísindagagna við sviðsmyndagerð almannavarna. Hann fór einnig bak við tjöldin og sagði sögur af því þegar þeir félagarnir voru bugaðir eftir mikla og erfiða

vinnu, en að alltaf hefði verið stutt í jákvæðnina hjá Þórólfi. „Takk fyrir samstarfið og takk fyrir vináttuna,“ sagði Víðir.

Runólfur Pálsson, próffessor og forstjóri Landspítalans, greindi frá því hvernig spítalinn brást við heimsfaraldrinum, með áherslu á nýsköpun. Þá var skipt um gir, en Guðrún Aspelund sóttvarnalæknir fékkst við spurninguna: Hver er Þórólfiur? Hún fór fögrum orðum um forvera sinn, sem hún lýsti sem duglegum manni sem gæfist aldrei upp, en væri jafnframt hrókur alls fagnaðar.

Gestirnir fögnuðu Þórólfi ákaft þegar þeir þökkuðu honum fyrir góð störf í þágu þjóðarinnar og uppskar hann mikið lófatak.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI



Í fyrsta skipti áttum við leiðtoga sem við treystum – og það skiptir máli, Þórólfiur.

Kári Stefánsson

brigðisráðherra, sló á létta strengi og benti á hversu mikill húmoristi Þórólfiur væri. Hún greindi til að mynda frá því að hann hefði sent sér aprílþabb í staðinn fyrir smittölur, eitt kvöldið þegar faraldurinn stóð sem hæst.

Að lokum kom leynigestur. Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra tók undir með flokkssystur sinni um að Þórólfiur væri mikill húmoristi. „Hann skiptir aldrei skapi þó allir aðrir séu að skipta skapi,“ sagði Katrín, og að það hlyti að hafa verið að erfitt að glíma við faraldurinn, stjórnvöld og þjóðina á sama tíma. ■

## Stjórn Sýnar hf. boðar til hluthafafundar

Stjórn Sýnar hf. boðar til hluthafafundar sem haldinn verður fimmtudaginn 20. október 2022 klukkan 10.00 árdegis í höfuðstöðvum félagsins að Suðurlandsbraut 8, 108, Reykjavík.

Til fundarins er boðað að kröfu þriggja hluthafa sem hafa að baki sér rúmlega 10% hlutfjár félagsins, sbr. fyrri tilkynning félagsins til kauphallar, dags. 19. september 2022. Krefjast hluthafarnir að á fundinum verði tekin fyrir tillaga þeirra um stjórnarkjör. Tillagan felur í sér tvennt að mati stjórnar Sýnar hf.; að umboð núverandi stjórnar verði fellt niður, og að kjörinn verði ný stjórn ef fyrri tillagan verður samþykkt.

Með vísan til framangreinds boðar stjórn Sýnar ehf. til hluthafafundar samkvæmt ofangreindu með eftirgreindri dagskrá:

### Dagskrá fundarins:

1. Tillaga um að bundinn verði endir á kjörtímabil sitjandi stjórnar félagsins.
2. Með fyrirvara um að tillaga undir tölu 1. hér að framan verði samþykkt, fer fram stjórnarkjör.
3. Önnur mál.

### Aðrar upplýsingar

Öll skjöl, svo sem framboðseyðublað, og tillögur sem lögð verða fyrir hluthafafundinn verður að finna á vefsíðu félagsins [syn.is/fjarfestatengsl/hluthafafundur](https://syn.is/fjarfestatengsl/hluthafafundur). Hluthöfum stendur einnig til boða að nálgast skjölin í höfuðstöðvum félagsins að Suðurlandsbraut 8, Reykjavík, virka daga milli klukkan 9:00-16:00. Fundurinn fer fram á íslensku og verða fundargögn jafnframt á íslensku.

Hluthafar geta látið umboðsmann sækja hluthafafundinn fyrir sína hönd. Umboðsmaður skal leggja fram skriflegt umboð.

Ekki verður hægt að greiða atkvæði með rafrænum hætti á fundinum. Hluthöfum gefst kostur á að greiða atkvæði um mál sem eru á dagskrá fundarins bréflaga. Skal beiðni um slíka atkvæðagreiðslu hafa borist skrifstofu félagsins eða á netfangið [hluthafar@syn.is](mailto:hluthafar@syn.is) eigi síðar en fimm dögum fyrir fundinn, þ.e. fyrir kl. 10.00 laugardaginn 15. október 2022.

Hluthafar eiga rétt á að fá ákveðin mál tekin til meðferðar á hluthafafundi ef þeir gera um það skriflega eða rafræna kröfu. Óski hluthafi eftir að koma máli eða tillögu á dagskrá hluthafafundarins skal slík beiðni hafa borist skrifstofu félagsins eða á netfangið [hluthafar@syn.is](mailto:hluthafar@syn.is) eigi síðar en tveimur vikum fyrir fundinn, þ.e. fyrir kl. 10.00 fimmtudaginn 6. október 2022.

Endanleg dagskrá og tillögur verða birtar viku fyrir fundinn.

Með fyrirvara um að tillaga samkvæmt 1. tölu dagskrár verði samþykkt, er auglýst eftir framboðum til stjórnar. Með vísan til þess hve skammur tími er liðinn frá síðasta hluthafafundi þar sem stjórnarkjör var á dagskrá hefur stjórn ákveðið í þetta sinn að víkja til hliðar reglum um Tilnefningamefnd og að reglur hlutfélagalaga og samþykka félagsins skuli einar gilda um stjórnarkjörið ef það fer fram.

Samkvæmt 63. gr. a. hlutfélagalaga nr. 2/1995 ber að tilkynna um framboð til stjórnar skriflega með minnst fimm sólarhringa fyrirvara fyrir hluthafafund, eða fyrir kl. 10.00 laugardaginn 15. október 2022. Framboðum skal skila á skrifstofu Sýnar hf., Suðurlandsbraut 8, Reykjavík, eða á netfangið [hluthafar@syn.is](mailto:hluthafar@syn.is). Allt er þetta gert með fyrirvara um að raunverulegt stjórnarkjör fari fram á fundinum. Upplýsingar um framboðendur til stjórnar verða birtar eigi síðar en tveimur sólarhringum fyrir hluthafafundinn. Hluthafar eiga rétt á að krefjast hlutfallskosningar eða margfeldiskosningar við stjórnarkjör ef beiðnin berst a.m.k. fimm sólarhringum fyrir fundinn, ef þeir hafa til þess afl samkvæmt samþykktum, ef ekki er sjálfkjörið.

Aðgöngumiðar, atkvæðaseðlar og önnur fundargögn verða afhent frá klukkan 9.30 á fundardegi.

Stjórn Sýnar hf.



# Staðfestu að stríðsglæpir hefðu átt sér stað í Úkraínu

kristinnpall@frettabladid.is

**ÚKRAÍNA** Rannsóknarnefnd á vegum Sameinuðu þjóðanna hefur komist að þeirri niðurstöðu að það hafi ýmsir stríðsglæpir átt sér stað í stríðinu í Úkraínu. Talsmenn rússnesku ríkisstjórnarinnar fullyrða að um sé að ræða rógsherferð.

„Byggt á þeim sönnunargögnum sem rannsóknarnefndin hefur undir höndum er hægt að fullyrða að stríðsglæpir hafa átt sér stað í

Úkraínu,“ sagði Erik Mose, formaður rannsóknarnefndarinnar þegar hann kynnti niðurstöðurnar.

Mose vildi ekki nefna hvaða aðilar hafa verið að verki en sagði að rannsóknin beindist að atvikum sem áttu sér stað í nánd við Kænugarð, Tsjerníhív, Kharkív og Súmíj.

Hann bætti við að ríkisstjórn Úkraínu hefði verið liðleg í aðstoð sinni og veitt þeim upplýsingar, en að yfirvöld í Moskvu hefðu ekki svarað fyrirspurnum þeirra.



**Í dag eru sjö mánuðir liðnir frá því að innrás Rússa í Úkraínu hófst.**

Í rannsókn sinni fór rannsóknarnefndin í 27 mismunandi bæjarfélög og ræddi við 150 einstaklinga sem voru ýmist þolendur ofbeldisins eða gátu veitt vitnisburð. Þá skoðaði nefndin svæði sem urðu fyrir gjöræyðileggingu, fjöldagrafir og húsnaði sem voru nýtt til fangavistunar og pyntinga. Út frá vettvangsferðinni var hægt að álykta að það hefðu stríðsglæpir átt sér stað.

Að sögn nefndarinnar blöskraði henni að sjá hversu margar aftökur

hefðu átt sér stað og hún væri að afla sér gagna eftir að hafa heyrt affleiri ólöglegum aftökum. Þá lýstu einstaklingar sem voru teknir í gíslingu í Rússlandi ýmsum pyntingum og að það hefðu ekki allir skilað sér aftur.

Að lokum fundust dæmi um mismunandi kynferðislegt ofbeldi þar sem aldursbil þolenda var á bilinu fjögurra ára til 82 ára og að í einhverjum tilvikum hefði aðstandendur verið vitni að glæpunum. ■



Yfirvöld í Hong Kong eru búin að gefa eftir á landamærunum.

## Falla frá kröfu um sóttkvíarhóteldvöl

kristinnpall@frettabladid.is

**COVID-19** Stjórnvöld í Hong Kong samþykktu í gær að falla frá kröfum um dvöl á sóttkvíarhoteli við komuna til landsins, um tveimur og hálfu ári eftir að henni var komið á. Gerð verður krafa um að einstaklingar sem komi til landsins fylgist með eigin heilsu fyrstu dagana og verður þeim bannað að sækja veitingastaði heim fyrstu dagana.

Um leið var fallið frá kröfu um PCR-próf áður en farið er um borð í flugvél á leiðinni til Hong Kong en þess í stað þurfa allir einstaklingar að taka hraðpróf. Um tíma var þess krafist að einstaklingar sem kæmu til landsins færu í þriggja vikna sóttkví á hoteli en aðgerðirnar hafa haft áhrif á efnahagslíf Hong Kong.

Um 113 þúsund einstaklingar hafa flutt frá Hong Kong á rúmu ári og fjölmörg flugfélög hafa hætt við áætlunarflug til landsins vegna aðgerðanna á landamærunum. ■

## Gengi pundsins í sögulegri lægð

kristinnpall@frettabladid.is

**BRETLAND** Á sama degi og ný ríkisstjórn Liz Truss kynnti aðgerðir til að rétta af efnahag Bretlands, hrundi gengi sterlingspundsins um tvö prósent.

Pundið hefur átt undir högg að sækja undanfarnar vikur og hrundi gengið fljótlega eftir að aðgerðirnar voru kynntar. Gengið hefur ekki verið lægra miðað við dollarann í tæp fjórutíu ár.

Kwasi Kwarteng, fjármálaráðherra Breta, boðaði nýjar áherslur á breyttum tímum með áherslu á hagvöxt, þegar kom að aðgerðum bresku ríkisstjórnarinnar í gær. Kwasi boðaði skattalækkanir sem ná helst til tekjuhæstu hópanna, lækkun gjalda við fasteignakaup og hætti við fyrirhugaða hækkun á fyrirtækjaskatti.

Með þessu afskrifar ríkisstjórnin um 45 milljarða punda til næstu fimm ára.

Þá lofaði Kwasi efnahagsaðstoð upp á 60 milljarða punda þegar kemur að því að greiða rafmagnsreikninga heimilanna næstu sex mánuði, en féll frá tillögu um að hækka skatta á olíufyrirtækin. ■

# Áminning um framtalsskil lögaðila

## Lokaskiladagur skattframtals lögaðila er 30. september

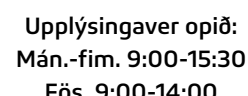
Forráðamenn lögaðila, sem enn hafa ekki staðið skil á skattframtali 2022 ásamt ársreikningi, eru hvattir til að annast skil hið allra fyrsta.

Skráður lögaðili skal ætíð skila skattframtali vegna undangengins reikningsárs, jafnvel þó að engin eiginleg starfsemi eða rekstur hafi átt sér stað á reikningsárinu.

**Félög eiga jafnframt að skila ársreikningi til ársreikningaskrár.**

Skattframtali og ársreikningi ber að skila rafrænt á [skattur.is](https://www.skattur.is)

**Álagning opinberra gjalda á lögaðila árið 2022 vegna rekstrarársins 2021 fer fram 31. október.**





# Skýrslutaka hjá lögreglu hálsúrrealísk að sögn Þóru

bth@frettabladid.is

**SJÁVARÚTVEGUR** Þóra Arnórsdóttir, ritstjóri Kveiks, og Helgi Seljan blaðamaður á Stundinni, sem átti einn stærsta þáttinn í að afhjúpa mútumál Samherja í Namibíu, segja að Samherji hafi með kerfisbundnum hætti reynt að brjóta blaðamenn niður til að þeir hætti við að fjalla með gagnrýnum hætti um störf fyrirtækisins.

Hvorki Panama-skjölín, Watergate né mörg önnur stærstu fréttamál sögunnar hefðu komið fram ef blaðamenn og uppljóstrarar hefðu ekki haft það hugrekki sem þurfti til að fjalla um málin, að sögn Þóru.

Einnig virðist sem lögreglan á Norðurlandi eystra sé með Samherja í liði. Þóra er einn fjögurra sakborninga í máli þar sem til rannsóknar er hvort blaðamennirnir hafi framið

brot með umfjöllun um skæruliðadeild Samherja.

Þóra segir að erfitt hafi verið að fá upplýsingar um sakarefnið, spurningar lögreglu hafi í raun ekki snúist um brot á friðhelgi einkalífs, heldur hafi henni verið sýndar allar fréttir um skæruliðadeildina og hún spurð hvort hún hefði séð þær. Einnig hefði verið lesið upp úr tölvupóstum.

„Mér fannst þetta hálsúrrealískt,“ segir Þóra. „Ég var ekkert spurð hvort ég hefði séð einhver kynlífsmyndbönd, eins og ég hélt að málið snerist um.“

Helgi segir sorglegt að „ógeðslegar“ aðferðir Samherja til að brjóta niður trúverðuleika aðalvitisins, Jóhannesar Stefánssonar, í mútumálinu og fleiri atlögur gegn öðru fólki virðist hafa skilað nokkrum árangri.

Eitt dæmi um það sé að umfjöllun um mál fyrirtækisins sé í engu sam-



Helgi Seljan og Þóra Arnórsdóttir ræddu málin á Fréttavaktinni í gærkvöld á Hringbraut. Þau gagnrýna lögregluna á Akureyri og stjórnmalamenn.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ræmi við alvöru málsins. Fólk sé fælt frá því að fjalla um risastórt spillingsmál sem tengist fyrirtækinu.

Þá sé sorglegt að Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra standi í þrætum við blaðamenn á sama tíma og ráðherrar láti óáreitna rögsherferð fyrirtækisins, ekki síst gagnvart Jóhannesi. Stjórnmalamenn beri því við að ekki megi ræða málið þar sem það sé í höndum lögreglu.

„Þegar hér er verið að reyna að koma í veg fyrir að uppljóstrarar beri vitni þá heyrst hvorki hósti né stuna frá þessu fólki. Það er alvarlegt,“ segir Helgi Seljan.

Bæði Helgi og Þóra segja viðbrögð Samherja eftir spillingarmálið hafa komið þeim á óvart og að viðnámið við viðbrögðum Samherja virðist lítið sem ekkert hér á landi.

„Það sem er sjokkerandi er viðbragðsleysið,“ segir Helgi. ■

# Allt stefnir í öfgahægristjórn á Ítalíu

Kosið er til þings á Ítalíu á morgun og gangi spár eftir verður kona forsætisráðherra í fyrsta sinn í sögu landsins og leiðir hægrisinuðustu stjórn landsins frá síðari heimsstyrjöld. Efnahagurinn er kjösendum ofarlega í huga en gert er ráð fyrir að kosningaþátttaka verði dræm.

thp@frettabladid.is

**ITALÍA** Ítalir ganga að kjörborðinu á morgun og útlit er fyrir að sú stjórn sem tekur við völdum verði langt til hægri og Giorgia Meloni, formaður flokksins Bræðra Ítalíu, verði næsti forsætisráðherra, fyrst kvenna. Hún lofar því að endurreisa „stolt“ þjóðarinnar nái hún kjöri. Búist er við að niðurstöður liggi fyrir á mánudag.

Ef úrslitin verða í samræmi við kannanir mun Meloni að öllum líkindum mynda stjórn með tveimur öðrum öfgahægri flokkum. Það eru Norðurbandalagið undir stjórn Matteo Salvini og Forza Italia undir stjórn Silvio Berlusconi. Þeir hafa báðir gegnt embætti forsætisráðherra.

Þetta yrði fyrsta öfgahægristjórn Ítalíu frá falli fasistastjórnar Benito Mussolini við lok síðari heimsstyrjaldar. Stjórn Meloni yrði sú sjötugasta síðan lýðræði var komið á eftir stríðið. Ítalir eru orðnir langþreyttir á ótryggu stjórn málaástandi og stöðugum stjórnarskiptum og er útlit fyrir að þátttaka í kosningunum verði dræm.

Ný ríkisstjórn stendur frammi fyrir mörgum erfiðum úrlausnaræfnum. Hækkandi orku- og vöruverð er það sem kjösendur hafa mestar áhyggjur af en lítið hefur borið á lausnum í kosningabaráttunni, hvort sem er frá vinstri eða hægri. Öfgahægri flokkarnir þrír vilja taka hart á ólöglegum innflytjendum, lækka skatta og standa vörð um sjálfsmynd Ítala. „Það er erfitt að koma á augu á aðgerðir í kosningabaráttunni,“ segir Lorenzo Pregliasco hjá skoðanakannanafrirtækinu YouTrend.

Þrátt fyrir að allt stefni í að Meloni, Salvini og Berlusconi myndi samsteypustjórn eru þau ekki samstíga í öllu. Eitt helsta ágreiningsmálið er innrásin í Úkraínu. Berlusconi, sem lengi hefur átt í göðum samskiptum við Vladímír Pútín Rússlandsforseta, og Salvini vilja endurskoða þátttöku Ítalíu í refsiaðgerðum gegn Rússlandi sökum áhrifa þeirra á ítalskan efnahag og almenning. Meloni er yfirlýstur stuðningsmaður Úkraínu og refsiaðgerða.

„Stríðið í Úkraínu er toppurinn á



Matteo Salvini, Silvio Berlusconi og Giorgia Meloni vígreif á kosningafundi á fimmtudaginn.

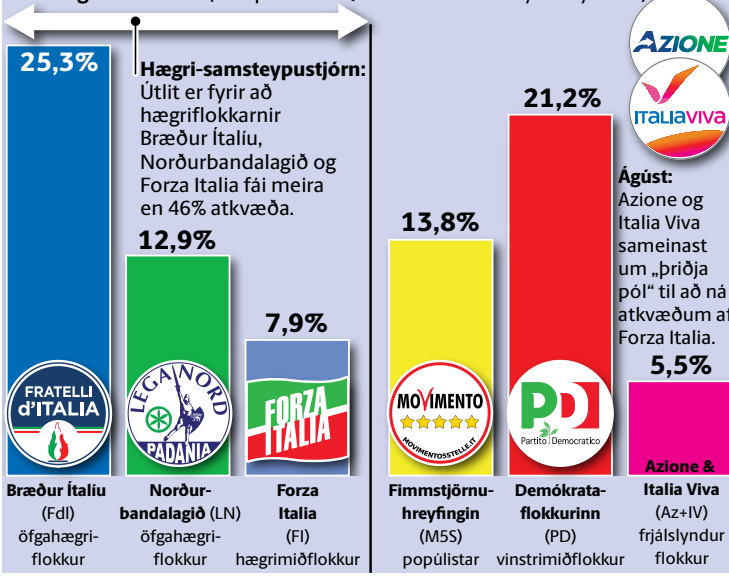
FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Stefnir í sigur ítalskra hægriöfgaflokka

Samkvæmt síðustu skoðanakönnunum fyrir þingkosningarnar á Ítalíu er útlit fyrir að póst-fasískur flokkur Giorgia Meloni, Bræður Ítalíu, fái 25 prósent atkvæða – tvöfalt meira en Norðurbandalag Matteo Salvini, sem andsnúið er innflytjendum.



Kosningaáform Ítala (9. september Quorum/Youtrend fyrir Sky TG24).



Heimildir: Quorum/Youtrend, European Data News Hub Myndir: Getty Images © GRAPHIC NEWS



Meloni, líkt og Margaret Thatcher mun, mun berjast og sigra.

Steve Bannon

Berlusconi, sem þá var forsætisráðherra, hana ráðherra málefna ungmenna og gegndi Meloni embætti til ársins 2011. Hún var einn stofnenda Bræðra Ítalíu árið 2012 og varð leiðtogi flokksins tveimur árum síðar. Hún bauð sig fram án árangurs í Evrópuþingskosningum árið 2014 og sem borgarstjóraefni í Róm árið 2016.

Meloni er að eigin sögn þjóðernissinni og andsnúin þungunarrofi, hinsegin fólki og innflytjendum. Áður hefur Meloni sagt að komist hún til valda vilji hún endurskoða löggjöf um óvígða sambúð samkynhneigðra og er ekki hlynnt því að samkynhneigð pör fái að ættleiða börn. Í héruðum og borgum Ítalíu, þar sem flokkur hennar hefur verið við völd hefur aðgengi að þungunarrofi og getnaðarvarnarpillum verið skert, þvert á landslög.

Sjálf hefur Meloni sagt að Ronald Reagan Bandaríkjaforseti og Margaret Thatcher séu meðal fyrirmynda hennar á ihaldsvæng stjórn mála en hún sé þó fyrst og fremst sín eigin kona. Stjarna Meloni hefur risið hratt á síðustu árum og hún öðlast mikla frægð meðal hægri manna á heimsvísu. „Meloni, líkt og Margaret Thatcher, mun berjast og sigra,“ sagði Steve Bannon, sem eitt sinn var einn nánasti aðstoðarmaður Donalds Trump, fyrrverandi Bandaríkjaforseta, við CNN fyrir stuttu en þau hafa átt náið samstarf.

„Við erum stolt af því sem við stöndum fyrir. Við lifum á tímum þar sem allt sem við stöndum fyrir sætir árásum, réttindi okkar sæta árásum, fullveldi ríkja okkar sætir árásum, velmegun og velferð fjölskyldna okkar sæta árásum, menntun barna okkar sætir árásum. Frammi fyrir þessu skilur fólk að á þessum tímum er eina leiðin til að spyrna á móti sú að varðveita hver við erum, eina leiðin til að spyrna á móti er ihaldssemi,“ sagði Meloni á ráðstefnu hægri manna í Bandaríkjunum fyrir á árinu. ■



Ef úrslitin verða í samræmi við kannanir mun Meloni að öllum líkindum mynda stjórn með tveimur öðrum öfgahægri flokkum.

Ísjakanum í átökum í þeirri viðleitni að endurmóta heimsmyndina. Því verðum við að taka slaginn,“ sagði Meloni fyrir í mánuðinum. Berlusconi sagði sjálfur fyrir skömmu að Pútín hefði verið „ytt“ út í stríð af rússneskri þjóð, flokki sínum og yfirmönnum hersins.

Giorgia Meloni er 45 ára gömul og fædd í Róm þar sem hún var alin upp af einstæðri móður. Hún hóf feril sinn í stjórnmálum árið 1992 er hún gekk til liðs við unglíðahreyfingu nýfasistaflokksins Movimento Sociale Italiano (MSI). Meloni varð síðar formaður studentahreyfingar hins hægrisinnaða Þjóðarbandalags, sem átti rætur sínar að rekja til MSI.

Meloni var kosin á þing fyrir Þjóðarbandalagið árið 2006 og tveimur árum síðar skipaði Silvio



# ORMSSON

100 ÁRA STÓRAFMÆLI ORMSSON  
NÆR HÁMARKI Í DAG KL. 11-16

100 ára

## AFMÆLISVEISLA



ÍSLANDSMEISTARAMÓTIÐ  
Í BRAUÐTERTUGERÐ!



KATRÍN HALLDÓRA  
SYNGUR FYRIR GESTI

OPNUN MYNDLISTARSÝNINGAR Y-GALLERY

GLÆSILEG AFMÆLISTILBOÐ

VÖFFLUR & KAFFI FYRIR ALLA GESTI

Verið velkomin í Lágmúla 8.  
Hlökkum til að sjá yður.

Verzlun Ormsson



# AMERÍSKIR DAGAR



## KENNEDY

3ja sæta sófi. Ljóst áklæði. Einstaklega mjúkur og þægilegur. 195 x 98 x 99 cm.

**223.992 kr.** ~~279.990 kr.~~



LAZBOY®



## PINNACLE

Fallegur hægindastóll sem fæst í mörgum litum og útfærslum. Sveif á hlið leggur stólinn aftur og lyftir um leið upp fótaskemli. **151.992 kr.** ~~189.990 kr.~~



## RIALTO

Fallegur og notalegur hægindastóll. Svart leðuráklæði. Sveif á hlið leggur stólinn aftur og lyftir um leið upp fótaskemli. **151.992 kr.** ~~189.990 kr.~~



## CLARKSTON

Einstaklega notalegur 3ja sæta sófi. Sveif á hlið leggur sæti aftur og lyftir um leið upp fótaskemli. 229 x 104 x 104 cm. **351.992 kr.** ~~439.990 kr.~~

# 20% AFSLÁTTUR

## AF AMERÍSKUM VÖRUM

– EINSTÖK ÞÆGINDI –

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

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

Ísafjörður  
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is  
558 1100

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



**HARBOR TOWN**

Notalegur hægindastóll með bólstruðum viðarörmum. Sveif á hlið leggur stólinn aftur og lyftir um leið upp fótaskemli.

**103.992 kr. 129.990 kr.**



**DREAMTIME**

Djúpur og kósí stóll. Vandað leður á slitflötum. Rafdrifinn með fimm aðgerðir í fjarstýringu.

**263.992 kr. 329.990 kr.**



**HARBOR TOWN**

Rafdrifinn hægindastóll með bólstruðum viðarörmum. Þessi hjálpar þér að standa á fætur.

**159.992 kr. 199.990 kr.**

**GRAND PINNACLE**

Notalegur hægindastóll í gráu slitsterku áklæði. Sveif á hlið leggur stólinn aftur og lyftir fótaskemli.

**111.992 kr. 139.990 kr.**



**STANLEY** Rafdrifinn lyftistóll sem hjálpar þér á fætur. Ljóst áklæði.

**159.992 kr. 199.990 kr.**



**JET**

Hægindastóll í dökkgráu áklæði. Sveif á hlið leggur stólinn aftur og lyftir fótaskemli.

**79.992 kr. 99.990 kr.**



**LARKINHURST** Notalegt sófasett í ekta amerískum stíl  
3ja sæta sófi. 226 x 99 x 96 cm. **191.992 kr. 239.990 kr.**  
2ja sæta sófi. 168 x 99 x 96 cm. **167.992 kr. 209.990 kr.**

**LARKINHURST**

Fallegur 3ja sæta svefnsófi í amerískum stíl. 226 x 99 x 96 cm.

**255.992 kr. 319.990 kr.**



**DREW** Fallegur og notalegur hægindastóll með sveif á hlið sem leggur stólinn aftur og lyftir um leið upp fótaskemli. **159.992 kr. 199.990 kr.**



**LANETT**

3ja sæta sófi. 225 x 94 x 93 cm.  
**175.992 kr. 219.990 kr.**

**LANETT**

2ja sæta sófi. 170 x 94 x 93 cm.  
**159.992 kr. 199.990 kr.**



**ALTARI** Fallegt sófasett í dökkgráu áklæði.

Hornsófi, hægri eða vinstri. 279,5 x 229 x 94 cm. **255.992 kr. 319.990 kr.**  
3ja sæta sófi. 215 x 95 x 90 cm. **127.992 kr. 159.990 kr.**  
2ja sæta sófi. 157 x 95 x 90 cm. **111.992 kr. 139.990 kr.**



## Öfgahyggja



Sigmundur Ernir  
Rúnarsson  
ser  
@frettabladid.is

Þeim lýðræðisþjóðum sem leggja áherslu á upplýsta umræðu stafar æ meiri hættu af öfgahyggju sem nærst einna helst á fordómum, alhæfingum og grunnhyggni.

Ástæða þessarar varhugaverðu þróunar er efalítið margþætt, en að stórum hluta má rekja hana til aukinnar vantrúar á stofnanavæddri og staðnaðri stjórnmalamenningu sem hefur eftirlátið embættismannakerfinu sitt upprunalega lýðræðisumbod. Fyrir vikið sjá menn ekki jafn ríka áherslu á að taka þátt í kosningum og áður – og enn síður í hefðbundnu stjórnmalastarfi þar sem næsta litlaus málamiðlunin getur af sér lægsta samnefnarann í hverjum efnisflokknum af öðrum.

Kannski má kalla þetta lýðræðisþreytu. Einu gildir hvað menn kjósi. Ekkert breytist þótt reglulega sé skipt um landsstjórnina. Kerfið malli bara af kunnuglegri vanafestu. Og sjálfhverf stjórnsýslan sé öðru fremur hugsuð til heimabruks í stað þess að þjóna fólkinu í landinu. Þegar ofan í þetta bætist svo æ minni áhugi á ritstýrðu fréttæfni og málefnalegri umræðu, í bland við aukið óþol gagnvart vandlega staðreyndri vísindavinnu, er ekki nema von að tími lýðskrumsins renni upp þar sem upphrópanirnar hljóma langtum betur í eyrum fólks en gaumgæfð og hófstíllt ummæli.

Þetta er ef til vill meginástæða þess að æ stærri hópur fólks kys að draga fyrir gluggana og dvelja í skúmaskotum eigin hugsana. Fyrir þessum hópi eru staðreyndir ekkert annað en þreytandi upptalning og vönduð upplýsing er einfaldlega afgreidd sem uppþengjandi afskiptasemi.

Og vantrúin á samfélagið eykst eftir því sem einangrunin teygist á langinn. Óbeitin á mörgum helstu meginstöðum réttarríkisins grefur um sig. Gremjan yfir því að kerfið hafi alltaf betur en aumur einstaklingurinn verður öllu öðru yfirsterkara. Og fyrirliðningin á fólki, sem enn telur sér það til ágætis að geta skipst á ólíkum skoðunum við mann og annan, verður alger og yfirþyrmandi.

Það er í þessum jarðvegi sem útilokunaráráttan þrífst, sjálf ófyrirleitna krafan um einsleitni, en andspænis mannvirðingu og umburðarlyndi sýnir hún styrk sinn og yfirburði á afdráttarlausan hátt.

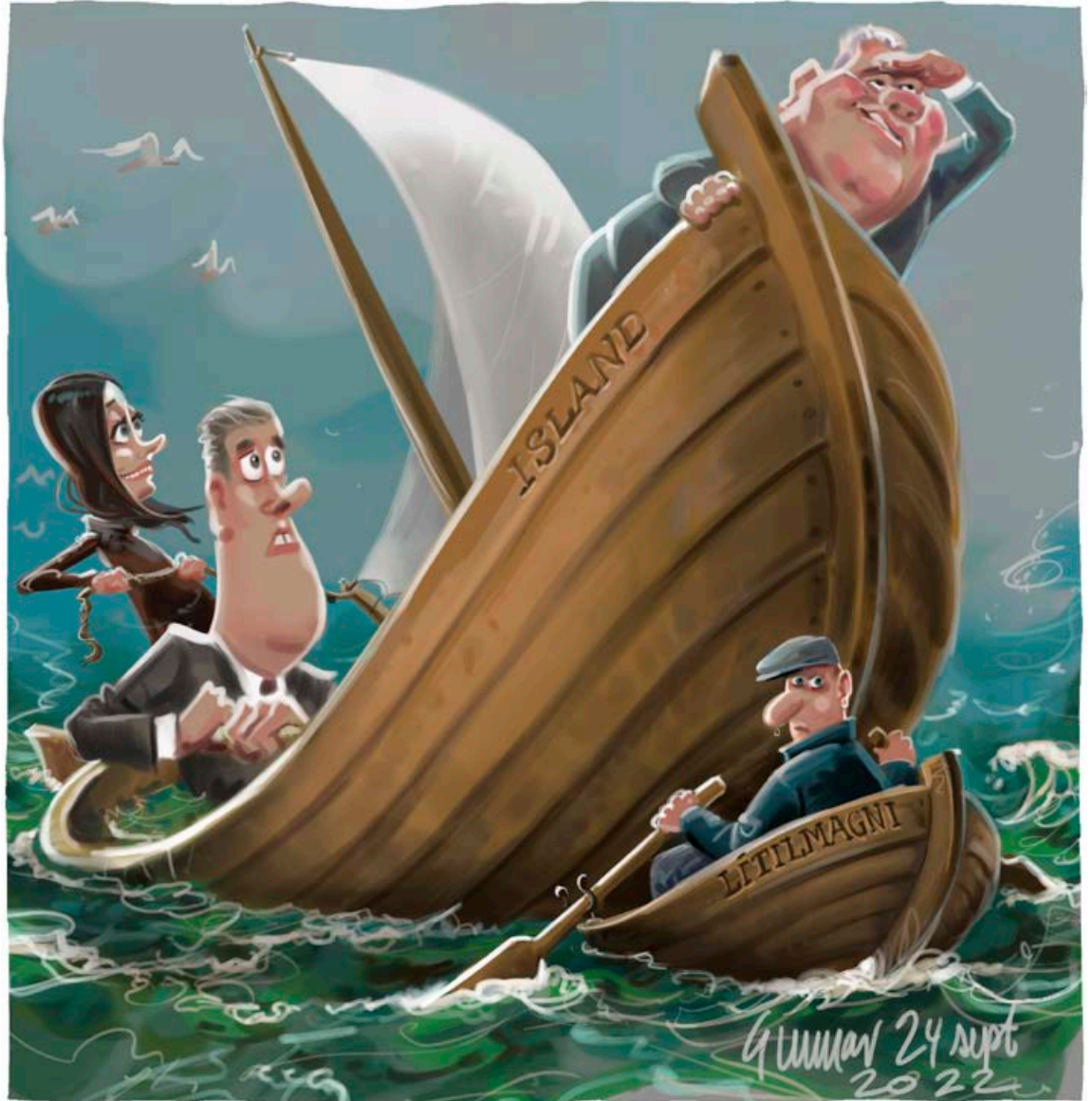
Gegn þessari einstrengni þarf að berjast, svo og öllu fáfræðisæðinu sem runnið hefur á mann og annan, ekki síst unga karla sem telja sig hafa tapað fyrir fjölbreytileikanum og finna honum allt til foráttu.

Og þetta þarf að gera af yfirvegaðri festu svo allur þorri almennings, sem trúir á frelsi og jafnrétti, fái áfram lifað í óttalausum landi. ■



Kannski má kalla þetta lýðræðisþreytu. Einu gildir hvað menn kjósi. Ekkert breytist þótt reglulega sé skipt um landsstjórnina.

## ■ Gunnar



## ■ Mín skoðun

## Hugleiðingar innflytjanda



Sif  
Sigmarsdóttir

Á leikskóla einum í Islington-hverfi í London er íslenski fáninn tekinn fram tvisvar á ári. Ástæðan er menningarlegur misskilningur. Þegar fyrsta barn mitt hóf leikskólagöngu fyrir átta árum hér í London þar sem ég bý var ég spurð hverju fjölskyldan fagnaði. Ég sagði það fyrsta sem mér datt í hug: „17. júní og Júrövisjón.“ Án þess að blikna skrifaði leikskólustýran svarið niður. Það var ekki fyrr en löngu síðar að ég áttaði mig á að spurningin var líklega leið hinna ofur kurteisu og menningarlega nærgætnu Breta til að falast eftir því hvernig trúar við værum. Þriðja barn mitt sækir nú leikskólann. Þar er 17. júní og Júrövisjón enn fagnað árlega með virðulegri athöfn.

Í gær voru tuttugu ár liðin frá því að ég flutti frá Íslandi til Bretlands. En þótt ég hafi búið í Bretlandi næstum hálfa ævina verð ég aldrei annað en Íslendingur. Ég vinn á ensku en mig dreymir á íslensku; ég skil ekki Breta þegar þeir tala undir rós eins og þeir gera svo oft; Bretar skilja mig ekki þegar ég rúlla errunum mínum. Öðru gegnir hins vegar um börnin mín.

## Lísa í Undralandi

Ný rannsókn þriggja vísindakvenna við Háskóla Íslands bendir til að tvítýngd börn á Íslandi með íslensku sem annað mál læri takmarkaða íslensku í leikskólum. Vísindakonurnar segja niðurstöðurnar bæði óvæntar og alvarlegar og að þær kalli á breytt viðhorf í málörvun tvítýngdra leikskólubarna.

Fyrir þremur árum kom hópur íslenskra sjálfboðaliða saman í London og stofnaði íslenskuskóla fyrir börn. Íslenskir innflytjendur í London eiga nefnilega við þveröfugt vandamál að stríða.

Börnin mín þrjú höfðu öll íslensku að móðurmáli fyrstu ár lífs síns. En í leikskóla urðu pólskipti. Ensukunnáttu þeirra fór hratt fram. Ekki leið á löngu uns annað mál þeirra varð fyrsta mál. Þótt íslenska væri

töluð á heimilinu, lesið væri fyrir börnin á íslensku og daglega væri Netflix-fjarstýringin rifin af þeim og þau neydd til að horfa á rispáðan DVD-disk með Skoppu og Skritlu jókst alltafbilið milli íslensku- og enskukunnáttu þeirra.

Fjöldi Íslendinga í London hefur sömu sögu að segja. En hvað er til ráða? Ég hef ekki hugmynd. Mig grunar þó hvar skýringarinnar er að leita.

Við Íslendingar í London höldum hópinn. Við komum saman á hátíðarstundum, fögnum 17. júní með SS-pylsum og hóum saman í Júrövisjónpartí. Mestum tíma okkar verjum við hins vegar í furðuveröld sem virðist stundum jafnframandi og sú sem mætti Lísu í Undralandi. Við förum í bróns til nágretta og kyngjum bókudum bauninum með herkjum. Við erum dregin á „quiz night“ á hverfispöbbum en svörum ekki einni einustu spurningu rétt því hvernig eigum við að vita hvert var vinsælasta strákaband í Bretlandi árið 1992 eða hvaða ár Georg III. var krýndur? Um helgar mætum við í barnaafmæli og furðum okkur á rislitlum veitingum – kartöflufögum og bollakökum úr pakka – og lengir eftir íslensku kaffihlaðborði sem svignar undan hnallþórum jafnvel þótt mar-sinn sé lafléttur. Það lifnar þó yfir okkur þegar gestgjafinn réttir okkur óvænt volga bjórdós.

Börnin mín elska bakaðar baunir. Þau sjá ekkert athugavert við bollakökur úr pakka eða pabbann sem segir aldrei neitt á skólalóðinni en verður allt í einu hrókur alls fagnaðar í barnaafmælum með dós í hönd.

Við Íslendingar í London erum ekki Bretar. Það er samt í gegnum okkur, ekki bara leikskólann, sem börnin okkar verða hluti af bresku samfélagi.

Börn innflytjanda á Íslandi standa höllum fæti í íslensku. Getur verið að vandamálið sé ekki aðeins málvísindalegt heldur einnig samfélagslegt? Spyr sá sem ekki veit. ■

Sjálfvirkur  
opnunarbúnaður og  
snertilausir rofar frá  
**GEZE**  
Þýsk gæðavara.

**JARN & GLER**  
Skútuvoði 1h - Sími 585 8900  
www.jarngler.is



Við komum saman á hátíðarstundum, fögnum 17. júní með SS-pylsum og hóum saman í Júrövisjónpartí.





ergo

## Má bjóða þér í bílabíó?



Alþjóðleg  
Kvikmyndahátíð  
í Reykjavík

Ræsið viðtækin og festið öryggisbeltin  
því RIFF og Ergo bjóða upp á bílabíó  
**sunnudaginn 25. september kl. 19:00.**

Hin stórskemmtilega mynd Talladega Nights: The  
Ballad of Ricky Bobby eftir Adam McKay verður sýnd  
á efra bílaplani Smáralindar við Norðurturn.

Aðgangur er ókeypis en sækja þarf miða á [riff.is](http://riff.is)



# Arnar vill hafa tilbúna vöru á næsta ári



Hörður Snævar Jónsson  
hordur  
@frettabladid.is

Arnar Þór Viðarsson, landsliðsþjálfari karlalandsliðsins í knattspyrnu, stefnir á að vera með tilbúna vöru sem er klár í hvaða verkefni sem er á næsta ári. Íslenska liðið vann 1-0 sigur á Venesúela í vináttulandsleik á þriðjudag og mætir Albaníu í Tirana í Þjóðadeildinni á þriðjudag.

**FÓTBOLTI** Alfreð Finnbogason, Aron Einar Gunnarsson og Guðlaugur Victor Pálsson snéru allir til baka í sigri íslenska liðsins á fimmtudag. Andstæðingarnir frá Suður-Ameríku voru fastir fyrir og spörkuðu í nokkur skipti hressilega í íslensku drengina. Arnór Sigurðsson fór verst út úr því og fór meiddur af velli snemma leiks. „Arnór er bara ágætur, hann fékk högg rétt fyrir ofan ökkklann. Hann snéri sig ekkert, það er bólga sem þarf að fá sinn tíma. Við erum þokkalega jákvæðir með að hann verði í lagi á þriðjudaginn,“ sagði Arnar Þór tæpum sólarhring eftir leikinn sem fram fór í Austurríki.

„Þeir voru fastir fyrir sem er kannski týpískt fyrir lið frá Suður-Ameríku, landslið þaðan eru oft föst fyrir. Það er mikil tækni, hraði og ákefð í öllu sem þeir gera og þeir voru farnir að pirra sig meira en við í gær. Við vorum með stjórn á leiknum og þeir komust ekki í sinn takt, ekki í þau svæði og á þá leikmenn sem þeir vildu komast á. Þá kemur pirringur og tæklingar, æfingaleikir eru ekkert sem er til í landsleikjum. Menn vilja bara vinna alla leiki.“

## Það góða og það slæma

Arnar Þór og Jóhannes Karl Guðjónsson hafa farið yfir leikinn og það sem var vel gert og það sem betur hefði mátt fara. „Við förum í það eftir leik og svo í gærmorgun að skoða leikinn og við vorum mjög ánægðir með varnarleikinn í heild sinni. Þeir voru ekki að skapa sér neitt, þeir skapa sér eitt erfitt færi í seinni hálfleik en að öðru leyti sköpuðu þeir ekki neitt nema þegar við gáfum þeim nokkur augnablik í fyrri hálfleik. Við vorum mjög ánægðir með pressuna okkar og færslurnar. Við vorum að vinna boltann ofarlega á vellinum, heilt yfir var stjórnunin á leiknum góð.



Arnar Þór Viðarsson á hliðarlinnunni í Austurríki á fimmtudag.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Þeir vilja vinna allar keppnir hvort sem þeir eru 34 ára eða 19 ára. Það er skemmtileg blanda í hópnum.

Arnar Þór Viðarsson

Ingason komi aftur inn í hópinn í næstu verkefnum. „Það er ekki bara komin meiri breidd, það er líka komin reynsla í yngri leikmennina. Því meiri reynsla sem við fáum þar inn því betri verða þeir. Við eigum enn þá nokkra leikmenn inni fyrir framtíðina. Við höfum talað um það mjög lengi og við erum nær því núna að vera með fullkomna blöndu í hópnum. Það er ekki hollt að vera með mjög gamalt lið en það er heldur ekki hollt að vera með mjög ungt lið, við viljum hafa breidd í hópnum. Við eigum nokkra leikmenn inni til góða sem er frábært. Það er góður stígandi í liðinu, það er rosalega gott að fá þessa reynslumiklu leikmenn inn til að hjálpa þeim ungu. Það er auðveldara að stjórna leik með betri blöndu.“

Ísland þarf að bíða og vona eftir því að Ísrael vinni ekki Albaníu í Þjóðadeildinni í kvöld. Verði úrslitin hagstæð getur íslenska liðið unnið riðilinn með sigri í Albaníu. „Við töluðum um það eftir 2021 að á þessu ári vildum við ekki vera að spila á svona rosalega mörgum leikmönnum eins og við vorum að gera þá. Við erum á góðri leið með ná utan um það. Leikurinn á þriðjudag gæti orðið mjög stór, vonandi eigum við möguleika á að vinna riðilinn. Það er rísa leikur fyrir ungu leikmennina sem gætu verið að spila landsleik með mikið undir, ef við getum unnið riðilinn þá erum við að setja okkur í þá stöðu að vera komnir í umspil,“ segir Arnar og á þar við um umspil fyrir laust sæti á Evrópumótinu árið 2024 en undankeppnin fer öll fram á næsta ári.

„Þessi leikur á þriðjudag og leikirnir í nóvember eru lokaundirbúningur fyrir 2023, þá þarf liðið að vera tilbúið. Það er ekki hægt að byggja upp lið í mörg ár, við höfum efnivið til að ná langt. Ég er mjög jákvæður á að við séum á mjög góðri leið að búa til mjög gott lið aftur.“

## Aukin gæði á æfingum

Arnar segir að gæðin á æfingum sé meiri með endurkomu eldri leikmanna, þeir hafi náð langt á sínum ferli. Hann segir að yngri leikmennirnir ýti svo við þeim gömlu. „Það er mjög mikið hungur í hópnum. Við vorum með Birkir Bjarnason sem hefur hjálpað yngri leikmönnum undanfarna mánuði, þegar þeir eru fjórir eða fimm þá sérðu mun. Þessir eldri leikmenn hafa náð langt af því að þeir hafa hæfileika, þeir lyfta upp gæðum og hraða á æfingum. Það er allt þetta, þetta er ekki bara utan vallar heldur líka innan vallar. Það verður allt betra og þessir eldri sækja orku til þeirra yngri, hungrið er svo mikið. Þeir vilja vinna allar keppnir, hvort sem þeir eru 34 ára eða 19 ára. Það er skemmtileg blanda í hópnum,“ segir Arnar brattur rétt áður en hann skellti í sig hádegismatnum á hótelinu í Austurríki. ■



Ég var ekki hissa á því hversu vel Davíð stóð sig því þetta hefur hann verið að gera í Svíþjóð.

Arnar Þór Viðarsson

að ganga betur núna. Við höfum betri blöndu í hópnum og liðinu okkar, reynslu og yngri leikmenn.“

## Lofsöngur Davíð Kristján

Vinstri bakvörðurinn, Davíð Kristján Ólafsson, kom mörgum á óvart með frammistöðu sinni gegn Venesúela en undanfarna mánuði hefur hann fengið mikið traust frá Arnari. Davíð Kristján hefur bætt leik sinn mikið undanfarið og þá sérstaklega eftir að hann hóf að spila með Kalmar FF í sænsku úrvalsdeildinni. „Við vorum mjög ánægðir með Davíð í sumar og það sem við höfum verið að sjá frá honum í sínu félagsliði er einfaldlega mjög gott. Í júní er Davíð að spila sína fyrstu alvöru A-landsleiki, það tekur tíma fyrir menn að ná ró í leiknum. Hann er með frábærar varnarfærslur og er virkilega góður sóknarlega, hann getur haldið í boltann. Við höfum unnið í því að þegar við vinnum boltann að við höldum betur í hann. Ég var ekki hissa á því hversu vel Davíð stóð sig því þetta hefur hann verið að gera í Svíþjóð.“

## Aukin breidd fyrir Arnar

Með komu eldri leikmanna hefur breiddin í landsliðshópi Arnars aukist og von er á því að Jóhann Berg Guðmundsson og Sverrir Ingi

Við réðum ferðinni og hraðanum á leiknum. Það sem við viljum bæta og það sem mér fannst við bæta í seinni hálfleik var sóknarleikurinn, koma boltanum inn í hættusvæðin. Við gerðum það betur í seinni hálfleik. Við viljum skapa meira og skora meira.“

Arnar vonast til þess að íslenska liðið sé að læra betur að stýra leikjum. „Við viljum ekki missa leikina í borðtennisleik. Að það sé fram og til baka og upp og niður, það hefur með reynslu að gera. Að við stjórnunum leiknum betur, við þurfum ekki að leita lengi að því af hverju það er

## 60+ TIL KANARÍ

með Bróa

14. NÓVEMBER Í 22 NÆTUR

HÁLFT FÆÐI INNIFALIÐ

22 nætur  
Flug & hótél frá  
316.350

SKANNAÐU MIG

Fararstjóri:

Brói

595 1000

www.heimsferdir.is



# Valur getur tryggt sér Íslandsmeistaratitilinn í dag

hordur@frettabladid.is

**FÓTBOLTI** Valur verður Íslandsmeistari annað árið í röð takist liðinu að að ná í jafntefli eða sigur gegn Aftureldingu í Bestu deild kvenna í dag.

Fjórir leikir fara svo fram á sunnudag en Valur spilar degi á undan vegna þátttöku liðsins í Meistaradeild Evrópu. Valur tók á móti Slavia Prag í undankeppni Meistaradeildar Evrópu kvenna á miðvikudag. Tékkneska liðið vann

0-1 sigur og er í góðri stöðu fyrir síðari leikinn. Liðið sem sigrar einvígið kemst í riðlakeppni Meistaradeildar Evrópu.

„Þetta var mjög svekkjandi tap gegn Slavia en við erum búnar að hrista það af okkur, við erum bara spennar fyrir þessu í dag. Við erum ekki búnar að tapa mörgum leikjum í sumar, við erum búnar að spila saman liðinu undanfarið og það hefur gengið vel,“ segir Ásgerður Stefánía Baldursdóttir einn af

burðarásunum í sterku liði Vals.

„Alveg sama þó það væri ekki í boði að vinna titil í leiknum þá ætlum við okkur í alla leiki til að vinna þá og það er engin undantekning gegn Aftureldingu á úti-velli.“

Ásgerður telur að Valur eigi svo góðan séns á að vinna Slavia á úti-velli í næstu viku. „Mér finnst við eiga mikla möguleika. Þær spiluðu ekki alveg eins og við höfðum kortlagt,“ segir Ásgerður. ■



Úr leik Vals og Slavia Prag í vikunni. Næstu dagar eru mikilvægir fyrir liðið.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
SIGRYGGUR ARI



Á vordögum var undirrituð viljayfirlýsing. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Fögur loforð á atkvæðaveiðum

hordur@frettabladid.is

**ÍÞRÓTTIR** Ólafur Kristjánsson, yfirmaður knattspyrnumála hjá Breiðabliki, var gestur í Íþróttavikunni á Hringbraut sem frumsýnd var í gærkvöldi. Rætt var um byggingu þjóðarhallar sem virðist ekki á dagskrá á næstunni, eitthvað sem ríki og borg höfðu lofað að væri að fara í gang síðastliðið vor. „Þetta er leiðindamál í alla staði, menn eru að slá sér til riddara þegar það þarf að sækja atkvæði og vinsældir,“ segir Ólafur en stjórnmalafólk kom saman í mai og lofaði öllu fögru skömmu fyrir sveitarstjórnarkosningar.



Það virðist enginn áhugi þegar á hólminn er komið að setja raunverulega peninga í verkefnið.

„Þau lofa því að það verði sett eitthvað í gang, það er svo sett í nefnd sem setur það í aðra nefnd. Nú veit ég ekki hvort nefndin hafi hist eða ekki, þetta er orðið langþreytt ástand og er í raun algjört virðingarlaysi að það sé ekkert gert.“

Lengi hafa vonir staðið til þess að þjóðarhöll og nýr þjóðarleikvangur í knattspyrnu myndu rísa en margir eru farnir að gefa upp alla von. „Við erum með vonda aðstöðu, í raun enga aðstöðu. Það er verið að reyna einkaframkvæmdir í ýmsum geirum samfélagsins sem er stundum umdeilt. Ég held að það sé útsæð með að ríkið eða sveitarfélög komi að þessu. Þar draga menn bara lappirnar og það þarf að finna lausn þar sem fjármagnid kemur annars staðar frá. Það virðist enginn áhugi þegar á hólminn er komið að setja raunverulega peninga í verkefnið.“

Þjóðarhöll er framar á teiknaborði stjórnvalda og því er enn lengri bið í að nýr þjóðarleikvangur rísi. „Það hangir á sömu spýtunni, þetta er margtuggið. Á tyllidögum vilja allir upp á hestinn og taka þátt, þegar kemur að því að standa við gefin loforð þá verða menn litlir í sér. Það er fullt af hlutum og málum sem myndu vera brýnni en þjóðarhöll í stóra samhenginu en þetta er eitthvað sem þarf virkilega að fara að gera gangskör að. Ég held að margir átti sig ekki á hversu aftarlega á merinni við erum þegar kemur að aðstöðu.“ ■

# Hafa turnar heilbrigðis-kerfisins reynst þér ókleifir?

## ÞÁ KÖSTUM VIÐ TIL ÞÍN FLÉTTUNNI!

Fléttan eru styrkir sem veittir eru til nýsköpunarfyrirtækja sem skapað hafa áhugaverðar lausnir til að bæta þjónustu við sjúklinga, stytta biðlista og auka skilvirkni kerfisins. Styrkveitingin er háð því skilyrði að nýsköpunarfyrirtækin eigi í nánú samstarfi við stofnanir eða fyrirtæki í heilbrigðisþjónustu sem skuldbinda sig til að innleiða þá nýsköpun sem styrkur er veittur til.

Um er að ræða 60 m.kr. sem Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir, háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra mun veita til verkefnisins og lögð verður sérstök áhersla á að styðja við samstarf milli hins opinbera og einkaaðila um land allt.

**Umsóknarfrestur er til og með 31. október. Frekari upplýsingar og umsóknarform má finna á vefsíðu ráðuneytisins, [www.hvin.is](http://www.hvin.is).**



Stjórnarráð Íslands  
Háskóla-, iðnaðar- og  
nýsköpunarráðuneytið





# Úr bílskúrnum heima yfir í beina útsendingu



Aron Guðmundsson aron@frettabladid.is

Sauðkrækingurinn Arnar Geir Hjartarson kom, sá og sigraði á fyrsta kvöldi íslensku úrvalsdeildarinnar í pílukasti. Arnar kom inn í íþróttina fyrir tæpum tveimur árum og hefur á skömmum tíma vakið mikla athygli.

**PÍLA** Þetta er í fyrsta skipti sem Arnar Geir tekur þátt í íslensku úrvalsdeildinni sem er nú í fyrsta skipti sýnd í beinni útsendingu á sjónvarpsstöðinni Stöð 2 Sport.

Arnar vann öll einvígi sín á fyrsta undankvöldinu sem fór fram á Bullseye á dögnum, lagði þar af velli landsliðskempur og tryggði sér sæti á úrslitakvöldinu sem fer fram í desember.

„Þetta var nú bara ólýsanleg tilfinning,“ segir Arnar Geir við Fréttablaðið um sigurinn. „Ég kom inn í mótið með hófsamar væntingar, svona tiltölulega nýbyrjaður í pílu og átti alls ekki von á þessu. Ég var búinn að sjá þennan sterka ridil sem ég var að fara keppa í og gerði mér vonir um kannski einn sigur í honum. Þetta gekk bara vonum fram.“

## Stressið var mikið

Frumraun Arnars Geirs á sviði þeirra bestu vakti mikla athygli. Hann viðurkennir að stressið hafi verið mikið dagana fyrir keppniskvöldið.

„Fyrir kvöldið var ég orðinn mjög stressaður. Dagarnir fyrir keppniskvöldið einkenndust af fiðringi í maganum en þegar að ég gekk inn í salinn á Bullseye leið mér bara um leið mjög vel, það var eins og spennufallið kæmi þá.“

Þá leið mér mjög vel uppi á sviðinu sjálfu, fann lítið fyrir stressi. Það kom mér á óvart því ég átti allt eins von á miklu stressi þá fyrir framan helling af myndavélum og í beinni útsendingu. Ég var bara furðu rólegur.“

## Stuttur ferill

Tæp tvö ár eru síðan Arnar Geir fjárfesti í sínu fyrsta píluþjald, sínum fyrstu pílu. Hann hefur ekki litið til baka síðan þá.

„Áhuginn á pílu kom með áhorfi á heimsmeistaratótið í íþróttinni um þar síðustu jóla. Það var þá sem ég dreif í því að kaupa mér píluþjald og pílu. Ég byrjaði að leika mér að kasta og þetta náði mér um leið, mér fannst þetta svo ótrúlega gaman. Þetta var eitthvað sem átti vel við mig. Með þessu fór ég að æfa mig og



**Sjálfur hef ég bara verið að æfa mig í bílskúrnum heima. Þar fara flest allar mínar æfingar fram.**

Arnar Geir Hjartarson, pílukastari

spila meira eftir því sem vikurnar og mánuðirnir liðu.

Það var síðan í janúar fyrr á þessu ári sem ég fór að keppa á mótum. Reynsla mín frá þeim mótum er mjög góð, það hefur gengið vel hjá mér og ég hef unnið mig tiltölulega hratt upp stigann. Bodið um að taka þátt í úrvalsdeildinni kom síðan í kjölfarið.“

## Æfir í bílskúrnum heima

Það er vaxandi áhugi innan samfélagsins á Sauðárkróki fyrir pílukasti og vonir standa til að í náninni framtíð verði komin almennileg aðstaða til að stunda íþróttina.

„Við erum að reyna koma á laggirnar almennilegum hóp í kringum pílu á Sauðárkróki. Pílukastið er deild innan Tindastóls, lítill hópur eins og staðan er í dag en við erum núna að vinna í að koma okkur upp almennilegri aðstöðu.“

Sjálfur hef ég bara verið að æfa mig heima í bílskúrnum, þar fara flest allar æfingar mínar fram en aðstaðan stendur vonandi til bóta hjá okkur, þá opnast dyrnar fyrir fleiri til að æfa sig í pílukasti á Sauðárkróki.“

Þá þykir líklegt að nýjustu afrek Arnars Geirs á stóra sviðinu kveiki neista.

„Ég hef fundið fyrir gríðarlega miklum stuðningi hér heima og sér í lagi eftir sigurinn á dögnum. Það er fullt af fólki sem hefur sett sig í samband við mig og óskað mér til hamingju en einnig fólk sem hefur lýst yfir áhuga á því að reyna fyrir sér í pílukasti. Ég held að það sé klár-

lega aukakraftur fyrir samfélagið okkar hér fyrir norðan að fá þetta inn.“

## Frambærilegur kylfingur

Arnar Geir er með bakgrunn úr íþróttahæminum. Hann er afar frambærilegur kylfingur og hefur meðal annars reynt fyrir sér í bandarísku háskólagolfi.

„Ég hef spilað golf síðan ég var þínulítill, mikið af keppnisgolfi og mér finnst það

Arnar Geir Hjartarson pílukastari bar sigur úr bítum á fyrsta undankvöldi íslensku úrvalsdeildarinnar.

MYND/ADSEND



hafa skilað mér töluvert meiru en ég átti von á þegar ég hellti mér út í pílukastið.“

Það er hins vegar ekki sveiflan sem gagnast Arnari Geir í pílu heldur hin andlega hlið íþróttaiðkunar.

„Það er ekki mikið sem flyst yfir úr golfíþróttinni sjálfri en klárlega bara þessi andlega hlið þess að vera íþróttamaður, hausinn umtalaði, keppnisumhverfið. Hvernig maður heldur taugunum niðri þegar mest á reynir. Ég get alveg staðfest að það er ekki erfitt fyrir mig að fara að keppa í pílukasti þrátt fyrir að það sé allt önnur íþrótt en ég er vanur að keppa í.“

**En þýða nýjustu vendingar fyrir Arnar Geir í pílukasti að keppnisgolfið sé nú komið í annað sæti?**

„Já ég get alveg sagt það. Ég spila alveg golf áfram og mun kannski keppa eitthvað aðeins áfram en ekkert eins og ég gerði áður. Pílukastið er núna í forgangi hjá manni.“



**Ekki erfitt fyrir mig að fara að keppa í pílukasti þrátt fyrir að það sé allt önnur íþrótt en ég er vanur að keppa í.**

Arnar Geir Hjartarson, pílukastari

## Úrslitakvöldið bíður

Úrslitakvöld úrvalsdeildarinnar mun fara fram á Bullseye í byrjun desembermánaðar. Þar munu fjórir bestu pílukastarar landsins berjast um Íslandsmeistaratilinn.

„Ég hlakka mikið til að fá tækifæri til þess að spila aftur. Þetta var alveg ógeðslega gaman og spennan er mikil fyrir úrslitakvöldinu. Þangað til það rennur upp mun ég halda áfram að æfa eins og ég hef verið að gera hingað til. Ég æfi yfirleitt eina klukkustund til tvær á dag, það hefur skilað sér hingað til þannig að ég fer ekki að breyta því núna.“ ■

# Frammistaða Arnars Geirs yljur forsetanum um hjartarætur

aron@frettabladid.is

**PÍLA** Matthías Örn Friðriksson hefur undanfarið verið besti pílukastari landsins. Auk þess er hann forseti Íslenska pílukastsambandsins og hann segir það hafa verið magnað að fylgjast með frammistöðu Arnars Geirs og fyrsta undankvöldi íslensku úrvalsdeildarinnar.

„Það var eins og hann ætti bara heima þarna á sviðinu. Fyrsta pílan í fyrsta kasti, í fyrsta leik hjá honum, fór beint í þrefaldan tuttugu og þá sá maður um leið að hann er með þetta.“

Ég kalla hann bara nýliða því það er ekki langt síðan að hann fór að reyna fyrir sér í pílukasti en þarna sjáum við bara hvað er hægt að gera ef maður leggur bara nógu mikið á sig.“

Matthías segir fróðlegt að sjá í framhaldinu hvað sigur Arnars Geirs gerir fyrir pílukastið á landsbyggðinni, Arnar kemur frá Sauðárkróki. „Flest öll félögin eru hér á suð-



Matthías Örn Friðriksson, forseti Íslenska pílukastsambandsins

vesturhorni landsins en það er verið að vinna gott starf fyrir norðan og að sjá Arnar Geir plumma sig svona vel á stóra sviðinu yljur manni bara um hjartarætur.“

Pílukastið hefur verið í mikilli sókn hér á landi og nú var í fyrsta skipti sýnt frá íslensku úrvalsdeildinni í beinni útsendingu á sjónvarpsstöðinni Stöð 2 Sport.

„Þetta tókst svakalega vel, við höfum átt í góðu samstarfi við Stöð 2 Sport upp á síðkastið. Þau hafa verið að sýna páska- og jólamótin hjá okkur og nú í fyrsta skipti er verið að gera úrvalsdeildinni skil með beinum útsendingum. Þetta er mögnuð þróun og hjálpar íþróttinni að taka næstu skref fram á við hér heima.“

Vonandi er þetta komið til að vera. Það er ekkert fast í hendi en ég væri svo til í að þetta yrði árlegur viðburður. Við klárum þessi undankvöld núna og síðan í byrjun desember má búast við flottri keppni á sjálfu úrslitakvöldinu. Þar fáum við tvo undanúrslitaleiki og svo úrslitaleikinn sjálfan.“

Keppt er við framúrskarandi aðstæður á pílukastað Bullseye.

„Það er erfitt að koma því frá sér í orðum hvað Bullseye hefur gert fyrir pílukastið í heild sinni hér á landi. Fólk þar er búið og búið til að aðstoða okkur og þessi aðstaða sem búið er upp á þar er á heims-



**Þarna sjáum við bara hvað er hægt að gera ef maður leggur bara nógu mikið á sig.**

Matthías Örn Friðriksson, forseti Íslenska pílukastsambandsins

mælikvarða. Maður finnur ekkert betri aðstöðu en þetta í Evrópu, hvað þá heiminum.

Stóra sviðið hjá þeim er bara á pari við það sem við sjáum á stærri mótum úti í heimi. Þessi reynsla sem er verið að bjóða upp á núna í íslensku úrvalsdeildinni er að fara gefa okkur gríðarlega mikið.“ ■



Laugarnar í Reykjavík



**ÍDRÓTTAVIKA EVRÓPU**  
**23. - 30. SEPTEMBER**

**hreyfum okkur**

**oftar og meira**

**í laugunum!**

**#BEACTIVE**  
ÍDRÓTTAVIKA EVRÓPU







BJORK@FRETTABLAÐIÐ.IS

## Íslenskar stórstjörnur

**B**jörk Guðmundsdóttir þekkir ágang fjölmiðla og almennings eftir ár sín í London og kann því enn betur að meta hið þegjandi samkomulag um að hér fái hún frið. Hún segir ljósmyndara virða þetta og almenning ekki biðja um sjálfu með myndavélasimum sínum – þetta sé óskrifuð og góð regla.

Í blaðinu er einnig að finna viðtal við aðra stjörnu, Ragnhildi Gísladóttur, sem sló fyrst í gegn með Grýlunum í upphafi níunda áratugarins. Okkar fundir hefðu getað orðið mikið fyrr, nánar tiltekið fyrir tæpum fjórum áratugum þegar undirrituð, þá smástelpa, falaðist fyrst eftir viðtali við þessa stórstjörnu. Ég og vinkona mín vorum að búa til blað, vélritað og ljósritað, til útgáfu og sölu í götunni okkar. Þegar við hringdum og buðum, með öndina í hálsinum, Ragnhildi forsiðuviðtal blaðsins, tók hún okkur vel og samþykkti að hitta okkur á heimili sínu daginn eftir.

Uppnumdar sögðum við móður vinkonu minnar frá fyrirhugudum fundi okkar við eina skærustu stjörnu þess tíma: Ragnhildi Gísladóttur, söngkonu Grýlanna – hennar viðbrögð voru að taka algjörlega fyrir það að við trufluðum svo þekktu manneskju með slíku. Við það sat og viðtalið beid í nokkra áratugi.

En hvar annars staðar myndi þetta gerast? ■

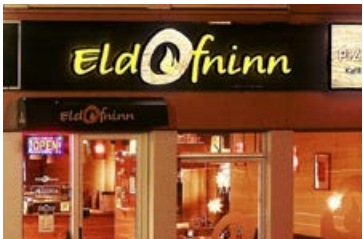


En hvar annars staðar myndi þetta gerast?

## Við mælum með

### Eldofninum

Í Grímsbæ við Bústaðaveg er að finna bestu pítsur landsins. Alvöru eldbakaðar pítsur, eldaðar við alvöru eldivið í ítölskum ofni, úr heimagerðu deigi, sósu og olíum. Matseðillinn er einfaldur enda er lykillinn við gæðapítsur einfaldlega gæðahræfni og já, eldunaraðferðin. Þó er hægt í fara „spes“ listann fyrir þá sem vilja flækja hlutina örlítið. Þetta er samt ekkert svo flókið, bara sjúklega gott.



### Haustitiltekt

Það er með töluverðum trega sem við mælum með að lesendur nýti þennan laugardag í haustitiltekt í garðinum. Eftir ljúfan september er von á fyrstu haustlægðinni og ekki útilokað að veðurviðvaranir detti í appelsínugult. Nú er því tækifærið til að bjarga garðhúsgögnum, grillum og trampólínum frá því að fjúka út í veður og vind. ■



Hrönn og Árni Sveinsbörn unnu saman að gerð myndarinnar í skóm drekans og eru spennt fyrir að sýna hana fyrir tveimur fullum sölum í kvöld. Eftir sýningu verður boðið upp á spurningar og svör.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Myndin sem varð að mýtu

Í skóm drekans, eina íslenska kvikmyndin sem bönnuð hefur verið, verður sýnd í kvöld í Bíó Paradís. Framkvæmdastjóri kvikmyndahússins er aðalumsjöllunar-efni myndarinnar en hefur legið á myndinni sem ormur á gulli þrátt fyrir ítrekaðar áskoranir um sýningu.

bjork@frettabladid.is

**É**g er ekki að ýkja þegar ég segi að nánast í hverjum mánuði undanfarin ár hafi einhver haft samband við mig til að nálgast myndina. Hún var orðin svo ófáanleg að hún var orðin að einhvers konar mýtu. Landsbókasafnið hefur líka skammað mig fyrir að hafa aldrei skilað henni inn,“ segir Hrönn Sveinsdóttir þegar nefnt er við hana að hún hefði nú mögulega getað komið myndinni í sýningu fyrr.

Forsaga málsins er sú að Hrönn ákvað árið 2000 að gera heimildarmynd um hina nýju fegurðarsamkeppni Ungfrú Ísland.is. Hrönn tók sjálf þátt í keppninni og skrásetti ferlið með móður sína sem tókumann en bróðir hennar, Árni Sveinsson, leikstýrði og skrifaði handritið ásamt Hrönn. Daginn fyrir frumsýningu myndarinnar var lögbann sett á sýningu hennar og í kjölfarið upphöfust málaferli sem lauk árið 2002.

„Ef þetta væri sjónvarpsmynd væri hún í tveimur þáttum: Fyrst væri fegurðarsamkeppnadramað og svo allt réttardramað. Þar væri Ragnar Aðalsteinnsson eins og Mat-



Heyriði, stelpur, ég þarf að segja ykkur svolítið – ég tók eitt sinn þátt í fegurðarsamkeppni.

komið að tuttugu ára afmæli kom ekki yfir mig tilhlökkun. En ég hrsti það af mér og hugsaði: „Gerum þetta bara!“

Hrönn segir 20 ára afmæli myndarinnar að mörgu leyti hafa komið á frábærum tíma enda nýbúið að ljúka endurbótum á Bíó Paradís og því gaman að fagna með pompi og prakt. Fljótt varð uppselt í aðalsal kvikmyndahússins og var þá bætt við öðrum sal þar sem miðarnir hafa farið hratt. Sjálf verður Hrönn auðvitað viðstödd í kvöld ásamt fjölskyldu og mun sitja fyrir svörum eftir sýninguna.

„Ég hef ekki séð myndina frá því á kvikmyndahátíð í San Fransisco rétt eftir að hún kom út fyrir 20 árum.“

Dætur Hrannar, sem eru 8, 12 og 14 ára, fréttu bara af þessari fortíð móður sinnar í vikunni.

„Það var bara því au-pair stúlkan okkar frá Filippseyjum hafði frétt af þessu og langaði að koma með vinkonum sínum. Stelpurnar fóru þá að spyrja og ég þurfti því að segja við þær: „Heyriði, stelpur, ég þarf að segja ykkur svolítið – ég tók eitt sinn þátt í fegurðarsamkeppni.“

Hrönn segir að dæturnar hafi eðli málsins samkvæmt orðið hissa. „Ég hefði allt eins getað sagt þeim að ég hafi einu sinni verið leigumörðingi eða njósnari erlends ríkis,“ segir hún og hlær en dæturnar fá að sjá mömmu fyrir 22 árum á hvíta tjaldinu í kvöld.

„Þarna sjá þær mömmu, ömmu og afa og frændur og frænkur fyrir 22 árum. Þessa snarbiluðu konu sem er í dag móðir þeirra,“ segir Hrönn að lokum. ■

lock, mamma væri leikin af Sally Fields sem væri alltaf að gráta fyrir utan réttarsalinn og allt rosalega dramatískt,“ segir Hrönn í léttum tón.

„Eftir málaferlin reyndum við alveg að fylgja myndinni eftir enda var mikil eftirspurn eftir henni á hátíðir víða um heim. En eftir svona drama er maður bara kominn með ógeð og ég tala nú ekki um ef maður er sjálfur viðfangsefnið. Þá er maður kominn með algjört ógeð á því að sjá sjálfan sig, ræða þetta og kynna þetta.“

### Sá sjálf myndina fyrir 20 árum

Hrönn segist því hafa haft litla löngun til að setja myndina í sýningu undanfarin ár með öllu sem því fylgir.

„Svo lofaði ég sjálfri mér að þegar það yrði kominn einhver afmælistími myndi ég gera eitthvað. En ég lýg því ekki, þegar það rann upp fyrir mér í upphafi árs að nú væri

## Í vikulokin

## Efndir í stað ölmusu til fjölmiðla



Ólafur Arnarson

Lengi hefur því verið lofað að RÚV verði tekið af auglýsingamarkaði. Þetta er einatt svikið og raunar virðist enginn vilji meðal stjórnmalamanna til að koma eðlilegri skipan á íslenskan fjölmiðlamarkað.

Í síðustu viku var úthlutað 380 milljónum til einkarekinna fjölmiðla. Fjárhæðin var lækkuð milli ára, rétt eins og árið áður og lækkar enn á næsta ári.

Hins vegar er lagt til að framlög til RÚV hækki og verði 5,4 milljarðar á næsta ári. Gangi það eftir hefur ríkisframlag til RÚV verið hækkað um

720 milljónir á tveimur árum, eða nær tvöfalda þá upphæða sem ríkisstjórnin lætur hrökkva af borðum til einkarekinna miðla.

Ofan á þetta bætast auglýsingatekjur RÚV, sem námu ríflega tveimur milljörðum árið 2021.

Framlög ríkisins til minni miðla nema þetta á bilinu 8–13 prósentum og hjá vefmiðlinum Kjarnanum, sem margir kalla bloggsíðu, nemur ríkisstyrkurinn 14 prósentum kostnaðar.

Ríkisframlagið nemur á bilinu 1–2 prósentum af kostnaði hjá þremur stærstu fjölmiðlafyrirtækjum lands-

ins, Sýn, Árvakri og Torgi. Á þetta að jafna aðstöðumuninn gagnvart RÚV?

Hvernig stendur á því að erlendir miðlar keppa á íslenskum auglýsingamarkaði án þess að þurfa að skila hér sköttum af þeirri auglýsingasölu? Dug- og dáðleysi íslenskra ráðamanna verður seint við jafnað.

Lilja Alfreðsdóttir, sem farið hefur með málefni fjölmiðla í fimm ár, hefur allan þann tíma lofað að taka til hendinni á þessum markaði en ekkert hefur gerst. Hver er hennar sýn í þessum efnunum? Hefur hún



Er virkilega svona erfitt að efna einfalt loforð?

yfirleitt einhverja sýn? Telur hún að ölmusa til örmiðla myndi mótvægi við RÚV?

Hvernig væri að efna margra ára gömul loforð um eðlilegt samkeppnisumhverfi á fjölmiðlamarkaði?

Einu raunhæfu aðgerðirnar til að skapa eðlilegt samkeppnisumhverfi á íslenskum fjölmiðlamarkaði felast í því að taka RÚV af auglýsingamarkaði og skikka erlenda miðla til að skila sköttum af auglýsingasölu hérlendis.

Er virkilega svona erfitt að efna einfalt loforð? ■



# DAGSKRÁ UMHVERFISDAGS ATVINNULÍFSINS

# 2022



## Umhverfisdagur atvinnulífsins 2022

Auðlind vex af auðlind

Umhverfisdagur atvinnulífsins 2022 verður haldinn miðvikudaginn 5. október í Hörpu, Norðurljósum, kl. 09.00-10.30. Húsið opnar kl. 8.30 með morgunhressingu.

Dagskrá lýkur með Umhverfisverðlaunum atvinnulífsins sem Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, afhendir. Við tekur tengslamyndun og léttar veitingar fyrir fundargesti til kl. 11.00.

Fundarstjóri er Lovísa Árnadóttir, upplýsingafulltrúi Samorku.

### Dagskrá

#### Setning

Halldór Benjamín Þorbergsson framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins

#### Ávarp

Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfis-, loftslags- og orkumálaráðherra

#### Í átt að kolefnishlutleysi

Rannveig Rist forstjóri Rio Tinto á Íslandi

#### Pallborð

Anna Þórdís Rafnsdóttir verkefnastjóri sjálfbærni hjá Kviku og varaformaður IcelandSIF

Björk Kristjánsdóttir forstjóri Carbon Recycling International (CRI)

### Höfum við tíma til að biðja lengur?

Berglind Ósk Ólafsdóttir sérfræðingur í sjálfbærni hjá BYKO

### Ný viðmið í sjávarútvegi

Pétur Hafsteinn Pálsson framkvæmdastjóri Vísis hf.

### Hringrás auðlinda – magn er málið

Dagný Jónsdóttir forstöðumaður Auðlindagarðs HS Orku

### Pallborð

Grímur Sæmundsen forstjóri Bláa lónsins

Þorsteinn Kári Jónsson forstöðumaður sjálfbærni og samfélagstengsla hjá Marel

Jón Kjartan Jónsson framkvæmdastjóri Samherja fiskeldi

### Umhverfisverðlaun atvinnulífsins 2022

Forseti Íslands Guðni Th. Jóhannesson afhendir verðlaun fyrir Umhverfisfyrirtæki ársins og Umhverfisframtak ársins

Dagurinn er sameiginlegt verkefni SA, SAF, Samorku, SFF, SFS, SI og SVP

Í tengslum við Umhverfisdag atvinnulífsins er allur októbermánuður eyrnamerkur umhverfismálum og þá sér í lagi hringrásarhagkerfinu.



Skráning í  
mætingu eða  
streymi á sa.is







Nina Richter  
ninarichter  
@frettabladid.is

# Vildi ekki fara í leðjuslaginn

Það þarf ekki að kynna frægasta núlifandi Íslendinginn fyrir lesendum. Björk hefur í áratugi haft gríðarleg áhrif á tónlistarheiminn með framúrstefnulegri sköpun og skipað sér fastan sess í poppkúltúr á heimsvísu, til bæði austurs og vesturs.

**B**jörk Guðmundsdóttir mætir í viðtalið á efri hæð í timburhúsi á Seltjarnarnesi. Hún er klædd stórrí hvítri úlpu með áberandi augnskugga í jarðlitum. Það er svolítið magnað að sitja á móti stjórnun af þessari stærðargráðu. Tilefnið er nýjasta platan, Fossora. Sjónræn umgjörð í kynningarefni sækir í sveppaheiminn og jörðina. Platan er grípandi við fyrstu hlustun, aðgengileg og ágeng.

„Ég er bara í kápunni, í útilegustemningunni eftir gönguna,“ segir Björk. Hvaðan hún gekk fylgir ekki sögunni, og það virkar hnýsið að spyrja. Björk er friðuð stærð í vesturhluta borgarinnar, það er bannað að skipta sér af þetta vita allir.

## Ekki innan um áhrifavaldana

Björk segist fagna fjölbreytninni í mannflórunni og breytingum sem orðið hafa með stóraukinni ferðabjónustu. Aðspurð segist hún ekki finna fyrir auknu áreiti. „Mér finnst gaman að það séu túristar og líka íslenskir áhrifavaldar,“ segir hún. „En þetta er rosalega skýrt. Ég labba ekki niður Laugavegin klukkan sex á föstudegi þegar það er rosalega mikið af túristum.“

Veitingastaðirnir sem Björk og vinir hennar sækja eru ekki staðir sem ferðamenn eða áhrifavaldar fara á. „Ég fer aldrei á opnanir,“ bætir hún við. „Í þeim hverfum sem ég hangi í er enginn að taka mynd af mér á símann. Mér finnst eins og fólk viti þetta einhvern veginn. Ég var mjög skýr með þetta frá upphafi á Íslandi. Það er bara: Þegar ég er heima vil ég fá frið og er mjög þakklát,“ segir Björk.

Hún bætir við að ljósmyndarar sem taki myndir á opnunum virði óskir hennar einnig. „Ég sniglast

bakdyramegin og þeir blikka mig bara og vita að ég vil vera í friði.“

## Miskunnarlaus niundi áratugur

Björk segist koma út úr holunni þegar hún gefur út plötu, en hún vilji að sama skapi ekki vera mynduð þegar hún er úti að labba. Þó sé til þekkt fólk sem kjósi það og hún dæmi það alls ekki. „Þetta líf er fyrir suma en ekki fyrir mig. Ég fagna því að fólk sé að fá að velja þetta sjálft. Það var erfiðara þegar það var í höndunum á fjölmiðlum út af paparazzi. Það var miskunnarlausara,“ segir hún. „Eins og á 9. áratugnum í London. Ég er ekki að ýkja, það var moment þegar það voru fjörutíu paparazzar í garðinum hjá mér á bak við runna með langar linsur þegar ég fór að sofa. Við Sindri fórum bara til Spánar,“ segir Björk og hlær.

Hvað samfélagsmiðla varðar segir Björk frábært að rithöfundar geti skrifað ljóð daglega á Twitter. Sömuleiðis eigi hún vini sem vinna mikið á myndmiðla og nota Instagram. „Ég er sjálf meira á Facebook. En þegar vinir mínir eru að gera einhverja tónleika í Tókýó þá vakna ég og horfi á þá yfir morgunkaffinu, maður fær að fylgjast með,“ segir hún.

Björk tekur þó fram að hún myndi aldrei deila neinu persónulegu á samfélagsmiðlum en itrekar mikilvægi þess að fólk fái að velja sjálft hverju það deilir, hvernig það deilir því og að það virði að sama skapi hvernig aðrir vilja gera það.

## Vonbrigðin með Katrínu Jakobs

Í ágúst ræddi Björk við breska blaðið The Guardian um vonbrigði í tengslum við Katrínu Jakobsdóttur forsætisráðherra. Aðspurð hvort þær Katrín hafi rætt saman í kjölfar málsins, svarar Björk:

„Nei. Ég hefði getað sagt eitthvað og þá hefði þetta orðið að einhverju hitamáli hérna heima. Ég ákvað að gera það ekki. Ég vildi ekki að þetta lenti í einhverjum leðjuslag á milli okkar, sem mér finnst þetta oft breytast í. Af því að mér finnst málið ekki vera: Björk á móti Katrínu: Þær fara í bikini út í leðjuna og horfum á þær berjast,“ svarar hún.

„Það sem ég vildi frekar, og ég var mjög ánægð með, var að vikuna á eftir var á einhverri útvarpsstöð verið að ræða skilgreininguna fyrir almenning: Hvað þýðir það þegar land fer í neyðarástand? Bara að fræða okkur. Það var mikilvægara og ég vissi líka að ég væri að fara að gera viðtöl eftir tvær vikur og þá gæti ég líka sagt minn punkt. Það yrði svona mýkri lending frekar en að fara að grilla Kötú,“ segir Björk.

## Misskilningur í fjölmiðlum

Hún vill þó meina að misskilningur hafi farið af stað í fjölmiðlum þegar fjallað var um málið, sem hún kveðst vilja leiðrétta. „Þegar ég var í New York var ég búin að tala við Gretu Thunberg, sem fór á bátnum yfir Atlantshafið. Við ætludum saman að vera með blaðamannafund og skora á forsætisráðherra Norðurlanda að lýsa yfir neyðarástandi,“ segir Björk.

„Ég sagði við Gretu: Það er mín reynsla á Íslandi, eins og þegar við vorum að berjast gegn álverunum og öllu þessu, að ef maður fer að ráðast á fólk sem er ósammála manni fara allir í skotgrafirnar og allt fer í lás.“

Hún segist hafa orðið sér úti um símanúmer hjá forsætisráðherra í gegnum vin vinar. „Ég sagði við hana: Heyrðu, Katrín, nú ert þú í forsvari fyrir Norðurlöndin í ár. Ég ætlaði bara að láta þig vita af því að ég og Greta ætlum að halda þennan blaðamannafund áður en þú ert með þína ræðu, þar sem við ætlum að skora á ykkur. En vilt þú kannski bara vera með okkur í staðinn fyrir að þetta sé svona >>





# Birkifrae

LANDSÁTAK Í SÖFNUN OG SÁNINGU BIRKIFRÆS



## Klæðum landið birki!

Tökum Bonn-áskoruninni  
og breiðum út birki á

# 5%

 landsins fyrir  
**2030**

(er nú 1,5%)



PAPPAÖSKJUR FYRIR FRÆIN FÆRÐU HJÁ:



**BÓNUS** &

**olis**



Landgræðslan



skógræktin



LANDGRÆDSLAN OG SKÓGRÆKTIN VINNA SAMAN AÐ SÖFNUN OG DREIFINGU BIRKIFRÆS.

Bakhjarlar samstarfsins: BÓNUS, PRENTMET ODDI, OLÍS.

Samstarfsaðilar: Lions, Kvenfélagasamband Íslands, Landvernd, Skógræktarfélag Íslands, Kópavogsbær, Skógræktarfélag Kópavogs

Nánar á [birkiskogur.is](http://birkiskogur.is)

@birkifrae #birkifrae



» við á móti þér? Viltu ekki bara koma með okkur, og ekki endilega lýsa yfir neyðarástandi heldur skora á Norðurlönd að skoda þetta? Meira þannig," segir Björk.

Hún segir að einmitt þá hafi Írland verið nýbúið að lýsa yfir neyðarástandi. „Þannig að þetta kom ekki bara úr loftinu," segir Björk. „En það sem ég var ósatt við, var það sem Kata gerði. Hún hefði þá átt að texta mér: Frábært hjá ykkur en ég og ríkisstjórnin erum ekki komin þangað. Haldið þið ykkar striki og ég held minni striki. Af því að hún var með ræðu þarna í Sameinuðu þjóðunum," útskýrir Björk. „Það sem hún gerir, er að hún segir í textanum til mín: Heyrðu þið getið bara aflýst ykkar blaðamannafundi, gerið þið það bara. Þið þurfið ekkert að gagnrýna mig af því að ég ætla að lýsa þessu yfir hjá Sameinuðu þjóðunum.“

#### Konur ekki stikkfríar

Björk segist hafa samþykkt það. „Ég var búin að undirbúa... það er alveg pakki að undirbúa blaðamannafund í New York. Allar þjóðir heims voru þarna. Allir voru að biða eftir að Greta kæmi yfir Atlantshafið," segir hún. „Ég treysti henni og segi: Ókei, ekkert mál. En svo heldur hún ræðuna sína og þá lýsir hún þessu ekkert yfir. Þá var mitt augnablik farið. Þannig að mér fannst þetta óheildarlegt af henni.“

Björk hefði ekki gert athugasemdir ef Katrín hefði ákveðið frá upphafi að segja ekkert. „Ef hún var bara í erfiðri stöðu með sínu samstarfsfólki í sinni ríkisstjórn. En mér finnst hún bara síðan ekki hafa gert neitt. Mér fannst bara gott að það kæmu fram þessar upphæðir. Að ríkisstjórn væri að setja 500 milljónir árlega í að hjálpa kjötíðn- aðarfólki eða eitthvað svona fátækt, en 50 milljónir í umhverfismál. Þetta er náttúrulega bara algjörlega hlægilegt," segir hún. Björk bætir við að 97 þjóðir hafi nú þegar lýst yfir neyðarástandi. Á Norðurlöndunum séu Ísland og Noregur einu þjóðirnar sem ekki hafi tekið skrefið.

Hún segir aðgerðina setja af stað fjárveitingar í ákveðin viðbragðskerfi sem búin er að þróa, á sama hátt og í tilfelli heimsfaraldurs kórónaveiru eða náttúruhamfara. „Þetta er eitthvað sem ég og Greta vorum búnar að líta í, og búnar að tala við fólk á Íslandi. Hópar sem ég er búin að vera að vinna með í gegnum árin. Þetta er fljótlegasta aðferðin til að sinna öllum þessum málum," segir Björk. „Þetta er neyðarástand. Mér fannst mjög leiðinlegt að þurfa að ráðast á konu í forsætisráðherrastól, en mér finnst líka mjög mikilvægt að þær séu ekki bara stikkfríar.“

#### Engir divustælar

Björk ítrekar ánægju með umræðuna sem fór af stað í kjölfarið. „Ég vildi samt koma á framfæri að það væri smá misskilningur þarna. Þetta var ekki bara ég að senda henni texta: Settu neyðarlög, Kata! Eins og ég væri með divustæla. Þetta var ekki þannig. En ég kansellaði þessum blaðamannafundi sem ég hefði annars ekki gert.“

#### #MeToo sem bókhaldsatriði

Björk hefur rætt nokkuð um stöðu kvenna í tónlistarbransanum og lýsti karlrembu innan senunnar í frægu viðtali við Pitchfork-tónlistarmiðilinn árið 2015. Aðspurð hvort hún finni fyrir breytingu eftir #MeToo-hreyfinguna og hugsanlegu bakslagi í umræðunni, svarar Björk:

„Maður er svolítið umkringdur fólki sem hugsar eins og maður sjálfur, sem er smá hættulegt stundum. En ég held að þetta sé samt skref áfram. Eftir #MeToo fór þetta í rosa svart og hvítt. Annað hvort voru menn skrímsli eða englar," segir hún. „Önnur bylgjan var meira að fara inn í þetta grúa svæði.“

Björk segist hafa rætt það með



Við getum ekki sett alla karlmenn sem hafa gert eitthvað á einhverja eyju og aldrei talað við þá aftur.

vinkonum sínum hvernig #MeToo-mál væru orðin að eins konar bókhaldsatriði í dag. „Ef #MeToo-atriði kemur upp á vinnustað þá er þetta svona: Já, ókei. Hversu alvarlegt var þetta? Einhver fjörtutíu atriði sem þarf að greina og vita hvernig á að bregðast við. Ekki alltaf bregðast eins við og ekki alltaf bara kansel eða ekki kansel. Heldur er þetta bara bókhaldsatriði," segir hún.

„Mér finnst mikilvægt að við leyfum okkur að fara inn í þetta grúa svæði af því að við getum ekki sett alla karlmenn sem hafa gert eitthvað á einhverja eyju og aldrei talað við þá aftur," segir Björk. „Það þarf að vera fyrirgefning og það þarf að vera munur á brotunum. En með aukinni ábyrgð erum við öll að skilgreina þetta saman. Ég vildi óska þess að ég gæti bara hringt í #MeToo-lögguna og hún myndi bara sjá um öll þessi mál. En sá lúxus er ekki í boði. Við verðum sjálf að setjast niður með kaffibolla og leysa úr þessu, mál fyrir mál fyrir mál. Og þannig þroskast saman í rétta átt," segir hún. „Þannig að stutta svarið er, í það heila er þetta að fara í rétta átt. Það verður bakslag þegar risaeðlan sveiflar halanum. En á heildina séð er skipið að snúa í rétta átt.“

**Ekki sorgarplata um móðurmissi** Á nýju plötunni eru tvö lög sem fjalla um móður Bjarkar, Hildi Rúnu Hauksdóttur umhverfissinna og aktivista, sem lést árið 2018.

„Ég fór í smá vörn þegar ég sá að það hafði skolest til, þegar ég sá að fólk heldur að þetta sé sorgarplata um móðurmissi," segir Björk. „En þetta eru bara tvö lög, það er ekki

öll platan. Þetta er eitthvað sem við þurfum öll að gera í lífinu, að kveðja foreldri. En mamma átti langt og gott líf og mér finnst mikilvægt að það sé í réttum ballans," segir hún.

Börn Bjarkar, Ísadóra Bjarkar-dóttir Barney og Sindri Eldon, vinna með móður sinni á plötunni, sitt í hvoru laginu. „Sonur minn er búinn að vera í hljómsveit síðan hann var fjórtán ára og dóttir mín er alltaf að syngja. Þau eru alltaf að bralla eitthvað og skrifa," segir hún.

Hugsanlega hafi samstarfið með börnunum á plötunni orðið til vegna Covid, og mikillar fjölskyldusamveru í „jólakúlunni“. Björk bætir við að það væri skrytið ef þau væru ekki á plötunni. „Þau voru orðin hluti af þessum heimi. Svo er þetta í fyrsta skipti sem þau eru bæði orðin fullorðin. Ef ég spyr þau, þá geta þau sagt já og þau vita hvað það innifelur. Ekki bara tónlistarlega séð, heldur mun fólk úti á götu stoppa þau og þau þurfa að tala um það. Það er svona pakki sem fylgir því," segir hún. „Þegar fólk er orðið tvítugt skilur það hvað kemur með því. Þetta var ekkert útpælt en kannski hef ég ómeðvitað gert þetta svona, sem móðir.“

Björk bætir við að Sindri sonur hennar hafi verið mjög tengdur ömmu sinni. „Hann vildi líka gera þetta sem greiða við hana og þakka henni," segir hún.

#### Tíunda stúdíóplatan

Lögin tvö sem Björk samdi um móður sína voru fyrstu lögin sem hún samdi á plötunni. „Ég var viðbúin því að gefa þetta út sér," segir hún. „Að þetta ætti kannski ekkert heima inni á minni plötu. Svo inni

Björk segist ekki hafa beðið forsætisráðherra að setja neyðarlög upp úr þurru, og vill skýra mál sitt í því samhengi.

MYNDIR/  
VIÐAR LOGI



Ég reyndi að gefa bróður mínum alltaf tækifæri til að geta sagt við mig: Nei, þetta er of mikið. Að það væri alltaf tækifæri til þess.

á milli, þegar ég var að gefa út hin lögin, fór ég aftur að þessu. Með laginu Sorrowful soil var þetta svona meira blátt áfram, einfaldara, það var eins og ljóð og auðveldara að útsetja það," segir hún. „Með Ancestress vildi ég bæði setja öll hljóðfæri í heiminum inn í það en svo var ég alltaf að taka allt út aftur af því að ég vildi hafa einfaldleika. Ég er búin að henda rosalega miklu út úr því lagi. Ég er rosalega ánægð með hvar það endaði," segir Björk.

Hún minnst á verklag í framhaldinu. „Ég held að þar hafi ég bara grætt á því hvað leið langur tími. Maður vinnur í einhverju lagi og svo gleymir maður því í nokkra mánuði og fer að vinna í einhverjum öðrum lögum," segir hún. „Svo kemur maður að því aftur og vonandi fer að vinna eitthvað aðeins í því, gleymir því svo aftur í nokkra mánuði, skilurðu," segir Björk. Hún hefur í dag sent frá sér níu stúdíóplötur og er Fossora hin tíunda. Auk þess á hún að baki þrjár samstarfsplötur og sjö tónleikaplötur, auk tónlistarvinnu fyrir kvikmyndir.

„Maður er alltaf með nokkra hluti sem maður er að setja í salt og eftir því sem maður verður eldri verður maður betri í því að vita: já, þetta þarf að vera í salti í einn mánuð," útskýrir Björk. „Þetta í eina viku. Þetta í sex mánuði. Svo getur maður tekið það aftur, þarf svo að láta það í friði í þrjá mánuði. Þetta er svo að maður sé með fersk eyru. Maður má líka ekki ofvinna hugmyndir.“

#### Með stuðningi bróður síns

Bróðir Bjarkar heitir Arnar Sævarsson, og eru systkinin sammæðra. Björk segist hafa verið í samráði við hann þegar hún vann að tónlistar-myndbandi lagsins sem fjallaði um móður þeirra. Myndband sem Björk lýsir sem litill kvikmynd. Andrew Thomas Huang leikstýrir myndbandinu. Hann hefur unnið mikið með Björk síðasta áratuginn og segist Björk hafa treyst honum vel fyrir verkefninu.

„Við fórum og tókum upp kvikmynd úti, í dal þar sem mamma tíndi mikið plöntur og þurkaði síðan. Við horfðum síðan á þetta, ég og bróðir minn. Við höfum vandað okkur rosalega varðandi hverju við viljum deila með heiminum og hverju ekki. Ég reyndi að gefa bróður mínum alltaf tækifæri til að geta sagt við mig: Nei, þetta er of mikið. Að það væri alltaf tækifæri til þess," segir Björk.

„Hann studdi mig í þessu. Hann sagði að mamma hefði örugglega orðið mjög ánægð með þetta og þakklát. Hún gerði líka plötu með mér þegar ég var 11 ára og var drif-fjóðrin í því," segir hún. „Þess vegna var maður ekki eins feiminn. Það var eitthvað sem byrjaði þar og endaði, einhvers staðar þarna. Hún var stíllistinn á plötuköverinu mínu þegar ég var ellefu ára. Hún bjó til settið og fann búninginn. Þannig að sú hlið á mér sem er opinber var hliðin á mér sem mamma var mjög sátt við," segir Björk.

Hún bendir á að ef móðir hennar hefði verið mikill intróvert og ekki líkað við þá hlið, þá hefði útkoman orðið allt öðruvísi. „En bróðir minn er búinn að sjá myndbandið og við erum mjög ánægð með þetta.“ ■



REYKJAVÍKURBORG KYNNIR

# HETJAN ÚR HVERFINU

VERÐUR ÞÚ HETJAN ÚR HVERFINU?



TAKTU ÞÁTT Á  
[HVERFIDMITT.IS](https://hverfidmitt.is)

Ertu með frábæra  
hugmynd fyrir  
þitt hverfi?

Hugmyndasöfnun er hafin  
og stendur yfir til 27. október.

15 vinsælustu hugmyndirnar  
af samþykktum hugmyndum  
fara beint í kosningu!



# Níræður virtúós með tagl og nikku



Björn Þorláksson  
bth  
@frettabladid.is

Reynir Jónasson, harmonikkuleikari og organisti, fagnar níræðisafmæli á morgun, sunnudag. Reynir er ekki dæmigert gamalmenni og þakkar daglegum sundferðum og 10 daga viðkomu á Vogu fyrir margt löngu, góða heilsu sína.

**E**inn dáðasti hljóðfæraleikari landsins fagnar níræðisafmæli. Hóf leik á orgel og saxófón en harmonikkann trompaði allt, jafnvel fyrirhugað dýralæknanám.

„Bara grænt te, takk,“ segir tónlistarmaðurinn Reynir Jónasson og brosir með visku hins aldna manns þegar við hittumst á Mokka og spurt er hvort höfðinginn vilji hressingu.

Hann þarf ekki drykk til að vera hress. Afmælisfögnuður er fram undan og þjóðin samfagnar með tónlistarmanninum, enda hafa Íslendingar notið hljóðfæraleiks Reynis Jónassonar í um átta áratugi.

Reynir er ekki dæmigert gamalmenni. „Gaurinn með taglið?“ sagði ungur maður á Fréttablaðinu þegar ég nefndi nafn Reynis á dögnum. En Reynir er ekki bara gaur með tagl heldur einnig virtúós í leðurjakka, nýgenginn í flokk sósíalista. Vinir hans lýsa honum sem höfðingja og ljúfmenni og sannarlega ógrar hann staðalmyndum um eldri borgara.

## Ekkert útvarp á æskuheimilinu

Reynir er Þingeyingur að uppruna. Hann fæddist á Helgastöðum í Reykjadal í Suður-Þingeyjarsýslu, faðir hans var kirkjuorganisti.

„Það var ekkert útvarp heima þannig að aðalafþreyingin fólst í að læra og spila á orgelið,“ segir Reynir um fyrsta neistann.

Það leit út fyrir að Reynir færi í dýralækningar að loknu stúdentsprófi. En listagyðjan sigraði náttúruvísindin. Hann bjó utan landsteinanna um skeið eftir stúdentspróf, sneri heim, bjó á Húsavík í mörg ár og flutti svo til Reykjavíkur. Hann lék með danshljómsveitum á Akureyri, Ingimar og Finni Eydal, Hljómsveit Svavars Gestis í Sjálfstæðishúsinu við Austurvöll, fór í langt tónleikaferðalag með Hauki Morthens, vann plötu með Bubba Morthens og hefur á löngum köflum verið kórstjóri og organisti í kirkjum.

„Ætli ég þakki það ekki daglegum sundferðum, ég syndi 400 metra hvern einasta morgun og geng daglega úti,“ segir hann, þegar ég nefni að hann komi vel undan allri spilamennskunni.

„Svo skemmdi ekki fyrir þegar ég fór inn á Vog árið 1990 í tíu daga,“ bætir hann við. „Hef ekki drukkið dropa síðan.“

Reynir hefur spilað með svo mörgum þekktum tónlistarmönnum í tímans rás að tæmandi listi myndi þekja heila síðu. Svo nokkrir séu nefndir erum við að tala um Hauk Morthens, Ragga Bjarna, Szymon Kuran og ótal fleiri snillinga. Með sumum spilaði hann áratugum saman. Og oft hefur hann verið fenginn út fyrir landsteinana í hin og þessi gigg.

## Orgelið næst hjartanu

Harmonikkann hefur borið tónlistargáfu Reynis merki í vel á sjöunda áratug. Fyrsta hljóðfæranám hans var þó á saxófón og Reynir segir að sá skóli hafi nýst sér til að skilja harmonikkuna síðar.

Hann blés ungur fyrst í lúðurinn



**Haukur Morthens var skapmikill en ljúfmenni í samstarfi, ég kundi mjög vel við hann.**

í Menntaskólanum á Akureyri eftir að hafa spilað frá barnsaldri á orgel heima hjá sér. Ferillinn síðan hefur verið fjölbreyttur, blanda ólíkra hljóðfæra, svo sem harmonikku, píanós og orgels á böllum, tónleikum, við kennslu, skólastjórnun og kirkjustarf, þar sem Reynir hefur starfað bæði sem kórstjóri og organisti.

„Ætli orgelið standi ekki næst hjartanu,“ segir hann, þegar ég reyni að fá hann til að gera upp á milli barnanna sinna. Enda titlar Reynir sig organista í skránni.

Og enn spilar hann opinberlega. Sem dæmi er hann bókaður í gigg á barnaskemmtun í jólaboði forsetaembættisins eftir nokkra mánuði. Þar hefur Reynir mætt með nikkuna allar götur síðan 1984.

Eftir Reyni liggja margar hljómsplötur. Spurdur um helstu áhrifa-valda hvað nikkuna varðar nefnir Reynir Braga Hlíðberg og Gretti Björnsson. Þeir voru að hans sögn á heimsmælikvarða. Við ræðum ýmsar gengnar stjórnur sem enn lifa þó í tónlist sinni.

„Haukur Morthens var skapmikill en ljúfmenni í samstarfi, ég kundi mjög vel við hann.“

## Gert að hætta vegna aldurs

Reynir ber reyndar öllu samferðafólki sínu góða söguna. Hallar ekki orði á nokkurn mann nema kannski prestinn í Nes Kirkju, sem sagði að vegna aldurs yrði hann að hætta störfum á sama tíma og hann hafði verið féflettur vegna óhappatilviljunar, skrifaði upp á skuldbréf hjá óabyrgum einstaklingi.

Reynir nefnir sérstaklega náð samband milli hans og Szymon Kuran. Szymon var einleikari í Símfóníuhljómsveit Íslands og spilaði um árabil með Reyni á veitingastöðum. Hann svipti sig lifi eftir langvinna baráttu við alvarlegt þunglyndi.

„Við hittumst oft þegar honum leið illa, sátum kannski lengi saman og þögðum. Sögðum ekki eitt einasta orð lengi. Stundum þarf ekki annað en bara nærveruna,“ segir Reynir, sem skilur kúnst þagnarinnar í músikinni.

Nú er hins vegar gleðistund fram undan. Reynir er að fara að halda afmælisveislu. Níræðisafmæli.

„Það verður opið hús á morgun, 25. september, í sal FiH frá klukkan 17-19. Allir eru velkomnir,“ segir Reynir, hinn listræni öldungur. ■

Reynir hefur marga fjöruna sopið í tímans rás og leikið með mörgum af þekktustu tónlistarmönnum sögunnar. Hann þakkar sundi og reglusemi hve vel hann ber aldurinn.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI





FORLAGIÐ

Alltaf opið á [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 24. september 2022



Safna á fyrir nýjum kirkjuklukkum í Miðgarðakirkju.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Hljómar frá heimskautsbaugi

gummih@frettabladid.is

Á morgun verða söfnunartónleikar í Hallgrímskirkju undir heitinu „Hljómar frá heimskautsbaugi“ þar sem norðlenskir stórsöngvarar og tónlistarfólk kemur fram. Söfnunartónleikarnir eru á vegum sóknarnefndar Hallgrímskirkju sem hefur haft forgöngu um að safna fyrir nýjum kirkjuklukkum í Miðgarðakirkju sem verið er að reisa í Grímsey. Kirkjan brann til grunna í september á síðasta ári en kirkjuklukkurnar tvær úr bronsi sem voru í kirkjunni bráðnuðu í eldinum og varð ekkert heilt eftir nema kólfarnir, sem eru úr járn.

Tónlistarfólkið sem tekur þátt í söfnunartónleikunum eru organistarnir Eyþór Ingi Jónsson og Björn Steinar Sólbergsson, söngvararnir Jónas Þór Jónsson, Kristjana Arngrímsdóttir, Óskar Pétursson og Ösp Eldjárn, auk þess sem kór Hallgrímskirkju mun stíga á svið undir stjórn kórstjórans Steinars Loga Helgasonar.

### Tekið við frjálsum framlögum

Tónleikarnir í Hallgrímskirkju á morgun hefjast klukkan 17 og standa yfir í klukkustund. Hægt er að nálgast miða við innganginn eða inni á vefnum [tix.is](http://tix.is). Miðaverð er 3.000 krónur. Tekið er við frjálsum framlögum í söfnunina fyrir nýju kirkjuklukkunum í Miðgarðakirkju á eftirfarandi reikning: 0513-26-6902. Kennitala: 590169-1969. ■



„Ef að eitt orð ætti að halda utan um þessa helgi þá er það þakklæti,“ segir Kristján Svanur Eymundsson hlaupagarpur.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

# Ætlaði sér að vinna keppnina

Bakgarðshlaup Náttúruhlaupa fór fram um síðustu helgi í Heiðmörk. Kristján Svanur Eymundsson sigraði í hlaupinu en hann hljóp tæplega 215 kílómetra. Hann segir sigurinn um helgina fara ofarlega á listann yfir helstu hlaupaafrek sín.

starri@frettabladid.is

Kristján Svanur Eymundsson sigraði í Bakgarðshlaupi Náttúruhlaupa sem fór fram um síðustu helgi í Heiðmörk, en hann lauk 32 hringjum í brautinni sem gera um 214,4 km. Í Bakgarðshlaupinu hlaupa keppendur 6,7 km hring

á hverjum klukkutíma og sigrar sá keppandi sem hleypur flesta hringi en hann þarf auk þess að klára síðasta hringinn einn.

Eftir hvern hring geta keppendur notað tímann sem er eftir af klukkutímanum til að hvílast og undirbúa sig fyrir næsta hring. Þetta er síðan endurtekið

á klukkutíma fresti þar til einn hlaupari er eftir og klárar síðasta hringinn einn, sem Kristján gerði í ausandi rigningu. „Bakgarðurinn fer ofarlega á listann yfir helstu afrek mín þegar kemur að hlaupum. Ég er einnig mjög stoltur af því að hafa komið til baka eftir að hafa lent í meiðslum

á hné í byrjun júní eftir Hengil 50 km.“

### Náttúran heillar

Hlaupin hafa fylgt Kristjáni frá því í byrjun grunnskóla en móðir hans, Rósa Friðriksdóttir, er ein af hans helstu fyrirmyndum þegar kemur að hlaupum. „Hún hefur





hlaupið fjöldann allan af maraþonum hérlendis og erlendis frá því að ég man eftir mér. Ég byrjaði snemma að æfa fótbolta og þol var ávallt minn helsti styrkleiki. Það hlakkaði í mér þegar það voru píp-test í skólanum eða Cooper-test í fótboltanum. Frá og með sumrinu 2018 fór ég að hlaupa markvisst með fram fótboltanum, með það í huga að hlaupa mitt fyrsta maraþon um haustið. Ég gerði það í Frankfurt og lét annan draum verða að veruleika þar sem að móðir mín hljóp í sama hlaupi. Við höfum því klárað sama maraþon.

Árið 2019 tók hann sér hvíld frá fótboltanum og lagði áherslu á hlaupin, með það að markmiði að bæta tíma sinn frá því árinu áður í maraþoni. „Það tókst í Reykjavíkumaraþoninu í lok sumars. Árið 2020 sneri ég aftur í fótbolta en fann að hlaupin kölluðu miklu meira á mig. Eftir tímabilið það árið setti ég því alla áherslu á hlaupin. Í fyrra færði ég alla mína áherslu yfir í utanvegahlaup. Áður hafði ég einblínt á götuhlaup en fann hversu mikið náttúran heilladi. Því hef ég síðustu tvö sumur einbeitt mér að því að standa mig vel í utanvegahlaupum.“

#### Allir í sömu baráttunni

Það er fyrst og fremst hlaupasamfélagið sem gerir hlaupin svo heillandi, að sögn Kristjáns. „Það að sameina hreyfingu við það að vera úti í náttúrunni er ómetanlegt. Ég hef kynnst ótrúlega mikið af góðu fólki í gegnum hlaupin og fengið að vera í mismunandi hlaupahópum eins og Vængjum Júpíters, HHHC og Fjallahlaupaþjálfun Tobba og Evu. Á sama tíma

og þetta er einstaklingsþrótt að þá eru allir í sömu baráttunni, að ná því besta út úr sjálfum sér.“

Hann segist stefna langt og að hann vilji ná sem bestum árangri í hlaupum, en eigi um leið mjög auðvelt með að samgledjast þeim sem standa sig vel. „Það lýsir hlaupasamfélaginu í hnotskurn. Hlaupin passa einnig mjög vel inn í mín gildi og venjur hvað varðar heilsusamlegan lífsstíl.“

#### Lítill undirbúningur

Þrátt fyrir sigurinn segir Kristján að undirbúningurinn fyrir Bakgarðinn hafi viljandi verið lítill sem enginn. „Ég var að æfa fyrir allt annað í ár heldur en að taka þátt í Bakgarðinum um síðustu helgi. Ég var með markmið um að bæta tíma minn í Laugaveginum og fleiri keppnum hérlendis ásamt því að fara í eitt til tvö keppnishlaup erlendis.“

Eftir að hafa lent í erfiðleikum í byrjun júní breyttist keppnistímabilið og viðhorf Kristjáns til þess. „Ég fór frekar að einbeita mér að því að fara aftur í að taka „spontant“ ákvarðanir varðandi keppnishlaup sem ég vildi taka þátt í og þetta var eitt af þeim.“

Varðandi markmið fyrir hlaupið segist hann oft hafa fengið spurninguna hvað hann ætlaði marga hringi. „Ég var ekki búinn að ákveða það sjálfur og svaraði, eins kokhraust og það getur hljómað, að ég ætlaði mér að sigra keppnina. Með því að setja sér ákveðinn fjölda hringja þá tel ég að þú gerir þér erfiðara fyrir þegar það markmið hefur náðst. Því var þetta spurning um að berjast, hafa gaman og taka eitt skref í einu.“



Kristján hljóp síðasta hringinn einn. Þá var byrjað að rigna all hressilega en það skemmdi ekki stemninguna.

MYND/ADSEND

## 30% afsláttur\* af öllum ávaxtasýrumedferðum

Ávaxtasýrur vinna á andlitslínunum, slappri húð, litabreytingum, þurri líflausri húð og örum.



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



\*gildir til 30. september 2022



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

#### Áhugavert að hlaupa inn í nóttina

Upplifun hans af hlaupinu var frábær. „Ég fékk að vera í samfloti með mínum mönnum í hlaupahópi Vængja Júpíters, en þeim Ásgeiri Daða og Sveini Atla tókst að fara 15 hringi, 100km, og Gunnari Marteinsyni 16 hringi eða tæplega 107 km. Það var ómetanlegt að hlaupa þetta með þeim þar sem að við gátum spjallað um allt og ekkert. Einnig munaði um það að ég fékk aðstoð og stuðning frá mínum besta vini, Gunnari Smára, en hann hefur aðstoðað mig og stutt mig í mitt fyrsta maraþon, tvo Laugavegi og utanvegahlaup á Madeira í apríl.“

Þegar samflotinu lauk eftir 16 hringi fór Kristján að hraða hringjunum og hljóp einn með sjálfum sér það sem eftir lifði hlaups. „Það var mjög áhugavert að hlaupa inn í nóttina en ég hef ekki gert það áður. Einnig var skritið að brjóta upp svefninn þar sem ég legg mikla áherslu á góðan svefn. Nóttin var mér nokkuð ljúf, ég setti tónlist í símann og hlustaði á rólega tóna til þess að byrja með.“

Hann lenti í smá erfiðleikum um þrjú leytið um nóttina þegar hann skipti um höfuðljós sem hann hafði fengið lánað hjá móður sinni. „Það var ekki næg rafhlada á því og eftir fimm mínútur breyttist góður hringur sem lýsti veginn í lítinn kassa þannig að erfitt var fyrir mig að sjá með vissu hvað fram undan væri á stignum.“

Það að sameina hreyfingu við það að vera úti í náttúrunni er ómetanlegt. Ég hef kynnst ótrúlega mikið af góðu fólki í gegnum hlaupin.

#### Líkamsklukkan fór í gang

Þegar fór að birta um klukkan sex segir Kristján eins og líkamsklukkan hafi farið að segja til sín og sagt sér að vakna. „Ég fékk mjög mikla orku við það. Ég hljóp hvern hring frá og með miðnætti á talsvert hraðari tímum en það sem margir telja æskilegt, eða kringum 35-38 mínútum sem hentaði mér og minni rútinu mjög vel því þá hafði ég meiri hvíld á milli hringja.“

Hann segist hafa nefnt það við félagi sína snemma í hlaupinu að sá keppandi sem hann endaði á að keppa við í síðustu hringjunum, Marlena Radziszewska, liti mjög vel út og væri líkleg til árangurs. „Því kom mér ekkert á óvart þegar við vorum tvö eftir. Ég var búinn að imynda mér augnablikið þegar

ég myndi sigra þetta og ætlaði ekki að láta taka það af mér. Það var því ólýsanleg tilfinning á 32. hring þegar Hlynur Guðmundsson, góðvinur minn úr hlaupunum, keyrði upp að mér eftir nokkur hundruð metra og tilkynnti mér að hún væri hætt.“

Það var ógleymanleg tilfinning að taka sprettinn í mark í síðasta sinn með allt fólkið sitt sem tók á móti honum. „Ef það er eitt orð sem ætti að halda utan um þessa helgi þá er það þakklæti. Fyrir aðstoðarfólkið, stuðninginn, til Gumma ljósmyndara fyrir að standa vaktina allan tímann en það var ótrúlega gaman að sjá hann á hinum og þessum stöðum í brautinni, allra þeirra sem lögðu fram hjálparhönd og þeirra sem sendu mér hlýja strauma.“

#### Stefnir á bætingu í Laugavegshlaupinu

Í vetur er markmiðið hjá Kristjáni að viðhalda góðu formi hlaupa-lega en setja einnig smá áherslu á jóga, styrk, heita og kalda potta og gufur. „Eins og ég hafði nefnt að þá hef ég verið að glíma við smá meiðsli og langar að ná mér hundrað prósent góðum af þeim. Síðan er ég með sama markmið á næsta ári og ég var með fyrir þetta ár, að bæta tíma minn í Laugaveginum. Finnst ég skulda mér það. Annars er það bara að ná sem flestum æfingum í samfloti með hlaupavinum og hafa gaman af þessu.“ ■

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

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

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Guðmundur Hilmarsson, gummih@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





BRANDSON



MIST

COLLECTION

V Ö N D U ð  
Í S L E N S K  
H Ö N N U N



ÍVAR

COLLECTION



BRANDSON.IS



SKANNAÐU OG  
NÆLDU Í APPIÐ!  
20% AF VIÐ FYRSTU KAUP



# Förum útsofin og áhyggjulaus í gegnum daginn

Sefitide frá Florealis er eina lyfið við kvíða og svefntruflunum sem fæst án lyfseðils á Íslandi.

Nú þegar haustar og skammdegð hellist yfir okkur finna fjölmargir fyrir auknum kvíða með tilheyrandi svefnleysi.

„Þessi árstími getur reynst fólk erfíður og oft er aukid álag. Við ætlum okkur að klára allt og græja það sem sat á hakanum í sumarfríinu, en samhliða auknum verkefnum getur kvíði og svefnleysi læst að okkur,“ segir Karl Guðmundsson, framkvæmdastjóri Florealis.

Hann segir kvíða og svefnleysi nátengd fyrirbæri sem geta haft lamandi áhrif á daglegt líf.

„Ef við missum tókin á kvíða í lengri tíma getur verið erfitt að vinda ofan af vandamálinu. Það er því mikilvægt að grípa sem fyrst inn í áður en málin flækjast,“ heldur Karl áfram.

## Hefur hjálpað þúsundum Íslendinga

Sefitide frá Florealis hefur hjálpað þúsundum Íslendinga við að bæta svefn og draga úr kvíða. Lyfið er unnið úr garðabrúðurót (Valeriana) en fjölmargar rannsóknir staðfesta róandi virkni jurtarinnar.

„Sefitide er tekið inn að kvöldi til að ná ró og sofna. Það getur dregið úr því að maður vakni oft á nóttunni og stuðlað að sam-

## Vissirðu þetta um Sefitide?

- Sefitide er róandi og kvíðastillandi lyf.
- Viðurkennt lyf sem fæst án lyfseðils í öllum apótekum.
- Unnið úr garðabrúðurót (Valeriana).
- Fjölmargar klínískar rannsóknir staðfesta virkni jurtarinnar.

## Gagnlegar upplýsingar

Sefitide fæst án lyfseðils í öllum apótekum.

- Notkun við svefntruflunum:  
1 tafla ½-1 klst. fyrir svefn fyrir fullorðna og ungmenni eldri en 12 ára.
- Notkun við vægum kvíða:  
1 tafla 1-3 sinnum á dag fyrir fullorðna og 1 tafla 1-2 á dag fyrir ungmenni 12-18 ára.

felldum svefni. Sefitide er hvorki sljógandi né ávanabindandi, sem er lykilatriði til að maður vakni hress og vel úthvöldur,“ bætir Karl við.

„Við heyrum æ oft af ungmennum sem nýta sér Sefitide til að komast yfir tímabundinn kvíða, en börn niður í tólf ára mega nota Sefitide,“ segir Karl á lokum. ■



Karl Guðmundsson er framkvæmdastjóri Florealis.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON



Sefitide er tekið inn að kvöldi til að ná ró og sofna.

” Við heyrum æ oft af ungmennum sem nýta sér Sefitide til að komast yfir tímabundinn kvíða, en börn niður í tólf ára mega nota Sefitide.

Karl Guðmundsson

Ekki ráðlagt börnum yngri en 12 ára, þunguðum konum eða konum með barn á brjósti. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun. Leitið lækni eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á serlyfjaskra.is.

# Elskar að gefa öðrum innblástur og hugmyndir

Matarbloggið Elisabets food corner er tileinkað móður Elísabetar Óskar Sigurðardóttur sem lést árið 2019. Þar birtir hún uppskriftir sem sameina það að vera ódýrar, hollar og auðveldar.

starri@frettabladid.is

Matarbloggið Elisabets food corner fór í loftið á Instagram í sumar.

Það er Elisabet Ósk Sigurðardóttir sem stendur á bak við það en hún hefur búið í Danmörku síðan 1996 og er síðan því á dönsku. „Ég hef lengi haft áhuga á matargerð og breytti til dæmis öllum uppskriftum sem ég nota. Áhugi minn á matargerð jókst enn frekar þegar ég hóf að elda fyrir móður mína og stjúpföður daglega í tvö ár. Á þeim tíma glímdi móður mín oft við mikla ógleði vegna lyfjameðferðar. Það hjálpaði henni stundum að koma smá mat niður ef ég gerði matinn litríkari og gírnilegrí á diskinum.“

Elisabets food corner er tileinkað móður hennar sem lést 2019. „Hún hefði svo sannarlega elskað að fylgjast með mér halda áfram að þróa mig í matargerð og þróa síðuna mína enn frekar á Instagram.“

Á þessum tíma hóf hún líka meiri tilraunastarfsemi í eldhúsinu. „Þær tilraunir enduðu oft með öðruvísi hugmyndum, eins og að búa til rasp úr kartöflu- og gulrótarskræli ásamt brauði. Raspíð notaði ég svo til að elda hrísgrjónakúlu úr afgöngum af hrísgrjónum sem ég átti, en þá uppskrift má finna á síðunni.“

## Alltaf vinsæl í eldhúsinu

Hún segist enga menntun hafa



Gulrótarsúpa er frábær og ódýr kostur þegar taka þarf til í grænmetisráðunni. MYNDIR/ÁSENDAR



Spinatvaffla með reyktum laxi og kaviar-dressingu hljómar spennandi.



Elisabet Ósk Sigurðardóttir setti matarbloggið Elisabets food corner í loftið í sumar. Í dag er hún með yfir fimm þúsund fylgjendur.

eða starfsreynslu þegar kemur að matargerð. „En maturinn minn hefur alltaf verið vinsæll hjá öllum sem hafa borðað hjá mér, bæði ættingjum og vinum. Undanfarin ár hafa ættingjar, vinir og jafnvel fólk sem ég þekki ekki, en hefur séð matinn minn á matarsíðum á Facebook, verið að þrýsta á mig að setja upp einhvers konar matarsíðu á Instagram.“

Einn daginn nennti sonur hennar ekki að biða lengur eftir frumkvæði frá henni. Hann fékk símann lánaðan hjá henni, bjó til síðuna og þannig byrjaði þetta allt saman. „Þau sem þekka mig vita að ég elska þegar ég get gefið öðrum innblástur og hugmyndir

í sambandi við mat og sparnað. Instagram og Facebook eru fullkominn vettvangur til að dreifa því meira en bara á meðal minna nánustu.“

Elisabet segist aldrei hafa átt von á miklum vinsældum síðunnar en í dag hefur hún rúmlega fimm þúsund fylgjendur eftir að hafa verið í loftinu í nokkra mánuði.

## Stuttur eldunartími

Inn á Elisabets food corner reynir hún að birta uppskriftir sem sam- eina það að vera ódýrar, hollar og auðveldar. „Stundum lauma ég inn uppskriftum sem eru aðeins í dýrari kantinum. Ég nota mikið grænmeti, bæði til að drýgja

kjötið og gera uppskriftirnar hollari. Margar þessara uppskrifta þarfnast lítills undirbúnings og eldunartíminn er stuttur, jafnvel bara fimmtán mínútur, sem hentar til dæmis barnafjölskyldum vel og tímabundnu fólk. Einnig birti ég talsvert af uppskriftum þar sem ég nota Airfryer sem er mjög vinsælt núna.“

## Mjög hagsýn í matargerð

Utan Elisabets food corner heldur Elisabet líka úti Facebook-síðunni Ódýrar mataruppskriftir og sparnaðarráð. „Ég hef alltaf verið þekkt fyrir að vera ótrúlega hagsýn þegar kemur að matargerð og öllu öðru. Í mörg ár hef ég tekið út ákveðna upphæð vikulega sem þarf að duga fyrir mat og öðrum innkaupum þá vikuna, sem endar oft í keppni hjá mér að spara meira en vikuna á undan. Á þessari Facebook-síðu deili ég sparnaðarhugmyndum mínum og ódýrum uppskriftum.“

Matarverð hefur farið hækkandi víða í heiminum undanfarin ár og er Danmörk engin undantekning. „Á þessum tímum, með hækkandi verði á flestöllu, mun ég fókusa enn meira á sparnað og hagsýni í matargerð og um leið í hversdagslífinu. Á næstu mánuðum stefni ég á að setja inn fleiri baksturs-, haust- og vetraruppskriftir. Súpur eru til dæmis frábær möguleiki þegar taka þarf til í grænmetisráðunni og elda mat sem er bæði hollar og ódýr og auk þess með fáum hráefnum.“

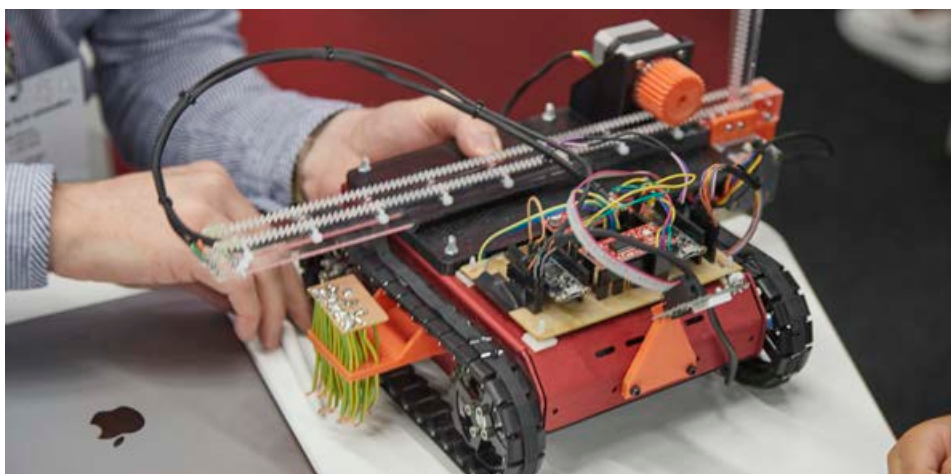
Hægt er skoða ódýrar og hollar uppskriftir á Instagram (elisabetsfoodcorner) en þar er hægt að þýða uppskriftir úr dönsku yfir á ensku. Inn á Facebook (Ódýrar mataruppskriftir og sparnaðarráð) má jafnframt finna gagnleg sparnaðarráð. ■



# Vísindavaka Rannís

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 24. september 2022



## Vísindin lifna við á Vísindavöku Rannís í Laugardalshöll laugardaginn 1. október

Viltu vita hvernig eldgos eru vöktuð, prófa að búa til tölvuleik, fylgjast með þrívíddarprentun líffæra, hitta lifandi maura og fræðast um geimbíla og svarthol? Á Vísindavöku Rannís gefst kærkominn kostur á því og meira til.

Finnst þér gaman að fikta og prófa alls konar hluti og fræðast um hvernig hlutirnir virka?

Á Vísindavöku Rannís gefst almenningi kostur á að hitta okkar fremsta vísindafólk og fræðast um rannsóknir og nýsköpun á öllum fræðasviðum á stóru sýningar-

svæði. Öflug miðlun vísinda til almennings hefur sannað sig ræki-lega á tímum heimsfaraldurs og náttúruhamfara, þegar mikilvægt er að fólk fái réttar upplýsingar sem byggðar eru á rannsóknnum og vísindalegum aðferðum, en markmiðið með Vísindavökunni

er einmitt að færa rannsóknir nær almenningi, kynna manneskjurnar á bak við vísindin og vekja fólk til umhugsunar um mikilvægi rannsóknna- og vísindastarfs í nútímasamfélagi. Verður það gert með lifandi kynningum og boðið upp á skemmtilega og fræðandi

viðburði fyrir alla fjölskylduna.

Allar vísindagreinar eru kynntar á Vísindavöku, hugvísindi jafnt sem raunvísindi, auk þess sem hellt verður upp á hið sívinsæla Vísindakaffi og viðurkenning veitt fyrir vísindamiðlun. Rannís stendur fyrir Vísindavöku á

Íslandi en hún er haldin samtímis í 340 borgum og bæjum í 25 löndum víðs vegar um Evrópu undir heitinu European Researchers' Night.

Missið ekki af stórskemmtilegri Vísindavöku 2022 – aðgangur er ókeypis og öll hjartanlega velkomin. ■



# Vísindin skipta okkur öll máli



Ágúst Hjörtur Ingþórsson, forstöðumaður Rannís

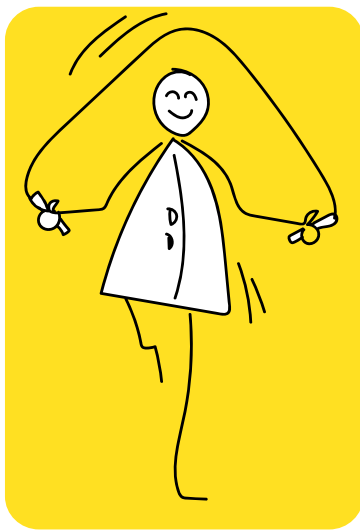
Vísindavaka Rannís snýr nú aftur af fullum krafti eftir Covid, en heimsfaraldurinn minnti okkur eftirminnilega á mikilvægi vísinda og rannsókna fyrir samfélagið. Vísindavaka 2022 verður haldin laugardaginn 1. október kl. 13.00-18.00 í Laugardalshöll en auk þess mun verða hella upp á Vísindakaffi og boðið til VísindaSlamms í aðdraganda vöknunar.

Markmiðið með Vísindavöknunni er að færa vísindin nær almenningi, gefa fólki kost á að hitta og ræða við okkar fremsta vísindafólk og vekja athygli á mikilvægi rannsókna- og vísindastarfs í nútímasamfélagi. Á Vísindavöknunni verður það gert á lifandi og skemmtilegan hátt á stóru sýningarsvæði, þar sem hægt er að kynna rannsóknarstarfi á öllum fræðasviðum, allt frá raunvísindum til hug- og félagsvísinda. Rannís stendur fyrir Vísindavöku á Íslandi, sem haldin er samtímis í helstu borgum Evrópu árlega undir heitinu European Researchers' Night. Vísindavaka er styrkt af Horizon Europe rannsókn- og nýsköpunaráætlun Evrópusambandsins.

Þátttakendur í Vísindavöku koma víðs vegar að úr vísindasamfélaginu á Íslandi og í ár höfum við fengið frábært vísindafólk til liðs við okkur. Stærstu þátttakendur



Á Vísindavöknunni er hægt að prófa tæki og tól sem vísindafólk vinnur með í sínu daglega starfi. MYND/ADSEND



urnir eru háskólarnir í landinu, með öllum sínum deildum og fræðasviðum, en einnig öflugar rannsóknastofnanir eins og Matis, Veðurstofan, Landspítalinn og Hafrannsóknastofnun, að ögleymdum fyrirtækjum sem stunda rannsóknir og nýsköpun, t.d. Össur, Alvotech, Bláa Lónið og fleiri. Við opnun Vísindavöku mun ráðherra vísindamála, Áslogur Arna Sigurbjörnsdóttir, veita viðurkenningu Rannís fyrir vísindamiðlun, áður en Sprengju-Kata sprengir Vísindavökuna í gang.

Á sýningarsvæðinu verður hægt að prófa ýmis tæki og tól sem vísindafólk vinnur með í sínu daglega starfi, og þar á meðal er risastór radar á vegum Veðurstofunnar,

sem hefur það hlutverk að fylgjast með Heklu gömlu. Svo er hægt að prófa geimsjónauka, læra hvernig tölvuleikir eru þróaðir, sjá hvernig tónlist er samin með aðstoð gervigreindar, kynna drónum og geimbílum, fylgjast með hvernig líffæri eru prentuð í þrívídd í undirbúningi skurðaðgerða, læra um rannsóknir í loftslagsmálum, hitta lifandi maura og fræðast um hvernig líftækni nýst í heilbrigðisvísindum.

Á Vísindavöknunni í ár verða ótalmörg tækifæri til að fíkta og prófa hvernig vísindi og nýsköpun virka. Vísindamiðja Háskóla Íslands verður á svæðinu, en þar geta börn og ungmenni, jafnt sem fullorðnir, gleymt sér í

skemmtilegum tilraunum. Skema og Háskólinn í Reykjavík bjóða gestum að prófa tölvuleikjagerð, Össur sýnir hvernig rafræn hné virka og FabLab Reykjavík býður upp á að sýsla með mýsli, sem er afar forvitnilegt.

Í aðdraganda Vísindavöku verður hella upp á Vísindakaffi, annars vegar í Bókasamlaginu í Reykjavík og hins vegar á sex stöðum víðs vegar um landið. Vísindakaffi er hugsað sem notaleg kvöldstund á kaffihúsi, þar sem almenningi gefst kostur að kynna áhugaverðum viðfangsefnum vísindanna, en þar segir vísindafólk frá rannsóknum sínum í afslöppuðu spjalli og gestir fá tækifæri til að spyrja það spjörum úr. Í ár munum við einnig vera með VísindaSlamm í Stúdentakjallaranum, þar sem ungt vísindafólk segir frá rannsóknum sínum á lifandi hátt.

Vísindavakan er frábært tækifæri til að hitta vísindafólk okkar og kynna viðfangsefnum þess og eru allir þátttakendur boðnir og búnir að spjalla og segja frá uppgötvunum sínum og rannsóknum. Ekki spillir fyrir að hægt er að snerta, fíkta, prófa og jafnvel smakka á ýmsu því sem í boði verður. Fyrst og fremst mæli ég með því að fólk taki alla fjölskylduna með á Vísindavöku, því þar finna allir eitthvað við sitt hæfi, börn, ungmenni og fullorðnir. Svönum við að Vísindavakan verði til þess að einhverjir krakkar og ungmenni ákveði að hasla sér völlu í vísindum til góða fyrir íslenskt samfélag í framtíðinni, hver veit? ■

Sjá dagskrá Vísindavöku og Vísindakaffis á [www.visindavaka.is](http://www.visindavaka.is)

FabLab Reykjavík verður með bás á Vísindavöknunni sem ber heitið Sýslað með mýsli. Gestir geta prófað að búa til nýsköpunarlausnir úr þessu undraefni úr svepparíkinu sem má nota til að búa til eins konar náttúrulegt frauðplast.

FabLab Reykjavík er stafræn smiðja sem opin er almenningi. Hún er hluti af alþjóðlegu neti FabLab-smiðja. Tvö þúsund FabLab-smiðjur eru starfræktar um allan heim, þar af ellefu á Íslandi.

„Við stuðlum að fræðslu svo fólk öðlist stafræna hæfni til að vinna með tækin í smiðjunum okkar. Í smiðjunum erum við með leiserskera, vínyskera, 3D-prentara, CNC-fræsara, rafeindaverkstæði og stafræna útsaums vél. Við erum líka með rafmagnssvæði og tréverkstæði og svæði þar sem unnið er með form og mót. Það er til dæmis hægt að vinna með sílikon og mýslið kemur inn í það rými hjá okkur,“ útskýrir Bryndís Steina Friðgeirsdóttir, mennta- og upplýsingasérfræðingur hjá FabLab Reykjavík.

„Á Vísindavöknunni bjóðum við gestum að kynna mýsli aðeins. Mýslið er rosalega skemmtilegt efni. Það er lífrænt, samsett úr svepparótarkerfi og náttúrulegum þurrrefnum. Eftir að efnið hefur farið í gegnum ákveðið ferli og er bakað þéttist efnið í efni sem hefur stundum verið líkt við frauðplast, nema það er 100% niðurbrotanlegt og hægt að nota það í mólta.“

## Passar í öll form

Bryndís segir að þau í FabLab Reykjavík hafi leikið sér svolítið með mýslið undanfarið og gert tilraunir með það í smiðjunni.

„Við höfum aðeins verið að sýsla

## FabLab sýslar með mýsli



Bryndís Steina með ýmsa hluti sem gerðir hafa verið úr mýsli. Meðal annars ruslatunna sem brotnar niður.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

með mýslið. Sem er ástæðan fyrir nafninu á básnum okkar: Sýslað með mýsli. Það er hægt að setja mýsli í hvaða form sem er, hvort sem það er mjúkt eða hart. Við höfum gert tilraunir til að búa til kassalaga hluti með því að setja mýslið í kassalaga form en við höfum líka prófað að setja það í lausara form eins og gúmmihanska. Við bjuggum einnig til kennsluefni sem hægt er að finna á vefsíðunni okkar: [flr.is](http://flr.is). Þar er hægt að kynna sér hvernig hægt er að vinna með mýsli í skólum,“ upplýsir hún.

„Við vorum í samstarfi við

þrjú grunnskóla í Breiðholti. Við kölluðum samstarfið Skapandi námssamfélag. Einn liður í því samstarfi var að kynna þennan efni við og hversu spennandi gæti verið að nýta hann t.d. í líffræði og efnafræði. Við höfum líka fengið inn til okkar frumkvöðul sem hefur unnið með mýsli. Hann er að athuga hvort hægt sé að framleiða mýsli til að nota í stað frauðplasts utan um útflutningsvörur og minnka þannig kolefnisspor og plastmengun.“

## Tunna sem brotnar niður

Bryndís segir að á Vísindavöknunni

verði hægt að skoða tunnu úr mýsli á FabLab básnum. Tunnan er afkrakstur verkefni sem var búið til í nýsköpunarhæðlinum Menntamaskína eða MEMA.

„Það var teymi úr MH sem tók þátt í MEMA-hæðlinum og bjó til tunnuna. Hugsunin var að þetta væri lífræn tunna. Þú setur lífrænan úrgang í tunnuna og svo hendir þú tunnunni með úrganginum. Þá brotnar tunnan niður og stuðlar að því að úrgangurinn verði að mólta þegar hún brotnar niður

í náttúrunni. Þetta er rosalega skemmtilegt dæmi um lausnir sem fólk framtíðarinnar er með, að sleppa einfaldlega ruslapokum þar sem tunnan er algjörlega vistvæn,“ segir Bryndís.

Hún segir að enn sem komið er sé ekki byrjað að framleiða mikið af vörum úr mýsli hér á landi. En erlendis séu spennandi framþróunarverkefni í gangi.

## Opin smiðja

Talið berst aftur að Vísindavöknunni en Bryndís segir að auk mýsli verði þau með leir á FabLab básnum sem gestir geta notað til að búa til tillögur að vörum sem væri hægt að framleiða úr mýsli.

„Okkur langar með þessu að koma af stað hugmyndum að innleiðingu á grænni framleiðsluáferðum. Gestir Vísindavöknunar geta tekið myndir af verkum sínum á polaroid-myndavél, en myndirnar verða svo hengdar upp svo aðrir gestir geti skoðað. Það verður einnig 3D-prentari á staðnum, við munum prenta eitthvað lítið og skemmtilegt til að sýna gestunum,“ segir hún.

„En þau sem komast ekki á Vísindavökuna geta alltaf heimsoft okkur í FabLab Reykjavík. Við erum með aðstoðu í Fjölbrotaskólanum í Breiðholti og þar er alltaf opin dagur á þriðjudögum frá klukkan 13-20. Þá er hægt að koma og prófa tækin okkar eða bara spjalla. Það má einnig kíkja á öðrum tímum, það er opið alla virka daga og það er alltaf starfsmaður sem tekur á móti þér. En þá er oft einhver dagskrá í gangi og getur verið meiri bið eftir tækjunum. FabLab Reykjavík er opin smiðja og gestir eru alltaf velkomnir til að prófa sig áfram með hugmyndir sínar.“ ■



# Fróðleikur um frumurnar

Fyrsta Vísindakaffi vetrarins verður haldið næsta þriðjudag í Bókasamlaginu í Reykjavík. Markmið með Vísindakaffinu er að færa vísindin nær fólkinu og segja frá rannsóknum sem skipta máli fyrir daglegt líf.

Rannís stendur fyrir Vísindavöku á Íslandi þann 1. október en hún er haldin samtímis í helstu borgum Evrópu síðustu helgina í september, undir heitinu Researchers' Night.

Dagana á undan og á eftir verður boðið til Vísindakaffis, bæði á höfuðborgarsvæðinu og á landsbyggðinni, þar sem vísindafolk mun kynna viðfangsefni sín á óformlegan hátt í þægilegri kaffihúsastemningu þar sem má spyrja vísindafólk spjörnum um.

Fyrsta Vísindakaffið verður haldið þriðjudaginn 27. september en þar mun Þórarinn Guðjónsson, prófessor og forseti læknadeildar Háskóla Íslands, fjalla um stofnfrumur og krabbamein undir yfirskriftinni „Hvað viltu vita um frumurnar þínar?“.

„Í spjallinu mínu ætla ég að ræða um frumur líkamans með áherslu á stofnfrumur ýmissa vefja og tengsl þeirra við sjúkdóma á borð við krabbamein. Stofnfrumur rannsóknir verða æ mikilvægari í leitinni að lausnum við margvísulegum sjúkdómum. Stofnfrumur eru ósræfðar en hafa hæfni til að þroskast yfir í frumur með sérstaka virkni.“

Hann segir stofnfrumur geta

fræðilega orðið að hvaða frumum sem er og endurnýjað sig án þess að sýna merki öldrunar. „Slíkar frumur eru því ákaflega mikilvægur efniviður í rannsóknum en ekki síður í meðferð við hinum ýmsu sjúkdómum.“

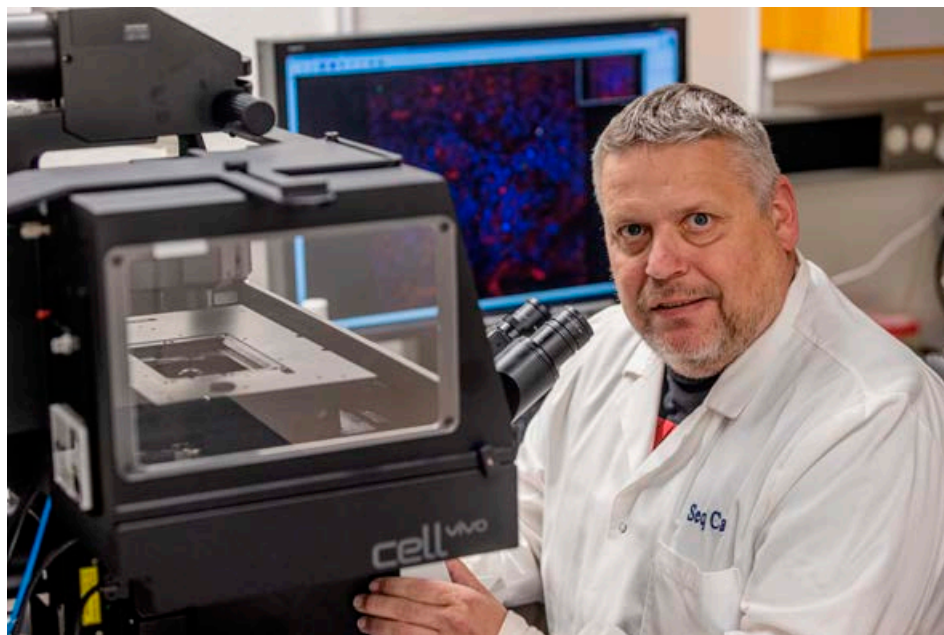
## Skoðaði hlutverk stofnfruma

Þórarinn er með doktorsgráðu frá læknadeild Kaupmannahafnarháskóla. „Í doktorsnáminu rannsaði ég hlutverk stofnfruma í formgerð eðlilegs brjóstkirtils og tengsl þessara fruma við brjóstkrabbamein.“

Ég byggði síðan upp rannsóknahóp við læknadeild Háskóla Íslands þar sem ég hélt áfram að skoða hlutverk stofnfruma í vefjum líkamans með áherslu á brjóstkirtilinn og lungu. Við höfum þróað ýmis þrívíð frumuræktunarkerfi sem nýtast til rannsókna á vefjum líkamans og einnig á tilurð og þróun krabbameina. Einnig notum við þessi frumuræktunarkerfi til að prófa ný krabbameinslyf.“

## Fólk er þakklátt og spenn

Hann segir Vísindakaffið og Vísindavökuna hafa mikið gildi fyrir bæði almenning og háskólasamfélagið. „Við vísindamenn framkvæmum rannsóknir okkar fyrir opinbert fé sem við fáum í gegnum samkeppnissjóði. Okkur ber skylda til að segja almenningi frá rannsóknum okkar og gera það á þann hátt að almenningur skilji hvað við erum að tala um. Það er ótrúlega margt spennandi að ger-



Þórarinn Guðjónsson, prófessor og forseti læknadeildar Háskóla Íslands, flytur erindi á fyrsta Vísindakaffi vetrarins.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI



Það ríkir notaleg kaffihúsastemning á Vísindakaffinu.

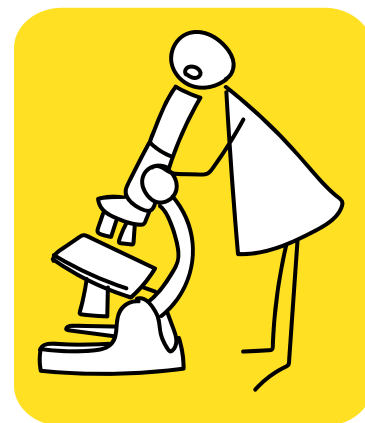
MYND/RANNÍS

ast í rannsóknum sem almenningi finnst áhugavert að heyra um. Um leið er mjög mikilvægt að háskólasamfélagið miðli vísindum sem unnin eru innan veggja skólanna. Þegar við gerum það þá finnur maður fljótt hvað fólk er þakklátt

og spennit yfir því sem er að gerast í rannsóknum hérlandis.“

## Vísindakaffi einnig á landsbyggðinni

Boðið verður upp á þrjú Vísindakaffi í Bókasamlaginu í Reykjavík



og á sex stöðum á landsbyggðinni. Fyrsta Vísindakaffið verður þriðjudaginn 27. september í Bókasamlaginu, Skipholti 19 í Reykjavík, og stendur yfir frá kl. 20-21.30. Kaffistjóri er Sævar Helgi Bragason. ■

Nánari upplýsingar á vísindavaka.is/vísindakaffi

# Viljum sjá fjölbreytileika í umhverfinu

Páll Jakob Lindal, doktor í umhverfissálfræði, ætlar að stíga á stökk í Vísindakaffi miðvikudaginn 28. september klukkan 20. Þar ætlar hann að fjalla um sálfræðileg áhrif umhverfis á heilsu og velliðan.

Páll Jakob skoðar hvernig samspil umhverfis og fólks er og hvaða áhrif byggt umhverfi hefur á heilsu og líðan almennings, en samkvæmt Páli vantar vísindalega nálgun á sviði sálfræði við hönnun og skipulag húsa og hverfa.

„Yfirskriftin er: Hvers konar þéttbýli viljum við? Ég ætla að fara í stuttu máli yfir hvers konar þétt umhverfi virkar hvað best fyrir okkur. Þótt ég sé ekki mikill aðdáandi þess að gefa einhverjar þumalputtareglur í þessum efnum að þá er það nú samt þannig að þegar við erum að horfa á þéttbýli þá sýna niðurstöður rannsókna að manneskjulegur skali er það sem við viljum sjá. Við viljum sjá fjölbreytileika í umhverfinu og að það sé tenging við sögu, menningu og náttúru. Þetta eru atriði sem vísindin hafa sýnt með nokkuð skýrum hætti að virka. Þetta eru útgangspunktarnir sem ég tala út frá í þessu tilviki,“ segir Páll Jakob.

## Vísindaleg nálgun á samspil fólks og umhverfis

„Mín orðræða almennt er sú að við tökum vísindalega nálgun á þetta samspil fólks og umhverfis. Hvernig við erum að upplifa umhverfið og hvaða áhrif umhverfið hefur á okkur. Við eigum að hætta að tala um þessi mál á þeim grunni að þetta sé bara smekkur, að þinn smekkur sé ekkert merkilegri



en minn eða öfugt. Vissulega er smekkurinn ólíkur. Ég er ekki að gera lítið úr því en málið er að það er svo miklu meira sem sameinar okkur en sundrar þegar við erum að horfa á upplifun okkar á umhverfinu. Við erum miklu líkari en við höldum að við séum. Niðurstöður rannsókna sýna ákveðnar tilhneigingar í hinar og þessar áttir og við þurfum að sigta þær út úr vísindalegum gögnum sem hefur verið safnað upp með kerfisbundnum hætti. Á því stigi sem ég er að tala um er það nánast óþekkt á Íslandi og niðurstaðan er að við fáum umhverfi sem mætir ekki þörfum okkar sem manneskjum. Við erum með mjög umdeild

verkefni í gangi, umdeilda stefnu, umdeilda uppbyggingu og við erum með umhverfi sem er ekki að virka. Ég tek Hjartagarðinn oft sem dæmi. Í sumar stígur borgarfulltrúinn Hjálmar Sveinsson fram og segir að Hjartagarðurinn sé ekki að virka, en í upphafi þeirrar vegferðar var sagt að hann ætti að vera á barmi suðupunkts mannlífs,“ segir Páll.

Páll segir að fulltrúar náttúrunnar, svo sem blóm, tré, vatn og gras, séu mjög mikilvægur hluti af okkar byggða umhverfi.

„Það er svo mikilvægt að hafa þetta. Alveg frá upphafi borgarmenningar fyrir tíu þúsund árum þá hafa þessi „element“ alltaf verið

tekin með inn vegna þess að við höfum svo sterka þörf fyrir tengsl við náttúruna. Sumir ganga svo langt að segja að þörfin sé meðfædd og því harðvírúð í okkur. Þess vegna megum við ekki taka þetta út úr hinu byggða umhverfi og líta á þetta sem einhverjar afgangsstærdir eins og oft er gert. Þetta eru hlutirnir sem eru fyrstir að hverfa í uppbyggingunni. Náttúran og fulltrúar hennar hafa góð áhrif á líðan fólks. Fjölmargar rannsóknir sem byggjast á mati fólks á eigin líðan, mælingum á hugarænni

Páll Jakob Lindal ætlar að fjalla um sálfræðileg áhrif umhverfis á heilsu og velliðan.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI

Við viljum sjá fjölbreytileika í umhverfinu og að það sé tenging við sögu, menningu og náttúru. Þetta eru atriði sem vísindin hafa sýnt með nokkuð skýrum hætti að virka.

Páll Jakob Lindal

hæfni þess og líf-eðlisfræðilegum viðbrögðum, svo eitthvað sé nefnt, styðja það,“ segir Páll Jakob og bætir við að veður sé klárlega hlutur sem verður að taka miklu alvarlegar.

„Við þurfum ekki annað en að horfa á Höfðaborgarturninn og Hafnartorgið. Á þessum stöðum er næðingur og getur orðið mjög vindasamt. Svo er búið að vera að tala um birtuna og mikilvægi hennar. Við þurfum að horfa miklu betur á góðu svæðin og læra af þeim. Sem dæmi er Austurvöllur gott svæði en það er líka vegna þess að þar er skjólríkt, sólríkt, þar er saga og menning, góð hlutföll og að mörgu leyti ágæt arkitektúr.“ ■





## VÍSINDAKAFFI RANNÍS BÓKASAMLAGINU SKIPHOLTI 19 27.-29. SEPTEMBER KL. 20:00-21:30

Rannís býður upp á Vísindakaffi þar sem vísindafólk kynnir viðfangsefni sín á óformlegan hátt í þægilegri kaffihúsastemningu. Markmiðið er að færa vísindin nær fólki og segja frá rannsóknum sem skipta máli fyrir daglegt líf.

### Þriðjudag 27. september

#### Hvað viltu vita um frumurnar þínar?

Þórarinn Guðjónsson prófessor og forseti læknadeildar Háskóla Íslands fjallar um stofnfrumur og krabbamein.

Stofnfrumurannsóknir verða æ mikilvægari í leitinni að lausnum við margvíslegum sjúkdómum. Stofnfrumur eru ósérhæfðar en hafa hæfni til að þroskast yfir í frumur með sérstaka virkni. Þær geta því fræðilega orðið að hvaða frumum sem er og endurnýjað sig án þess að sýna merki öldrunar. Slíkar frumur eru því ákaflega mikilvægur efniviður í rannsóknum en ekki síður í meðferð við hinum ýmsu sjúkdómum.

### Miðvikudag 28. september

#### Orkan og gleðin í umhverfinu okkar - hvers konar þéttbýli viljum við?

Páll Jakob Lindal doktor í umhverfissálfræði fjallar um sálfræðileg áhrif umhverfis á heilsu og vellíðan.

Hvernig er samspil umhverfis og fólks og hvaða áhrif hefur náttúra og byggt umhverfi á heilsu og líðan almennings? Hvernig getum við notað vísindalega nálgun á sviði sálfræði við skipulag, hönnun húsa og hverfa til að tryggja að þetta samspil virki?

### Fimmtudag 29. september

#### Viltu smakka? Hvernig bragðast?

Aðalheiður Ólafsdóttir skynmatsstjóri hjá Matis fjallar um skynfærin, skynmat, matarupplifun og gæðamat.

Gestir á Vísindakaffi geta fræðst um hvernig skynmat virkar, en í skynmati eru skynfæri mannsins, þ.e. sjón-, lyktar-, bragð-, heyrnar- og snertiskyn notuð til að meta gæði matvæla. Skynmat í íslenskum matvælaíðnaði er stór þáttur í gæðaeftirliti í fiskiðnaði, kjötvinnslu og mjólkuriðnaði.

## VÍSINDAKAFFI Á LANDSBYGGÐINNI:

- **Hólmavík**  
Gömlu húsin á Hólmavík og heildarmynd þorspins  
Fimmtudagur 29. september kl. 18:00
- **Pingeyjarsveit**  
Svartárkot menning - náttúra og Stofnun  
rannsóknasetra HÍ  
Málþing. Föstudag 30. september kl. 10:00  
og laugardag 1. október kl. 09:30
- **Höfn**  
Fræðsludagskrá í tilefni Vísindavöku 2022  
Laugardag 1. október kl. 14:00-16:00
- **Pingeyri**  
Ferðir fiskanna – rannsóknir í Dýrafirði  
Mánudag 3. október kl. 17:00-18:00
- **Vestmannaeyjar**  
Whales of Vestmannaeyjar  
Mánudag 3. október kl. 16:30-19:00
- **Breiðdalsvík**  
Borkjarnar – Skyggst undir yfirborðið  
Þriðjudag 4. október kl. 20:00-21:30

ÖLL  
VELKOMIN!

Visindavaka

European  
Researchers'  
Night

rannís



Ása og Fannar hafa í mörg horn að líta hjá Bláa Lóninu sem á 30 ára sögu sem nýsköpunarfyrirtæki. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# Rannsóknir og nýsköpun í þrjátíu ár

Bláa Lónið á 30 ára sögu sem nýsköpunarfyrirtæki og byggir á vísindum og sjálfbærni. Markmið Bláa Lónsins er að geta boðið upp á einstakar vörur og þjónustu með því að fullnýta náttúrulega auðlindastrauma á sjálfbæran hátt, viðskiptavinum og samfélaginu til hagsbóta.

„Fyrirtækið hefur það að leiðarljósi að fullnýta auðlindastrauma úr iðrum jarðar frá nærliggjandi jarðvarmaveri til að skapa verðmæti sem koma fram í upplifun gesta Bláa Lónsins sem og í framleiðslu á húðvörum. Allur rekstur fyrirtækisins er þannig samfinn fjölnýtingu þessara dýrmætu strauma og er einstakt dæmi um fjölnýtingu endurnýjanlegrar jarðvarmauðlindar og sjálfbæra þróun,“ segir Fannar Jónsson, umhverfis- og gæðastjóri Bláa Lónsins.

Bláa Lónið hefur byggt upp rannsókn- og þróunarsetur á athafnasvæði sínu í Svartsengi þar sem fram fer framleiðsla á lífvirkum efnum úr jarðsjónum til notkunar í húðvörur fyrirtækisins. Sjálfbær nýting auðlindarinnar byggist á hringrásarhagkerfi, svokölluðum visthring jarðsjávar, (geothermal ecocycle), þar sem Bláa Lónið nýtir jarðsjó, gufu og koltvísýring (CO<sub>2</sub>) sem fellur til við framleiðslu á grænni jarðvarmaorku, sem er einnig nýtt í reksturinn.

#### Nýjar uppgötvanir og einkaleyfi

„Áhersla á öflugt rannsóknastarf hefur einkennt starfsemi Bláa Lónsins allt frá upphafi, eða í 30 ár og er fjöldi vísindageina, sem birtar hafa verið í viðurkenndum vísindatímaritum, sem og einkaleyfi fyrirtækisins, góður vitnisburður um það. Bláa Lónið hefur átt í samstarfi við vísindamenn hérlendis og erlendis, og farsælt samstarf við háskólasamfélagið á sviði rannsókna og þróunar. Sem dæmi um rannsóknir má nefna rannsóknir á lækningamætti jarðsjávarins á psoriasis, áhrif

**77 Fyrirtækið hefur það að leiðarljósi að fullnýta auðlindastrauma úr iðrum jarðar frá nærliggjandi jarðvarmaveri til að skapa verðmæti sem koma fram í upplifun gesta Bláa Lónsins sem og í framleiðslu á húðvörum.**

Fannar Jónsson

innihaldsefna jarðsjávarins á húð og rannsóknir á vistkerfi lónsins,“ segir Ása Brynjólfsdóttir rannsókn- og þróunarstjóri Bláa Lónsins. „Klínískar rannsóknir á áhrifum þess að baða sig í lóninu á psoriasis leiddu í ljós að jarðsjór Bláa Lónsins hefur einstaka virkni á húðina. Niðurstöður þessara rannsókna voru grunnurinn að því að Bláa Lónið hóf rekstur Lækningalindar árið 1994 en þar er enn í dag boðið upp á náttúrulega meðferð fyrir psoriasisjúklinga. Í kjölfarið voru gerðar ýtarlegar rannsóknir á vistkerfi lónsins og lífvirkni kísils og örþörunga á húð. Niðurstöður þessara rannsókna leiddu í ljós að

jarðsjór Bláa Lónsins er einstakur á heimsvísu hvað varðar efnasetningu og lífkerfi örþörunga og var jarðsjórinn útnefndur sem eitt af 25 undrum veraldar af National Geographic árið 2012,“ segir Ása.

#### Húðvörur byggðar á virkum efnum úr jarðsjó Bláa Lónsins

„Húðvörur Bláa Lónsins byggja á jarðsjónum og virkum innihaldsefnum hans og eru rannsóknir á þeim forsenda vöruþróunar,“ segir Ása. BL+ húðvörulínan kom á markað 2021 og inniheldur BL+ COMPLEX sem er afrakstur 30 ára rannsóknarvinnu á jarðsjónum og nýtir einkaleyfi þess á lífvirkum örþörungum og kísil sem finnst í honum. BL+ COMPLEX vinnur gegn öldrun húðarinnar með því að vernda kollagenbirgðir, örva nýmyndun kollagens og styrkja náttúrulegt varnarlag hennar.

Fyrstu BL+ vörurnar, BL+ The Serum og BL+ Eye Serum eru vottaðar COSMOS NATURAL af hinum virta alþjóðlega úttektaraðila ECOCERT. COSMOS (COSMetic Organic and natural Standard) er snyrtivörustaðall með ríka áherslu á umhverfisvernd í framleiðsluháttum snyrtivara með áherslu á ábyrga nýtingu auðlinda m.t.t. fjölbreytileika lífs (e. biodiversity) og gæði hráefna með velferð neytenda og umhverfis að leiðarljósi. Bláa Lónið framleiðir COSMOS APPROVED hráefni í allar sínar húðvörulínur sem seldar eru um allan heim.

Vörurnar hafa hlotið frábærar viðtökur bæði innanlands og á erlendum mörkuðum. Fyrstu vörurnar, BL+ The Serum og BL+ Eye Serum, hafa þegar hlotið fjölda viðurkenninga og nýverið var BL+ Eye Serum valið sem besta augnvaran 2022 hjá Allure í flokki „CLEAN BEAUTY“. Nú á dögum var kynnt til leiks þriðja varan í línunni, BL+ The Cream, sem þegar hefur hlotið góðar viðtökur. ■





# 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

## Viltu vera með okkur í liði?

ÍSí leitar að fólki í spennandi störf



### Afreksstjóri

Viltu vera drifkrafturinn í að skapa umhverfi fyrir íslenskt afreksíþróttafólk sem stenst alþjóðlegan samanburð?

#### Starfssvið

- Ábyrgð og umsjón með verkefnum á sviði afreksíþróttar
- Ábyrgð og umsjón með undirbúningi og þátttöku Íslands í Ólympíuleikum og öðrum ólympískum verkefnum
- Umsjón með Afreksstefnu ÍSí
- Ráðgjöf varðandi afreksstefnur sérsambanda
- Alþjóðleg samskipti í tengslum við afreksíþróttir og Ólympíuhreyfinguna
- Önnur tilfallandi verkefni

### Rekstrarstjóri

Ert þú aðilinn sem getur haldið utan um mörg flókin verkefni og hefur gaman að fjölbreyttum áskorunum á sviði íþróttastarfs?

#### Starfssvið

- Daglegur rekstur skrifstofu ÍSí
- Áætlanagerð og uppgjör verkefna
- Rekstur Íþróttamiðstöðvarinnar í Laugardal
- Sjóðir og styrkveitingar á vegum ÍSí
- Umsóknir í alþjóðlega sjóði
- Markaðsmál
- Starfsmannamál
- Önnur tilfallandi verkefni

Íþróttar- og Ólympíusamband Íslands (ÍSí) eru stærstu félagsamtök á Íslandi með um 220.000 félagsmenn. Innan ÍSí starfa 34 sérsambönd, 25 íþróttahéruð, um 409 íþróttar- og ungmennafélög og yfir 800 deildir á þeirra vegum. ÍSí er æðsti aðili hinnar frjálsu íþróttastarfsemi á Íslandi samkvæmt Íþróttalögum 64/1998. Skrifstofur ÍSí eru í Íþróttamiðstöðinni í Laugardal og á Akureyri.

### Verkefnastjóri kynningarmála

Ert þú aðilinn til að efla kynningarmál sambandsins og gera stafræna miðlun ÍSí aðgengilega og áhugaverða?

#### Starfssvið

- Ábyrgð og umsjón með kynningarmálum og miðlum ÍSí
- Umsjón með texta og efni á heimasíðum og samfélagsmiðlum
- Útgáfa fréttabréfs ÍSí
- Umsjón með myndasafni ÍSí og öðru útgefnu efni ÍSí
- Samræming útlits á útgefnu efni
- Samskipti við auglýsingastofur og prentaðila varðandi auglýsingar og kynningarefni
- Önnur tilfallandi verkefni

Allar nánari upplýsingar um störfin eru á [hagvangur.is](http://hagvangur.is).

Umsjón með störfunum hefur Sverrir Briem, [sverrir@hagvangur.is](mailto:sverrir@hagvangur.is).

Umsóknarfrestur er til og með **6. október nk.**



Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár







# Framkvæmdastjóri

Skíðasamband Íslands (SKÍ) leitar að öflugum einstaklingi í starf framkvæmdastjóra sem hefur áhuga, getu og drifkraft til að leiða daglegan rekstur sambandsins. Starfið er fjölbreytt og krefjandi þar sem reynir á frumkvæði, lausnamiðað viðhorf og ríka samskiptahæfni. Framkvæmdastjóri heyrir undir stjórn SKÍ. Skrifstofa SKÍ og starfsstöð er staðsett á Akureyri.

## ■ Helstu verkefni:

- Umsjón og ábyrgð á daglegum rekstri, s.s. fjármál, gerð fjárhags- og starfsáætlana og umsjón með heimasíðu
- Samskipti og upplýsingagjöf við aðildarfélög SKÍ, ÍSÍ, Alþjóða skíðasambandið, opinbera aðila og aðra sem starfa með sambandinu
- Fylgja eftir og innleiða stefnu SKÍ
- Vinna að útbreiðslu skíða- og snjóþettaíþróttarinnar
- Umsjón með móta-, fræðslu- og styrktarmálum
- Vinna með afreksstjóra að afreksmálum
- Samræma verkefni allra nefnda og fylgja þeim eftir

## ■ Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla af íþrótt- og félagsstarfi er kostur
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi
- Færni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Góð íslensku- og enskukunnátta, í töluðu og rituðu máli
- Haldgóð tölvukunnátta
- Reynsla af stjórnun er æskileg

Umsóknarfrestur er til og með **3. október 2022**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist starfi. Við hvetjum alla áhugasama einstaklinga til að sækja um starfið.



Skíðasamband Íslands er samband héraðs-sambanda og íþróttabandalaga þeirra íþróttafélaga sem iðka, æfa og keppa í skíða- og snjóþettaíþróttinni. Það hefur æðsta vald um ségreinamálefni skíða- og snjóþettaíþróttarinnar innan Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands, ÍSÍ.

Tilgangur SKÍ er að hafa yfirstjórn á málefnum skíða- og snjóþettaíþróttarinnar á Íslandi og vinna að eflingu hennar, hafa yfirumsjón með framkvæmd og stuðla að góðri samvinnu aðildarfélaga. Gefa út reglur um keppnir, hafa yfirumsjón með framkvæmd þeirra og sjá um útgáfu keppnisleyfa.

Nánari upplýsingar um SKÍ má finna á [www.ski.is](http://www.ski.is).

Nánari upplýsingar veitir Sigríður Svava Sandholt ([sigridur@intellecta.is](mailto:sigridur@intellecta.is)) í síma 511 1225. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

**intellecta**  
Ráðgjöf | Ráðningar | Rannsóknir

## RÁÐGJÖF

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

## RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

## RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari



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

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

**intellecta**



# Viltu móta fram tíðina með okkur?



## SÉRFRÆÐINGUR OFANFLÓÐAVARNIR

Við óskum eftir að ráða reyndan verkefnastjóra til að hafa umsjón með hönnun, nýframkvæmdum og viðhaldi ofanflóðavarna og aðstöðu á sviði náttúru og innviða. Viðkomandi mun m.a. verkefnastýra framkvæmdaverkefnum á sviði náttúru og innviða ásamt því að taka þátt í þróun og umbótum á sviði ofanflóðamannvirkja.

### Helstu verkefni

- Sérfræðiráðgjöf og/eða verkefnastjórn framkvæmdaverkefna á stigi hönnunar og/eða framkvæmda.
- Umsjón með útboðsferli hönnunar- og framkvæmdaverkefna.
- Mat á viðhalds- og endurbótapörf í samráði við eignaraðila mannvirkja.
- Ráðgjöf og þátttaka í verkefnum annarra deilda/sviða FSRE.
- 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 verk- og kostnaðaráætlana á hönnunar og/eða framkvæmdastigi.
- Þekking á hönnunarferli og reynsla af hönnunarrýni.
- Fagleg þekking á aðferðafræði verkefnastjórnunar Vottun sem verkefnastjóri er kostur.

## FRAMKVÆMDASÝSLAN - RÍKISEIGNIR

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 70 starfsmenn með fjölbreyttan bakgrunn og byggjum saman á gildunum: FRAMSÝNI, SAMVINNA OG FAGMENNSKA.

Eignasafn FSRE samanstendur af 530 þúsund m<sup>2</sup> 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 lífandi vinnustaðar. Við leitum því að jákvæðu og drífandi fólki sem hefur brennandi áhuga á að taka þátt í vegferðinni með okkur.

WWW.FSRE.IS

## LEIÐTOGI ÁÆTLUNARGERÐAR OG KOSTNAÐARGREININGA

Við óskum eftir að ráða öflugan sérfræðing til að þróa aðferðafræði FSRE við kostnaðar- og áhættustýringu, viðhalda kostnaðarbanka FSRE, meta framlagðar tíma- og kostnaðaráætlanir með hliðsjón af reynslu úr loknum verkefnum og bera saman mismunandi kosti fjármögnunar einstakra verkefna.

### Helstu verkefni

- Uppbygging og umsjón með kostnaðarbanka.
- Fjárhagsgreiningar verkefna.
- Þróa aðferðafræði FSRE við kostnaðar- og áhættustýringu.
- Rýni tíma- og kostnaðaráætlana.
- Stuðningur við verkefnastjóra á sviði þróunar og framkvæmda.
- Umsjón með gerð og útgáfu skilamata.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi s.s. verkfræði, tæknifræði eða viðskiptafræði.
- Mikil reynsla af áætlunargerð, greiningarvinnu og úrvinnslu gagna.
- Þekking á spálíkönunum.
- Reynsla af hönnun eða verklegum framkvæmdum.

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

## UMSÓKNARFRESTUR ER TIL OG MEÐ 10. OKTÓBER

Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf.

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran, [thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is), og Hafdís Ó. Pétursdóttir [hafdis@intellecta.is](mailto:hafdis@intellecta.is), í síma 511 1225

intellecta

# RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill  
að árangri allra fyrirtækja.



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

intellecta





Embætti ríkislögmans er sjálfstæð stofnun sem heyrir undir forsætisráðuneytið. Embættið rekur dómsmál fyrir ríkið og stofnanir þess fyrir innlendum dómstólum og sinnir einnig málflytningi fyrir Mannréttinda-dómstól Evrópu og EFTA-dómstólum. Þá fer ríkislögmaður með uppgjör bótakrafna sem beint er að ríkinu.

## Skrifstofustarf

**Embætti ríkislögmans** óskar eftir að ráða einstakling til að sinna skrifstofustörfum hjá embættinu. Starfið felst í fjölbreyttum verkefnum sem tengjast rekstri og úrlausn mála og erinda sem berast embættinu.

Leitað er eftir einstaklingi sem er nákvæmur og agaður í vinnubrögðum og býr yfir ríkri samstarfshæfni. Á næstu árum verður lögð aukin áhersla á stafræna meðferð mála og því er leitað að einstaklingi sem er reiðubúinn til að taka þátt í því umbreytingarverkefni.

### Starfssvið:

- Skráning skjala í málaskrá.
- Aðstoð við lögmennt varðandi gagnaöflun.
- Eftirfylgni verkefna.
- Bréfaskriftir og samskipti við stofnanir, ráðuneyti og lögmennt.
- Þátttaka í innleiðingu grænna skrefa í ríkisrekstri.
- Samantekt tölulegra upplýsinga úr málaskrá.
- Þátttaka í vinnu við að uppfæra vef embættisins.

### Hæfniskröfur:

- Reynsla af sambærilegum verkefnum kostur.
- Ríkir samskiptahæfileikar og þjónustulund.
- Hæfni til að vinna undir álagi, áreiti og undir tímapressu.
- Sjálfstæð, vandvirk og öguð vinnubrögð.
- Mjög góð íslenskukunnátta og góð enskukunnátta.
- Áhugi og vilji til að tileinka sér nýjungar.
- Góð tölvukunnátta er skilyrði, þekking á GoPro-skjalavistunarkerfi er æskileg.
- Þekking og/eða reynsla af stafrænni umbreytingu.
- Menntun sem nýtist í starfi.

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

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

**Umsóknarfrestur er til og með 12. október nk.**

Sótt er um starfið á [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is).

Umsjón með starfinu hafa Auður Bjarnadóttir ([audur@vinnvinn.is](mailto:audur@vinnvinn.is)) og Garðar Óli Ágústsson ([gardar@vinnvinn.is](mailto:gardar@vinnvinn.is)).

**vinnvinn**  
RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF







## Sviðsstjóri umhverfissviðs

**Garðabær** leitar að framsæknum leiðtoga með skýra sýn og er jafnframt drifandi og öflugur. Viðkomandi verður hluti af stjórnendateymi sem leiðir uppbyggingu samfélagsins í Garðabæ og metnaðarfulla þjónustu.

Hlutverk sviðsins er að tryggja faglegt starf og fjárhagslega hagkvæman rekstur þeirra málaflokka og deilda sem undir sviðið heyrja ásamt því að annast jákvæða og skilvirka þjónustu við bæjarbúa og aðra sem til sviðsins leita.

Meginverkefni sviðsins eru nýframkvæmdir og viðhaldsverkefni á vegum sveitarfélagsins, rekstur og viðhald veitukerfa, umhverfis- og hreinlætismál og umsjón með fasteignum.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Daglegur rekstur umhverfissviðs
- Umsjón með afgreiðslu erinda og stjórnáslumála er varða verkefni sviðsins
- Umsjón með gerð fjárhagsáætlunar sviðsins og framkvæmd hennar
- Vinna að þróun uppbyggingar í bæjarfélaginu í samræmi við ákvörðun bæjarstjórnar
- Undirbúningur og framkvæmd stærri verkefna er heyrja undir sviðið í samráði við hagsmunaaðila hverju sinni

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í verkfræði eða hliðstæðum greinum
- Meistarapróf eða önnur framhaldsmenntun er æskileg
- Framúrskarandi leiðtoga-, samstarfs- og samskiptahæfni
- Reynsla af stjórnun og rekstri
- Reynsla og þekking í skipulags-, mannvirkja- og umhverfismálum
- Góð verkunnáttá og víðtæk reynsla við stjórnun stærri verkefna
- Reynsla og þekking á opinberri stjórnsýslu, lögum, reglum og stöðlum sem starfinu tilheyrja
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

## Samskiptastjóri

**Garðabær** leitar að öflugum, drifandi og framsæknum einstaklingi með brennandi áhuga á samskiptum til að leiða nýja samskiptadeild sveitarfélagsins.

Í starfinu felst m.a. upplýsingagjöf til íbúa, starfsmanna og annarra þeirra aðila sem sveitarfélagið er í samskiptum við. Helstu markmið starfsins eru að efla almannatengsl, samskiptastjórnun, traust og orðspor, ásamt því að auka sýnileika og fanga sérstöðu bæjarins.

Starf samskiptastjóra heyrir undir bæjarritara en viðkomandi mun einnig starfa náið með bæjarstjóra og öðrum stjórnendum sveitarfélagsins.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Ábyrgð, innleiðing og gerð samskiptaáætlunar
- Almannatengsl, fjölmiðla-samskipti og vöktun.
- Umsjón með kynningar- og útgáfumálum
- Ritstjórn, fréttá- og greinaskrif og dagleg umsjón með samfélagsmiðlum og fréttabréfum
- Skipulagning viðburða og opinna funda á vegum bæjarins
- Upplýsingamiðlun til starfsmanna, viðskiptavina og annarra hagaðila
- Ráðgjöf og aðstoð með vefsíðum stofnana bæjarins

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýttist í starfi
- Marktæk reynsla á sviði samskipta og miðlun upplýsinga þar með talið reynsla af samskiptum við fjölmiðla
- Frumkvæði, drifkraftur og brennandi áhugi á samfélagsmálum
- Framúrskarandi samskipta- og miðlunarfærni
- Geta til að vinna hratt og undir álagi
- Mjög góð íslensku- og enskukunnáttá í ræðu og riti
- Reynsla af notkun samfélagsmiðla í starfi mikilvæg
- Rík samskiptafærni og þjónustulund
- Skipulagshæfni, sveigjanleiki og ögun í vinnubrögðum
- Reynsla af verkefnastjórnun kostur

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

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

**Umsóknarfrestur er til og með 10. október nk.**

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





## Deildarstjóri Deildar

## faggreinakennslu

Við leitum að metnaðarfullum deildarstjóra Deildar faggreinakennslu Háskóla Íslands.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Yfirumsjón með stjórnáslu Deildar faggreinakennslu.
- Vinna með forseta Deildar faggreinakennslu og formönnum námsbrauta að ýmsum verkefnum, s.s. upplýsingagjöf, mati á námi, afgreiðslu og eftirfylgni erinda.
- Tengiliður deildar við gerð kennsluskrár.
- Ábyrgð á ferli inntöku í meistaranám, brautskráningu og upplýsingum um nám við deildina í Kennsluskrá HI.
- Utanumhald funda, m.a. deildar- og deildarráðsfunda, undirbúningur funda, fundarritun, frágangur og eftirfylgni með ákvörðunum.
- Ýmis þjónusta við starfsmenn deildarinnar, nemendur og aðra.
- Teymisvinna tengd ýmsum verkefnum Kennsluskrifstofu Menntavísindasviðs.

### Hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi, meistaraþróf á sviði menntavísinda eða skyldum fræðigreinum er kostur.
- Leyfisbréf til kennslu.
- Reynsla af kennslu í grunn- og/eða framhaldsskóla.
- Færni í íslensku, rituðu og töluðu máli.
- Góð enskukunnátta, bæði í töluðu og rituðu máli, er kostur.
- Almenn tölvufærni og vilji til að tileinka sér nýja tækniþekkingu.
- Færni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum, skipulagshæfni, nákvæmni og frumkvæði.

Starfshlutfall er 100% og gert er ráð fyrir að umsækjandi hefji störf 1. janúar 2023 eða samkvæmt samkomulagi. Sótt er um starfið á [www.hi.is](http://www.hi.is) eða [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is). Umsóknarfrestur er til og með 5. október 2022.

Nánari upplýsingar veita Védís Grönvold, [vedis@hi.is](mailto:vedis@hi.is); S: 525 5982 og Lára Rún Sigurvinsdóttir, [lararun@hi.is](mailto:lararun@hi.is); S: 525 5905.

Háskóli Íslands, Sæmundargötu 2, 102 Reykjavík, +354 525 4000, [hi@hi.is](mailto:hi@hi.is), [www.hi.is](http://www.hi.is)

## Vanur verkstæðismaður óskast

Gluggagerðin sem er fyrirtæki sem sérhæfir sig í eigin framleiðslu og innflutningi á gluggum og útihurðum leitar að vönum verkstæðismanni í framtíðar starf.

Áhugasamir hafi samband á [gluggagerdin@gluggagerdin.is](mailto:gluggagerdin@gluggagerdin.is) eða hringja í Birgi S. 696-1120



## Skoðunarmaður

Fullt starf | Skoðunarmaður

BSI á Íslandi óskar eftir því að ráða agaðan og metnaðarfullan einstakling í starf skoðunarmanns.

Sjá nánar á

# job

Finnum draumastarfið saman

## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is)  
Arna Rut Kristinsdóttir, [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)

## Verkefnastjóri og smiður

Vegna aukinna verkefna óska Púsund Fjalir ehf. eftir að ráða til sín verkefnastjóra og smiði.

### Verkefnastjóri

Starf verkefnastjóra felst í að sjá um verkstýringu, skipulag og utanumhald á tjónaverkefnum. Viðkomandi þarf að hafa reynslu af verkstýringu við mannvirkjagerð og vera útsjónarsamur við úrlausn verkefna.

#### HELSTU VERKEFNI:

- Verkstjórn og úrlausn tjónamála
- Greining umfangs og skipulag aðgerða
- Gerð tímaáætlana og kostnaðarmat
- Skýrslugerð
- Önnur tilfallandi verkefni

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Byggingameistari eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Mikil reynsla af verkefnastjórn
- Haldgóð reynsla af störfum við mannvirkjagerð
- Mjög góð samskiptafærni
- Fagmennska í vinnubrögðum

### Smiðir

Leitað er að traustum og jákvæðum aðilum sem eru lausnamiðaðir og hafa áhuga á að vinna saman í teymisvinnu, þar sem metnaður og góður starfsandi ríkir.

#### HELSTU VERKEFNI:

- Almenn- og sérhæfð smíðavinna
- Viðhald- og nýsmíði

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Húsasmiður - sveinn/meistari
- Drifkraftur og áhugi á verkefnavinnu



Fyrirtækið er í fjölbreyttum verkefnum og þjónustar tryggingafélög, sveitarfélög, verkfræðistofur og fasteignafélög.

Púsund fjalir ehf. hefur verið starfrækt í rúm tuttugu ár við gott orðspor og hjá fyrirtækinu starfar samhent teymi iðnaðarmanna - píparar, smiðir, múrarar og málara.

Frá árinu 1999 hafa Púsund Fjalir ehf. unnið markvisst að þróun og umbótum á viðbrögðum við vatnstjónum og í kjölfarið forvörnum þar að lútandi. Fyrirtækið hefur innleitt margskonar nýjungar í tækjakosti til að meðhöndla vatnstjón og rekur fyrirtækið neyðarþjónustu sem fyrirtæki, ríki og sveitarfélög hafa nýtt sér.

Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu Púsund Fjala ehf. [www.vatnstjon.is](http://www.vatnstjon.is).

Umsóknarfrestur

er til og með 2. október nk. Sótt er um starfið á heimasíðu Ráðum [www.radum.is](http://www.radum.is).

Nánari upplýsingar veitir Agla Sigríður Björnsdóttir hjá Ráðum ehf. [agla@radum.is](mailto:agla@radum.is).

ráðum 10 ÁRA  
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF | Sími 519 6770 | [radum@radum.is](mailto:radum@radum.is)





## ICELAND PARLIAMENT HOTEL

### FJÖLBREYTT STÖRF Á NÝJU HÓTELI VIÐ AUSTURVÖLL

Innan skamms opnum við dyrnar að einu glæsilegasta hóteli Reykjavíkur, sem staðsett er við Austurvöll, í hjarta miðborgar og við fótiskör Alþingis Íslands.

**Iceland Parliament Hotel** verður rekið sem hluti af einstöku safni hágæða hótela *Hilton Worldwide* er kallast **Curio Collection by Hilton**. Hótelid mun bjóða gestum sínum upp á fyrsta flokks dvöl og frábæra staðsetningu í hjarta miðborgarklasa samtengdra húsa við Austurvöll, einn merkasta samkomustað Íslendinga fyrr og síðar.

Glæsileg herbergi, fjölbreytt veitingaþjónusta, spa og sérlega fallegir samkomusalir fyrir öll tilefni gera hótelið að virkum vettvangi fyrir daglegt líf og hátíðarstundir borgarbúa og eftirsóttum dvalarstað gesta frá öllum heimshornum.

#### Við leitum að liðsfélögum í eftirtalin störf:

- **Aðstoð í eldhúsi** / Kitchen Assistant
- **Aðstoðar yfirmatreiðslumaður** / Sous Chef
- **Aðstoðar gestamóttökustjóri** / Assistant Front Office Manager
- **Barþjónar** / Bartenders
- **Framreiðslufólk** / Waiters
- **Framreiðslunemi** / Intern for a Culinary Degree – Waiter
- **Konditor** / Pastry Chef
- **Matreiðslumaður** / Chef
- **Matreiðslunemi** / Intern for a Culinary Degree - Kitchen
- **Morgunverðarkokkur** / Breakfast Chef
- **Morgunverðarþjónn** / Breakfast Waiter
- **Móttökuþjónusta gesta** / Guest Agent
- **Ráðstefnu- og veisluþjónar** / Banquet Waiters
- **Starfsmaður í almenn þrif** / General Cleaning Agent
- **Starfsmaður í betri stofu** / Residence Lounge Agent
- **Starfsmaður í gestamóttöku** / Front Office Agent
- **Starfsmaður í herbergjadeild** / Room Attendant
- **Starfsmaður í SPA** / SPA Receptionist
- **Starfsmaður í vörumóttöku** / Warehouse handler
- **Sölufulltrúi** / Guest Relations
- **Uppvaskari** / Dishwasher

Umsókn og nánari upplýsingar um störfin er að finna á vef [icelandhotelcollection.is](http://icelandhotelcollection.is)

For more information and to apply go to [icelandhotelcollection.com](http://icelandhotelcollection.com)



## ICELAND PARLIAMENT HOTEL

CURIO COLLECTION BY HILTON

Iceland Parliament Hotel, Curio Collection by Hilton  
Thorvaldsensstræti 2-6 | 101 Reykjavík | Iceland



# Okkur vantar góðan liðsauka

## VERKEFNASTJÓRI

### Helstu verkefni

- Verkbáttastýring
- Framkvæmdaeftirlit
- Kostnaðargát/eftirlit
- Kostnaðargreiningar
- Þátttaka í hönnunar- og verkfundum
- Gerð verkáætlana
- Þátttaka í rýnifundum tengdum verkefna- og gæðastjórnun
- Þátttaka í öryggis- og gæðamálum

### Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólapróf í byggingatæknifræði, byggingafræði eða byggingaverkfræði
- Iðnmenntun á byggingasviði er kostur
- Reynsla af sambærilegum störfum
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Gott vald á íslensku í rituðu og töluðu máli, ásamt góðri enskukunnáttu og kunnáttu í einu norðurlandamáli

## VERKSTJÓRI

### Helstu verkefni

- Verkbáttastýring í samstarfi við verkefnastjóra
- Verkstjórn
- Skráning og utanumhald verkferla
- Þátttaka í verkfundum
- Þátttaka í rýnifundum tengdum verkefna- og gæðastjórnun
- Þátttaka í öryggis- og gæðamálum

### Menntunar- og hæfnikröfur

- Sveinspróf í húsasmíði, meistararéttindi æskileg
- Reynsla af sambærilegum störfum
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð
- Góð tölvufærni
- Gott vald á íslensku í rituðu og töluðu máli, ásamt góðri enskukunnáttu



Umsækjendur þurfa að vera með reynslu af sambærilegum störfum, liprir í mannlegum samskiptum og með ríka þjónustulund.

**Umsóknarfrestur er til og með 9. okt nk.** Umsóknum um störfin þarf að fylgja kynningarbréf ásamt ferilskrá.

Nánari upplýsingar veitir: Þorleifur Kristinn Árnason ([thorleifur@alverk.is](mailto:thorleifur@alverk.is)).

Alverk er metnaðarfullt og framsækið fyrirtæki í mannvirkjagerð með megináherslu á framkvæmdir og verkfræðiráðgjöf. Fyrirtækið starfar að mestu sem al- og/eða aðalverktaki.

Alverk vinnur í dag að mörgum krefjandi og spennandi verkefnum, bæði á byggingastigi og í þróun. M.a. svefnskála/gistihótel fyrir Landhelgisgæsluna á öryggis-svæði Keflavíkurflugvallar, 52 íbúða verkefni í Úlfarsárdal og stækkun hátækni-seturs fyrir Aztiq/Alvotech í Vatnsmýri í Reykjavík. Svo erum við með í hönnun og á undirbúningsstigi byggingu u.þ.b. 210 íbúða á höfuðborgarsvæðinu.



### Vilt þú verða hluti af liðsheild HSU?

Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU) var stofnuð 1. október 2014 í víðfeðmasta heilbrigðisumdæmi landsins.

HSU starfrækir 9 heilsugæslustöðvar á 10 starfsstöðvum, tvö sjúkrahús og þrjú hjúkrunarheimili auk allra sjúkraflutninga í umdæminu.

Á stofnuninni vinna um 700 metnaðarfullir starfsmenn í 500 stöðugildum. Unnið er í þverfaglegum teyrum þar sem áhersla er lögð á hagsmuni skjólstæðinga og fjölskyldna þeirra.

## Framtíðarstarf á nýjasta hjúkrunarheimili landsins

**Móberg er nýtt og glæsilegt hjúkrunarheimili HSU, sem senn verður opnað á Selfossi. Allur aðbúnaður er eins og best verður á kosið.**

Við leitum að hjúkrunarfræðingum, sjúkraliðum og ófaglærðum sem þurfa að geta hafið störf sem fyrst. Um er að ræða fjölbreytt störf á skemmtilegum og metnaðarfullum vinnustað, þar sem lögð er áhersla á einstaklingsbundna umönnun íbúa, fagmennsku, umhyggju og virðingu fyrir skjólstæðingum.

Umsóknir á [starfatorg.is](http://starfatorg.is)



LÆKNISÁTTAK  
2020 - 2023



HEILBRIGÐISSTOFNUN  
SUÐURLANDS

FAGMENNSKA - VIRÐING - SAMVINNA



## Við leiðum fólk saman



hagvangur.is

HAGVANGUR

## Sölufulltrúi í heimilistækjadeild

### Við leitum að sölufulltrúa til starfa í heimilistækjaverslun okkar í Nóatúni 4.

Starfið felst einkum í afgreiðslu og sölu heimilistækja sem og almennri ráðgjöf.

Leitað er að jákvæðum, ábyrgðarfullum og kraftmiklum starfsmanni sem hefur ánægju af sölustörfum og mannlegum samskiptum. Góð framkoma, þjónustulipurð, snyrtimennska og reglusemi eru skilyrði.

**Gott framtíðarstarf hjá traustu og framsæknu fyrirtæki.**

**Umsóknarfrestur er til og með 7. október.**

Sótt er um starfið á [alfred.is](http://alfred.is).  
Nánari upplýsingar veitir Jón Norland, [jon@smminor.is](mailto:jon@smminor.is).



## SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 • Sími 520 3000  
[www.sminor.is](http://www.sminor.is)

## Okkar hlutverk er að leysa krafta úr læðingi

### Harvey Specter eða Ally McBeal?

#### » Lögfræðingur á skrifstofu framkvæmdar og eftirfylgni

Það skiptir okkur engu máli hvort eða hvaða sjónvarpssería kveikti áhuga þinn á lögfræði. Það eina sem við viljum vera viss um er að við fáum í hópinn frábæran lögfræðing sem langar að verða hluti af öflugri liðsheild í nýju ráðuneyti. Við leitum að manneskju sem býr yfir þeim eiginleikum að vera hvoru tveggja í senn; hugmyndaþrik og nákvæm — lausnamiðuð en um leið föst fyrir. Nokkurs konar stálhnefi í silkihanska.

Hér munu gefast ótal tækifæri til að móta og skapa framtíðina í ráðuneyti sem ætlar sér að vera leiðandi í verkefnaþróun og árangursdrifnu vinnulagi.

Umsóknarfrestur um bæði störfín er til og með **26. september**. Allar nánari upplýsingar um störfín, menntunar- og hæfniskröfur er að finna á [starfatorg.is](http://starfatorg.is). Ráðuneytið leggur áherslu á jafnrétti og hvetur öll áhugasöm til að sækja um. Ráðuneytið er jákvætt fyrir störfum óháð staðsetningu.

### Viltu vera númer?

#### » Sérfræðingur í fjármálum á skrifstofu framkvæmdar og eftirfylgni

Það er eins gott að þeim tæplega 88 milljörðum sem háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðuneytið ber ábyrgð á sé vel varið. Þess vegna leitum við að manneskju sem elskar að liggja yfir tölum, grúska í stórum sem smáum upphæðum og á sér þann draum heitastan að vera númer.

Viðkomandi þarf að hafa eiginleika til að bregða sér í ýmis gervi en stærsta hlutverkið ár hvert er uppsetningin á fjárlögum og greining á afkomu þeirra ríkisaðila sem undir ráðuneytið heyrir.

Ef þú hefur áhuga á að sérhæfa þig í gangverki opinberra fjármála þá hvetjum við þig til að senda inn umsókn.



Stjórnarráð Íslands  
Háskóla-, iðnaðar- og nýsköpunarráðuneytið





## ERTU FERÐALANGUR MEÐ ÁHUGA Á ALÞJÓÐAMÁLUM?

Skrifstofa Alþingis auglýsir eftir öflugum sérfræðingi til starfa í alþjóðadeild þingsins.

Sérfræðingar deildarinnar veita utanríkismálanefnd og alþjóðanefndum faglega aðstoð og ráðgjöf, m.a. á sviði alþjóðamála, við undirbúning fyrir þátttöku í alþjóðlegum fundum, gagna- og upplýsingaöflun og undirbúning fyrir alþjóðlega þingmannafundi sem haldnir eru á Íslandi. Starfið er fjölbreytt og krefjandi í lífandi starfsumhverfi og því fylgja umtalsverð ferðalög.

### HELSTU VERKEFNI OG ÁBYRGÐ

- Umsjón með starfi alþjóðanefnda
- Fagleg ráðgjöf á sviði alþjóðamála
- Upplýsinga- og greiningarvinna, svo sem ritun minnisblaða og talpunkta
- Skipulag alþjóðlegra funda og ráðstefna hérlendis
- Skipulag þátttöku í fundum og ráðstefnum erlendis
- Gerð þingmála

### HÆFNISKRÖFUR

- Meistarapróf á sviði alþjóðastjórnmála
- Góð þekking á alþjóðamálum
- Starfsreynsla á sviði alþjóðlegs samstarfs er kostur
- Reynsla af skipulagningu funda og ráðstefna er kostur
- Framúrskarandi samskiptahæfni og sveigjanleiki
- Frumkvæði, sjálfstæði, jákvæðni og skipulagshæfni
- Framúrskarandi færni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku
- Góð kunnátta í dönsku eða öðru Norðurlandamáli

### FRÉKARI UPPLÝSINGAR UM STARFIÐ

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem forseti Alþingis og Félag starfsmanna Alþingis hafa gert.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem umsækjandi rökstyður hæfni sína í starfið. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Starfið hentar öllum kynjum og áhugasöm eru hvött til að sækja um.

Umsóknir gilda í sex mánuði frá auglýsingu þessari.

Starfshlutfall er 100%

Umsóknarfrestur er til og með 26.09.2022.

Sótt er um starfið á Starfatorgi.

### Nánari upplýsingar veitir:

Hildur Eva Sigurðardóttir, forstöðumaður nefndasviðs - hildureva@althingi.is - 563-0500

GILDI SKRIFSTOFU ALÞINGIS ERU FAGMENNSKA, VIRÐING OG FRAMSÆKNI.



Það er mikið að gera hjá okkur og þess vegna viljum við bæta við okkur fólki á öll svið!

### FRAMKVÆMDARÁÐGJÖF

Framkvæmdaráðgjöf, eftirlit með verklegum framkvæmdum, verkefnastjórnun, áætlanagerð og öryggismál.

### ÞÉTTBYLISTÆKNI

Hönnun vega, gatna, stíga og veitukerfa. Gerð útboðsgagna og áætlana.

### MANNVIRKJAHÖNNUN

Öll almenn hönnun mannvirkja, þ.m.t. burðarþol, hönnun lagna- og lofttræsikerfa, rafkerfa o.fl.

### UMHVERFISMÁL

Umhverfismál, s.s. sjálfbærni mannvirkja, lífsferilsgreiningar (LCA), umhverfisvottanir (BREEAM), vistsporagreiningar o.fl.

Almenn viðmið um ofangreind störf:

- Menntun á sviði verk- eða tæknifræði, eða háskólamenntun sem nýttist í starfi.
- M.Sc. gráða æskileg.
- Starfsreynsla á umræddum fagsviðum.
- Góð kunnátta í íslensku og ensku.
- Sjálfstæð og öguð vinnubrögð.
- Góð samskiptafærni og jákvætt hugarfar.

Upplýsingar um fyrirtækið má finna á [www.hnit.is](http://www.hnit.is) og á Facebook síðu fyrirtækisins, <https://www.facebook.com/Hnitverkfraedistofa>

Nánari upplýsingar gefur Þór Gunnarsson, s:6937402  
Umsóknir skal senda á [starf@hnit.is](mailto:starf@hnit.is).  
Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

Umsóknarfrestur er til og með 27. sept. 2022.



## EIGNAMIÐLUN

### LEITUM AÐ METNAÐARFULLUM FASTEIGNASALA TIL STARFA HJÁ EIGNAMIÐLUN

Vegna aukinna umsvifa leitum við að metnaðarfullum einstaklingi til að slást í hóp öflugra starfsmanna hjá Eignamiðlun. Við erum elsta starfandi fasteignasala á Íslandi og erum í stöðugri þróun í breytilegu og krefjandi umhverfi á fasteignamarkaðinum.

Við leitum að löggiltum fasteignasala sem er metnaðarfullur, vandvirkur og góður í mannlegum samskiptum. Viðkomandi mun starfa við sölu fasteigna.

### Menntun og hæfniskröfur

- Löggiltur fasteignasali
- Skipulagshæfni
- Góð færni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Góð tölvufærni

Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðlaugur Ingi Guðlaugsson, [guðlaugur@eignamidlun.is](mailto:guðlaugur@eignamidlun.is)

Umsóknir skal senda á netfangið [guðlaugur@eignamidlun.is](mailto:guðlaugur@eignamidlun.is)

Allar umsóknir og fyrirspurnir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál og hvetjum við alla sem telja sig búa yfir þeirri getu og færni sem leitast er eftir til að sækja um starfið.

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588 9090 | [eignamidlun.is](http://eignamidlun.is)

job  
Finnum draumastarfið saman



Erum við að leita að þér?



# Verk- eða tæknifræðingur í áreiðanleikateymi

Alcoa Fjarðaál leitar að öflugum verk- eða tæknifræðingi í starf áreiðanleikasérfræðings. Álver Alcoa Fjarðaáls er meðal þeirra fullkomnustu í heiminum og mikið er um sjálfvirkan búnað sem er í stöðugri notkun. Áreiðanleikasérfræðingur vinnur að því að tryggja áreiðanleika búnaðarins með sérhæfðu ástandsgreiningarteymi sem styðst við margvíslegar mælingar og samanburð gagna. Fjarðaál er í samstarfi við leiðandi viðhaldsfyrirtæki í þróun sjálfvirkar vöktunar vélbúnaðar í viðhaldskerfum.

## Ábyrgð og verkefni

- Greina mikilvægi búnaðar
- Þróa mælikvarða fyrir áreiðanleika
- Tryggja réttar upplýsingar um búnað
- Rótargreiningar bilana og vandamála
- Reikna út kostnað og ávinning
- Stýra áreiðanleikaverkefnum
- Áætlanir og verklýsingar viðhaldsverka
- Greina viðhaldsgögn og vinna að umbótum
- Halda utan um varahlutalager

## Menntun, hæfni og reynsla

- Háskólapróf í verkfræði, tæknifræði eða önnur háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þriggja ára hagnýt starfsreynsla
- Geta til að skipuleggja og leiða verkefni
- Færni í samskiptum og teymisvinnu
- Frumkvæði og sjálfstæði
- Vilji til að læra og þróast í starfi
- Gott vald á íslensku og ensku
- Góð tölvukunnátta

Frekari upplýsingar um starfið veitir Gísli Gylfason í tölvupósti á netfangið [gisli.gylfason@alcoa.com](mailto:gisli.gylfason@alcoa.com) eða í síma 470 7700. Í samræmi við jafnréttisstefnu Alcoa Fjarðaáls og lög nr. 150/2020 eru einstaklingar af öllum kynjum hvattir til að sækja um. Hægt er að sækja um starfið á [www.alcoa.is](http://www.alcoa.is). Umsóknarfrestur er til og með mánudeginum 10. október.

Fjarðaál  
alcoa.is







## BJARG ÍBÚÐAFÉLAG ÓSKAR EFTIR SAMSTARFSADILUM VEGNA VIÐHALDS Á FASTEIGNUM FÉLAGSINS

Bjarg íbúðafélag er óskar eftir umsóknum verktaka til þátttöku í væntanlegum verðfyrirspurnum og vinnu gegn tímagjaldi vegna endurbóta, viðhaldsvinnu o.fl. í fasteignum Bjargs á eftirfarandi starfsviðum:

- Trésmíði - Almenn viðhaldsvinna utanhúss og innan
- Dúka/Teppalögn - Gólfdukalagnir, teppalögn og viðgerðir
- Múrverk/Steypuvinna - Almennar múrviðgerðir, flísalögn o.fl.
- Pípulagnir - Almenn viðhald og endurbætur
- Raflagnir - Almenn viðhald og endurbætur
- Blikksmíði - Lofttræsikerfi, rennur og niðurföll, hreinsun loftstokka
- Járnsmíði - Ýmiskonar sérsmíði og viðgerðir
- Málun - Ýmis málningarvinna
- Þrif - Ýmiskonar þrif íbúða og sameigna í fasteignum o.fl.
- Jarðvinna - Ýmiskonar jarðvegsframkvæmdir
- Hellulagnir - Ýmsar hellulagnir og frágangur
- Garðyrkja - Umhirða og endurbætur á lóðum og opnum svæðum

Einungis þeir verktakar koma til greina, sem eru í skilum með lífeyrissjóðsiðgjöld og opinber gjöld. **Frekari kröfur um skilyrði** og nauðsynleg gögn koma fram á umsóknareyðublaði á [www.bjargibudafelag.is](http://www.bjargibudafelag.is)

Umsóknum skal skilað á netfangið [sigurdur@bjargibudafelag.is](mailto:sigurdur@bjargibudafelag.is)



RÁÐGJÖF  
RÁÐNINGAR  
RANNSÓKNIR

intellecta

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



HAGVANGUR

Þátttakandi  
í íslensku  
atvinnulífi  
í meira en  
50 ár



# KOMDU MEÐ OKKUR INN Í FRAMTÍÐINA



## Ölgerðin leitar að framúrskarandi fólki

### Sérfræðingur í stafrænni þróun

Sérfræðingur í stafrænni þróun ber ábyrgð á stafrænni stefnumótun Ölgerðarinnar ásamt því að vera í lykilhlutverki við forgangsröðun á stafrænum verkefnum og fylgja þeim eftir í gegnum þróun og innleiðingu. Stafræna teymið vinnur þvert á fyrirtækið og fær því einstaka innsýn inn í rekstur og gangverk félagsins.

#### HLUTVERK OG ÁBYRGÐ

- Stafræn stefnumótun og ábyrgð á högun
- Þarfagreining og forgangsröðun stafrænna verkefna
- Skipulagning og stýring á stafrænum verkefnum

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Menntun sem nýtist í starfi
- Mjög góð þekking á upplýsingatækni
- Reynsla af sambærilegu starfi er kostur
- Þekking á Microsoft 365 umhverfinu er kostur
- Jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum
- Geta unnið sjálfstætt og vel undir álagi
- Nákvæmni og frumkvæði

### Verkefnastjóri í stafrænni þróun

Verkefnastjóri í stafrænni þróun stýrir undirbúningi og innleiðingu á mikilvægustu upplýsingatækniakerfum Ölgerðarinnar. Starfið felur í sér mikil samskipti við starfsfólk þvert á fyrirtækið þar sem gott auga fyrir samspili viðskiptaferla og upplýsingatækniakerfa er lykilatriði til að ná árangri.

#### HLUTVERK OG ÁBYRGÐ

- Mátar, skipuleggur og stýrir stærri stafrænum verkefnum
- Stýrir innleiðingu á nýjum stafrænum lausnum
- Tryggir aðkomu allra hagsmunaaðila að stafrænum verkefnum
- Ber ábyrgð á tæknilegri fræðslu og upplýsingagjöf innan Ölgerðarinnar

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Menntun sem nýtist í starfi
- Góð tækniþekking
- Þekking og reynsla á ERP viðskiptakerfum (s.s. Ax eða Nav) er kostur
- Jákvæðni og mikil hæfni í mannlegum samskiptum
- Samstarfshæfni og sveigjanleiki
- Geta unnið sjálfstætt og vel undir álagi
- Nákvæmni og frumkvæði

### Sérfræðingur í blöndun

Við leitum að öflugri og jákvæðri manneskju til að starfa sem sérfræðingur í blöndun. Starfið heyrir undir Vöruþróun og gæðadeild.

#### HLUTVERK OG ÁBYRGÐ

- Ber ábyrgð á upplýsingum fyrir blöndun á drykkjum til framleiðslu
- Tekur þátt í núverandi uppbyggingu og framtíðarsýn á vinnslurými blöndunar
- Hefur yfirumsjón með ferlum og verklagsreglum á viðkomandi svæði
- Vinnur þétt með vöruþróun í yfirfærslu nýrra drykkja frá þróun að framleiðslu

#### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Menntun sem nýtist í starfi t.d. mjólkur, matvæla eða efnafræðingur
- Mjög góð tölvukunnátta
- Jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum
- Samstarfshæfni og sveigjanleiki
- Geta unnið sjálfstætt og vel undir álagi
- Nákvæmni, frumkvæði og snyrtimennska

### Umsjón og viðhald með tækjum í vöruhúsi

Við leitum að duglegri og handlaginni manneskju til að hafa umsjón og viðhald með tækjum í tæknilegu vöruhúsi Ölgerðarinnar. Hundrað starfsmenn starfa í vöruhúsinu við umsjón móttöku og afgreiðslu pantana til viðskiptavina með 60 lyftara af ýmsum gerðum í notkun. Vinnutími er frá 08:00-16:00.

#### HLUTVERK OG ÁBYRGÐ

- Viðhald, smáviðgerðir og yfirumsjón á tækjabúnaði í vöruhúsi
- Umsjón með varahlutalager og búnaði í vöruhúsi
- Tilfallandi breytingar í vöruhúsi
- Samskipti við umboðsaðila tækja og búnaðar á Íslandi

#### HÆFNISKRÖFUR

- Iðnmenntun kostur (vélstjóri, bifvélavirki)
- Reynsla af viðhaldi og umsjón tækja
- Enskukunnátta
- Þjónustulund, stundvísi og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnátta
- Vilji til að læra nýja hluti
- Góð samskiptahæfni, samvirkusemi og jákvæðni
- Bílpróf er skilyrði, lyftarapróf er kostur



# Amazing opportunities

Can you see yourself working in an innovative software company where you are empowered to influence the future success and growth of the business?

If the answer is yes, LS Retail might have an exciting opportunity for you!

## Are you business minded lawyer?

LS Retail is looking for a business-minded individual with a law degree to join our Partner Operations team as a Partner Success Specialist.

## Do you want to be a software licenses expert?

If you have knowledge about process improvements and a keen interest in selling software licenses globally, this is a great opportunity for you!

Partner Operations provides LS Retail partners and customers around the world with LS Retail software licenses and related services, including central management of partner agreements and programs.



For details and more info visit:  
[careers.lsretail.com](https://careers.lsretail.com)

Please apply before 25th of September



Erum við að leita **að þér?**





# Við ráðum

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

## Stjórnendaleit

Reynsla og gott tengslanet sérfræðinga Ráðum skilar árangri þegar 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. bakgrunnskannarir, hæfnismat eða starfstengdar æfingar.

## Matstæki

Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikabætti 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

# Tollverðir

## Spennandi störf í lifandi umhverfi

**Nokkrar stöður tollvarða í Reykjavík og í Keflavík eru lausar til umsóknar hjá Skattinum - Tollgæslu Íslands. Störf tollvarða eru fjölbreytt og lifandi og henta fólki af öllum kynjum.**

Í tengslum við ráðningu tollvarðar þarf að þreyta inntökupróf/þrekpróf, en dagsetning prófsins verður tilkynnt eftir að umsóknarfrestur rennur út. Umsækjendur eru hvattir til að kynna sér nánari upplýsingar um prófið á vefslóðinni

<https://www.skatturinn.is/um-rsk/tollskoli-rikisins/inntokuprof/inntokuprof>.

### Starf tollvarðar felur m.a. í sér:

- Greiningu á áhættu í vöru- og farþegaflæði og úrvinnslu gagna.
- Sérhæfðar leitir, svo sem í bílum, með gegnumlýsingarbúnaði o.s.frv.
- Almenn töllefirlit á vettvangi, til að mynda í skipum, flugvélum, bílum, gámum, póstsendingum og með farþegum.

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Stúdentspróf eða menntun sem má meta til jafns við það.
- Greiningarhæfileikar.
- Gott vald á íslensku, ensku og einu Norðurlandamáli.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Gott andlegt og líkamlegt atgervi.
- Samviskusemi, nákvæmni og traust vinnubrögð.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Almenn ökuréttindi.

Umsækjendur um störf tollvarða þurfa auk ofangreinds að hafa náð 20 ára aldri sem og að geta framvísað hreinu sakavottorði.

Reynsla og þekking úr öðrum störfum nýtist vel í starfi tollvarða. Háskólamenntun er einnig eftirsóknarverð þar sem í mörgum verkefnum er áhersla á greiningarhæfni, talnalæsi, tölfræði, skýrslugerð og tölvufærni.

Umsóknir skulu fylltar út á vef 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.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðherra f.h. ríkissjóðs og Tollvarðafélags Íslands. Um starfskjör, réttindi og skyldur gilda að öðru leyti lög um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins nr. 70/1996.

**Nánari upplýsingar um störf in í Reykjavík veitir Ársæll Ársælsson, yfirtollvörður, í síma 442-1000 eða í tölvupósti á [arsaell.arsaelsson@skatturinn.is](mailto:arsaell.arsaelsson@skatturinn.is) en upplýsingar um störf in í Keflavík veitir Guðrún Sólveig Ríkarðsdóttir, yfirtollvörður, í síma 442-1000 eða í tölvupósti á [guðrun.s.rikardsdottir@skatturinn.is](mailto:guðrun.s.rikardsdottir@skatturinn.is).**

**Umsóknarfrestur er til og með 4. október 2022 og verður öllum umsóknum svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningar.**



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



RÁÐGJÖF  
RÁÐNINGAR  
RANNSÓKNIR

intellecta

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



# Spennandi starf á sviði gervi-hnattafjarskipta

Inmarsat Solutions ehf. leitar að þjónustustjóra



Starf þjónustustjóra býður upp á fjölbreytileg og spennandi verkefni samhliða ört vaxandi þróun á sviði internettenginga fyrir skip.

Inmarsat Solutions ehf. er að hluta til í eigu Inmarsat Global Ltd. sem hefur verið leiðandi á sviði gervihnattafjarskipta fyrir sjófarendur í yfir 40 ár, með þjónustusvæði um allan heim.

Ef þú vilt taka þátt í slíkum tækni- framförum þá skaltu senda okkur umsókn á [johann.bjarnason@inmarsat.com](mailto:johann.bjarnason@inmarsat.com).

Umsóknarfrestur er til og með 26. september.

## Starfið felur meðal annars í sér

- > uppsetningu, bilanagreiningu og viðgerðir á gervihnattafjarskiptabúnaði fyrir skip
- > innleiðingu og uppsetningu á innra netkerfi fyrir skip
- > ráðgjöf um tæknilegar lausnir til viðskiptavina

## Við leitum að einstaklingi með

- > menntun á sviði rafeinda-, fjarskipta- og tölvubúnaðar
- > góða þekkingu á internet- og tölvubúnaði
- > frumkvæði og drifkraft
- > góða enskukunnáttu

# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



## FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN Í MEST LESNA ATVINNUBLAÐI LANDSINS!\*

\*Samkvæmt prentmælingum Gallup

**Beinn sími: 550 5625**

### Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is)  
Arna Rut Kristinsdóttir, [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)

**FRÉTTABLAÐIÐ**



# Hefur þú áhuga á viðskiptum og fyrirtækjarekstri?

Við leitum nú að öflugum og metnaðarfullum einstaklingum með viðskiptamenntun sem hafa mikinn áhuga á að læra um og vinna við reikningsskil, skatta og endurskoðun ársreikninga.

Við hvetjum áhugasama jafnt á landsbyggðinni sem og á höfuðborgarsvæðinu að sækja um starf á einni af skrifstofum KPMG. Stefnt er að því að taka á móti nýju starfsfólki í nóvember og desember.



Nánari upplýsingar um störfín má finna á [kpmg.is](http://kpmg.is) Umsóknarfrestur er til og með 25. september.



KPMG er alþjóðlegt fyrirtæki sem býður upp á tækifæri til starfsþróunar og fræðslu í sveigjanlegu vinnuumhverfi. Hjá KPMG starfa um 300 einstaklingar á 16 skrifstofum um land allt með fjölbreytta menntun og reynslu sem þjónusta viðskiptavini í einka- og opinbera geiranum.





ÖFLUGIR LEIÐTOGAR FYRIR ÞRJÚ NÝ SVIÐ

 Veðurstofa Íslands

Vísindi á vakt

## Veðurstofa Íslands auglýsir eftir leiðtogum í störf framkvæmdastjóra þriggja nýrra sviða

Sviðin þrjú eru hluti af breyttu skipulagi Veðurstofunnar þar sem til verða tvö ný kjarnasvið, annars vegar athugana- og upplýsingatæknisvið og hins vegar þjónustu- og rannsóknarsvið. Að auki verður til stoðsvið fjármála og reksturs.

Allt ytra umhverfi Veðurstofunnar einkennist af vaxandi áskorunum, allt frá tækniþróun og kröfum samfélagsins um aukna þjónustu til áskorana vegna loftslagsbreytinga. Með nýju skipulagi verður Veðurstofan betur í stakk búin til að takast á við þessar áskoranir.

Um er að ræða þrjú nýjar stöður framkvæmdastjóra sem bjóða upp á spennandi og krefjandi verkefni í að efla þjónustu við samfélagið og byggja upp hátækniumhverfi þar sem viðfangsefnið er síbreytileg náttúra Íslands.

### FRAMKVÆMDASTJÓRI ÞJÓNUSTU- OG RANNSÓKNARSVIÐS

Á þjónustu- og rannsóknarsviði eru þekkingaröflun, rannsóknir, veðurþjónusta, spár, náttúruvörðun og miðlun upplýsinga samþætt á einu sviði. Nýr framkvæmdastjóri mun leiða vinnu við mótun þjónustustefnu Veðurstofunnar og innleiðingu hennar. Framkvæmdastjórinn ber m.a. ábyrgð á forgangsröðun verkefna og samþættingu verkefnavinnu sviðsins ásamt því að bera heildar ábyrgð á því að Veðurstofan sinni lögbundinni og samningsbundinni þjónustu og rannsóknum. Er jafnframt fulltrúi Veðurstofunnar í erlendu samstarfi og samvinnu er vikur að þjónustu og rannsóknum.

### FRAMKVÆMDASTJÓRI ATHUGANA- OG UPPLÝSINGATÆKNISVIÐS

Á nýju sviði er verið að samþætta gagnasöfnun Veðurstofunnar, rekstur á mælitækjum og búnaði sem staðsettur er víða um land, rekstur og viðhald upplýsingatækniinnviða og rekstur og þróun á upplýsingatækni. Hlutverk framkvæmdastjóra athugana- og upplýsingatæknisviðs er að leiða uppbyggingu, þróun og rekstur tækniinnviða og ber hann ábyrgð á að tryggja virkni og viðhald tækniinnviða þannig að þeir uppfylli innri og ytri þarfir og kröfur um öryggi. Er jafnframt fulltrúi Veðurstofunnar í erlendu samstarfi og samvinnu er vikur að innviðum.

### FRAMKVÆMDASTJÓRI FJÁRMÁLA- OG REKSTRARSVIÐS

Fjármála- og rekstrarsvið er nýtt stoðsvið sem sinnir verkefnum á sviði fjármála, reksturs fasteigna, notendabjónustu tölvumála, skjalamála og margs konar innri þjónustu fyrir starfsmenn. Nýr framkvæmdastjóri gegnir veigamiklu hlutverki við að leiða stofnunina inn í nútímalegri umgjörð fyrir verkefna-, rekstrar- og fjárfestingaráætlanir í stofnunarinnar og skapa skilvirkt umhverfi fyrir aðra stjórnendur sem hafa rekstrarlega ábyrgð innan Veðurstofunnar.

### HLUTI AF MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUM

Gerð er krafa um háskólamenntun sem nýtist í starfi og er framhaldsmenntun nauðsynleg. Viðkomandi þarf að hafa víðtæka og farsæla stjórnunarreynslu og reynslu af stefnumótun, áætlunargerð, verkstýringu og innleiðingu breytinga. Gerð er krafa um framúrskarandi samskiptafærni og hæfni til að ná árangri í samvinnu við stjórnvöld og hagaðila og þvert á starfseiningar stofnunarinnar.

### HLUTI AF MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUM

Gerð er krafa um háskólamenntun sem nýtist í starfi og er framhaldsmenntun æskileg. Viðkomandi þarf að hafa víðtæka og farsæla stjórnunarreynslu og haldgóða reynslu af breytingarstjórnun. Gerð er krafa um farsæla reynslu af stefnumótun, áætlunargerð, verkstýringu og innleiðingu breytinga. Viðkomandi þarf að hafa haldgóða innsýn í tækni umhverfi og þau tækifæri og áskoranir sem tengjast fjórðu iðnbyltingunni.

### HLUTI AF MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUM

Gerð er krafa um háskólamenntun sem nýtist í starfi og er framhaldsmenntun æskileg. Viðkomandi þarf að hafa víðtæka og farsæla stjórnunarreynslu og reynslu af stefnumótun, áætlunargerð, verkstýringu og innleiðingu breytinga. Viðkomandi þarf að hafa reynslu af umsjón með fjármálum, ferli áætlanagerðar og eftirfylgni. Gerð er krafa um framúrskarandi samskiptafærni og hæfni til að ná árangri í samvinnu við stjórnvöld og hagaðila og þvert á starfseiningar stofnunarinnar.



Umsóknir eru fylltar út á heimasíðu Hagvangs, [hagvangur.is](http://hagvangur.is), en þar eru jafnframt nánari upplýsingar um störfín. Tengiliðir eru Inga S. Arnardóttir ([Inga@hagvangur](mailto:Inga@hagvangur))

og Geirlaug Jóhannsdóttir ([geirlaug@hagvangur.is](mailto:geirlaug@hagvangur.is)). Umsóknarfrestur er til og með 3. október, nk.

Hlutverk Veðurstofu Íslands er að stuðla að bættu öryggi almennings, eigna og innviða gagnvart öflum náttúrunnar, jafnframt því að styðja sjálfbæra nýtingu náttúrunnar og samfélagslega hagkvæmni. Því hlutverki sinnir starfsfólk Veðurstofunnar með vöktun loftslags, láðs og lagar, byggðri á öflun, varðveislu og greiningu gagna, rannsóknum, þróun og miðlun upplýsinga.

Veðurstofa Íslands er opinber stofnun sem heyrir undir umhverfis-, orku- og loftslagsráðuneytið. Á Veðurstofunni starfa um 140 manns með fjölbreytta menntun og starfsreynslu sem spannar mörg fræðasvið. Auk þess starfar fjöldi fólks við athugana- og eftirlitsstörf víðsvegar um landið.



Gildi Veðurstofunnar eru **þekking, áreiðanleiki, framsækni og samvinna**. Ráðningar hjá stofnuninni taka mið af þessum gildum.

Nánari upplýsingar um Veðurstofu Íslands má finna á [vedur.is](http://vedur.is)





## Viltu hafa rafmögnuð áhrif?

### Sérfræðingur í kerfisgreiningum og áætlanagerð

Þróunar- og tækisvið Landsnets óskar eftir að ráða til starfa öflugan sérfræðing sem vill hafa áhrif á framtíðina. Viðkomandi verður hluti af teymi sérfræðinga sem vinnur áætlanir um uppbyggingu og þróun raforkukerfisins fyrir framkvæmdir á vegum Landsnets. Sviðið vinnur rannsóknir og greiningar, framkvæmir umhverfismat og undirbúningsverk sem nauðsynleg eru til að taka ákvörðun um framkvæmdir í flutningskerfi raforku.

Starf sérfræðings í kerfisgreiningum er fjölbreytt og krefjandi. Helstu verkefni felast í kerfisgreiningum, eignastýringu og áætlanagerð sem leggur grunninn að fjárfestingum Landsnets í flutningsmannvirkjum, bæði endurnýjun eldri virkja sem og vegna framtíðarþróunar kerfisins. Framundan eru spennandi tímar orkuskipta í landinu sem gera miklar kröfur til afkastagetu og áreiðanleika flutningskerfisins og því fjölmargar áskoranir sem þarf að bregðast við á lausnamiðaðan og faglegan hátt.

Næsti yfirmaður er Gnýr Guðmundsson, yfirmaður greininga og áætlana í raforkukerfinu.

#### Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun á sviði tækni- eða verkfræði. Mikil starfsreynsla getur vegið upp á móti formlegri menntun
- Reynsla af greiningum, gagnavinnslu og framsetningu gagna (t.d. Power BI)
- Hæfni í uppbyggilegum samskiptum og samvinnu.
- Skipulögð og öguð vinnubrögð
- Hæfni og þor til að taka ákvarðanir og tjá sig
- Sjálfstæði í vinnubrögðum og staðfesta við úrvinnslu verkefna

**Umsóknarfrestur er til og með 28. september nk. Sótt er um starfið á [landsnet.is](https://landsnet.is).**

Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf.

Nánari upplýsingar veitir Jason Már Bergsteinsson, mannauðssérfræðingur, [mannaudur@landsnet.is](mailto:mannaudur@landsnet.is).

Við erum lykilinnviður þjóðarinnar og allt okkar starf snýst um að miðla orku sem drifur áfram lífsgæði og sköpunarkraft samfélagsins til framtíðar. Við leggjum áherslu á virðingu, samvinnu og ábyrgð. Við erum framsækið þekkingarfyrirtæki sem býður kraftmiklu starfsfólki spennandi verkefni við aðstæður þar sem umhyggja, jafnrétti og öryggi eru í fyrirrúmi.

Landsnet | Gylfafiöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | [landsnet@landsnet.is](mailto:landsnet@landsnet.is) | [www.landsnet.is](http://www.landsnet.is)

LANDSNET



Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík  
Sími 552 1212 | [vinnvinn@vinnvinn.is](mailto:vinnvinn@vinnvinn.is) | [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is)

RÁÐNINGAR RÁÐGJÖF





# ÖFLUGIR GREINENDUR TAKIÐ EFTIR!

Við leitum að tveimur sérfræðingum í einvalalið fjármála- og efnahagsráðuneytisins – hagfræðingi á sviði skattamála og gagnadrifnum sérfræðingi sem brennur fyrir vinnumarkaðs- og mannaúðsmálum. Í boði eru áhugaverð og líflæg störf á krefjandi og skemmtilegum vinnustað þar sem hvatt er til framsækni og sjálfstæðra vinnubragða.

## HAGFRÆÐINGUR Á SKRIFSTOFU SKATTAMÁLA

Starfið felur í sér stefnumörkun, áætlanagerð, greiningar og ráðgjöf. Skrifstofan tekur m.a. þátt í mótun stefnu í skattamálum og annarri tekjuöflun ríkisins og meðal helstu verkefna er undirbúningur og gerð lagafrumvarpa á sviði skattamála ásamt mati á áhrifum fyrirhugaðra skattbreytinga, auk ýmissa annarra verkefna, svo sem setningu heildarmarkmiða um tekjuöflun ríkissjóðs og alþjóðlegt samstarf. 11 sérfræðingar starfa á skrifstofunni.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Þátttaka í stefnumörkun og áætlanagerð er varðar tekjuöflun ríkissjóðs.
- Gagnavinnsla og greining á horfum og þróun.
- Almenn umfjöllun í ræðu og riti um skattamál og tekjuöflun ríkissjóðs.
- Stuðningur og ráðgjöf vegna skatta- og tekjumála almennt.
- Ýmis nefndarstörf og þátttaka í starfshópum á verkefnasviði skrifstofunnar.
- Samskipti við innlendar og erlendar stofnanir og hagaðila á sviði skattamála.

### Hæfniskröfur

- Hagfræði eða sambærileg menntun sem nýtist í starfinu. Meistaragráða kostur.
- Reynsla af áætlanagerð og greiningarvinnu sem nýtist í starfi.
- Góð þekking og reynsla af notkun og þróun reiknilíkana, t.a.m. tölfræðiforritinu R.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Framúrskarandi samskiptahæfni auk hæfileika til að leiða teymisvinnu.
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti er skilyrði.

**Nánari upplýsingar veita:** Helga Jónsdóttir, skrifstofustjóri [helga.jonsdottir@fjr.is](mailto:helga.jonsdottir@fjr.is) og Ragnheiður Valdimarsdóttir, mannaúðsstjóri [ragnheidur.valdimarsdottir@fjr.is](mailto:ragnheidur.valdimarsdottir@fjr.is)

## HAGFRÆÐINGUR HJÁ KJARA- OG MANNAUÐSSÝSLU RÍKISINS

Kjara- og mannaúðssýsla ríkisins leitar að sérfræðingi til starfa sem er gagnadrifinn og með haldgóða þekkingu á tölfræði. Kjara- og mannaúðssýsla ríkisins (KMR) vinnur að stefnumörkun ríkisins í mannaúðsmálum og sinnir stefnumarkandi ráðgjöf er varðar mannaúðsstjórnun, ákvæði starfsmannalaga og framkvæmd kjarasamninga. KMR fer m.a. með innleiðingu og eftirfylgni kjarasamninga, sinnir starfsþróun og fræðslumálum ríkisstarfsmanna og málefnum forstöðumanna og stuðlar að framþróun í starfsumhverfi hjá ríkinu. 11 sérfræðingar starfa hjá KMR. Fram undan eru krefjandi verkefni á vettvangi kjaramála, í málefnum stjórnenda og stefnumótun mannaúðsmála ríkisins. Verkefnið felur í sér mikil tækifæri fyrir einstakling með drifkraft og áhuga á vinnumarkaðsmálum.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Greining á þróun og horfum og framsetning vinnumarkaðsupplýsinga.
- Þátttaka í undirbúningi við gerð, framkvæmd og eftirfylgni kjarasamninga.
- Þátttaka í umbótum og framfaraverkefnum á opinberum vinnumarkaði.
- Afgreiðsla erinda m.a. frá stjórnvöldum og stéttarfélagum.
- Ýmis nefndarstörf og þátttaka í starfshópum.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólanám sem nýtist í starfi, í hagfræði eða skyldum greinum. Meistarapróf er kostur.
- Reynsla af gagnavinnslu og framsetningu á tölfræðiupplýsingum.
- Mjög góð greiningarhæfni, gagnrýnin og lausnamiðuð hugsun.
- Góð samskiptahæfni, sjálfstæði í vinnubrögðum og hæfileiki til að taka þátt í teymisvinnu.
- Þekking og/eða reynsla af vinnumarkaðsmálum er kostur.
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti er skilyrði.

**Nánari upplýsingar veita:** Jökull Heiðdal Úlfsson skrifstofustjóri ([jokull.ulfsson@fjr.is](mailto:jokull.ulfsson@fjr.is)) og Ragnheiður Valdimarsdóttir mannaúðsstjóri ([ragnheidur.valdimarsdottir@fjr.is](mailto:ragnheidur.valdimarsdottir@fjr.is))

### Frekari upplýsingar um störfin:

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Félags háskólamenntaðra starfsmanna Stjórnarráðsins. Meginhlutverk fjármála- og efnahagsráðuneytis felst í yfirstjórn opinberra fjármála og efnahagsmála. Ráðuneytið fer með málefni fjármálamarkaðsins, ber ábyrgð á bættum stjórnunarháttum og áætlanagerð, hefur með höndum virka stjórn mannaúðsmála ríkisins og er leiðandi í umbótum og nýsköpun í rekstri ríkisins. Ráðuneytið hefur frumkvæði, fagmennsku og árangur að leiðarljósi í starfsemi sinni. Um 100 starfsmenn eru í starfsliði ráðuneytisins og nánari upplýsingar um starfsemi þess er að finna á [www.stjornarradid.is](http://www.stjornarradid.is).

Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá birtingu þessarar auglýsingar, sbr. reglur nr. 1000/2019 um auglýsingu lausra starfa. Sótt er um störfin á vefnum [www.starfatorg.is](http://www.starfatorg.is) Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 26. september nk.  
Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

**Stjórnarráð Íslands**  
Fjármála- og  
efnahagsráðuneytið





# Við leitum að liðsauka

## Tjónamatsfulltrúi eignatjóna

Brennur þú fyrir þjónustuveitingu, ráðgjöf og samskiptum? Átt þú gott með að vinna í teymi starfsfólks sem sinnir fjölbreyttum og ólíkum verkefnum frá degi til dags? Vörður leitar að öflugum liðsauka í teymi þeirra sem vinna að tjónamati innan eignatjóna. Helstu verkefni snúa að þjónustu við viðskiptavini í tengslum við eignatjón, ákvörðun um bótaskyldu, uppgjör tjóna ásamt kostnaðar- og verkefirliti sem og vettvangsskoðanir og áhættumat.

Við hvetjum alla áhugasama einstaklinga til að sækja um en umsækjandi þarf að hafa viðeigandi menntun á sviði verkfræði, byggingatæknifræði, iðngreina eða sambærilegrar menntunar sem nýtist í starfi.

### Helstu verkefni

- Þjónusta við viðskiptavini félagsins í tengslum við eignatjón
- Mat á tjónum og bótaskyldu, kostnaðarmat og uppgjör eignatjóna
- Verkumsjón/eftirlit og samskipti við hagaðila og birgja
- Vettvangsskoðanir í tengslum við tjón
- Áhættumat fasteigna

### Hæfniskröfur

- Verk- eða byggingatæknifræðimenntun og/eða meistaraþráða í iðngrein
- Frumkvæði, þjónustulipurð og fagmennska
- Skipulögð vinnubrögð, vandvirkni og nákvæmni
- Sjálfstæði og metnaður í vinnubrögðum
- Góð samningatækni og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum

Tekið er á móti umsóknum á ráðningarvef félagsins á [vordur.is](http://vordur.is). Nánari upplýsingar veitir Kristinn Þór Guðmundsson teymisstjóri, [kristinn@vordur.is](mailto:kristinn@vordur.is) eða Hrefna Kristín Jónsdóttir framkvæmdastjóri tjónaþjónustu, [hrefna@vordur.is](mailto:hrefna@vordur.is).

Umsóknarfrestur er til og með 25. september nk.

Vörður er ört stækkandi tryggingafélag með yfir 65 þúsund viðskiptavini um land allt, bæði einstaklinga og fyrirtæki. Félagið býður upp á nútímalegt vinnuumhverfi og byggir á umbótamenningu þar sem áhersla er lögð á framsækna hugsun, sveigjanleika, árangur, sjálfbærni, velliðan og starfsánægju.

Vörður hlaut hvatningarverðlaun jafnréttismála 2021 með áherslu á kynjajafnrétti og hvatningarverðlaun fyrir framúrskarandi samfélagsábyrgð 2020 frá Creditinfo og Festu. Vörður er jafnlaunavottað fyrirtæki frá árinu 2014.



## RÁÐGJÖF

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

## RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

## RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari



Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og viðtæka 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





# Við ráðum

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

## Stjórnendaleit

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

## Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

## Almennar ráðningar á markaði

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

## Sveigjanleg nálgun

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

## Matstæki

Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikabætti 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

# ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Hleðslustöðvar í bílastæðahús**, útboð 15663.
- **LED væðing - Útskipting lampa**, útboð 15665.

Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)

 **Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa  
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík  
Sími 411 1111  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)

# ÚTBOÐ

Félagsbústaðir hf.

óska eftir tilboðum í verkeið:

## HÁTEIGSVEGUR 59



Verkefnið er 500 m<sup>2</sup> fjölbýlishús á þremur hæðum við Vatnshólinn og Stýrimannaskólann. Fjölbýlishúsið er búsetukjarni fyrir fatlaða en gert er ráð fyrir 8 íbúðum í húsinu, þar af einni fyrir starfsfólk.

Um er að ræða þróunarverkefni sem hefur það að markmiði að lækka kolefnisfótspor framkvæmdarinnar að lágmarki um 30% miðað við viðmiðunarhús. Notast er við greiningar eins og LCA, LCC og endurnýtingu byggingarefna til að ná því markmiði.

Útboðsgögn verða aðgengileg á útboðsvef Félagsbústaða kl. 16:00 miðvikudaginn 28. september 2022, á vefslóðinni: <https://felagsbustadir.ajoursystem.net/tender>

VSB verkfræðistofa ehf. hefur umsjón með útboðinu og skal senda allar fyrirspurnir á [utbod@vsb.is](mailto:utbod@vsb.is).

Tilboðum skal skila rafrænt inn á útboðsvef Félagsbústaða eigi síðar en kl. 13:00 þann 20. október 2022.



intellecta.is

# RÁÐNINGAR



intellecta



HVERAGERÐISBÆR

# ÚTBOÐ

Hveragerðisbær óskar eftir tilboðum í verkeið:

## Grænamörk og Austurmörk, færsla gatnamóta.

Verklök eru 15. maí 2023

Verkeið er gerð breytinga á gatnamótum Grænumarkar og Austurmarkar.

Verktaki skal jarðvegsskipta samkvæmt kennisniðum og leggja styrktarlag, burðarlag, malbika götur, og stíga ásamt því að steypa kantstein og helluleggja hraðahindrun. Verktaki skal einnig leggja regnvatnslagnir og færa ljósastaura.

Helstu magntölur eru:

Gröftur	1100 m <sup>3</sup>
Styrktarlag og fylling í lagnaskurði	2400 m <sup>3</sup>
Fráveitulagnir	86 m
Malbik	1370 m <sup>2</sup>
Hellulögn	108 m <sup>2</sup>

Útboðsgögn verða afhent rafrænt frá og með þriðjudeginum 27. september 2022. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkeið skulu hafa samband við Eggert hjá EFLU á Suðurlandi með tölvupósti, á netfangið [arnason@efla.is](mailto:arnason@efla.is), og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang, og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila á skrifstofu Hveragerðisbæjar, Breiðumörk 20, 810 Hveragerði, fyrir kl. 11:00 þann 11. Október 2022, og verða þau þá opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.



Sveitarfélagið  
**ÁRBORG**

# ÚTBOÐ

## Fasteignafélag Árborgar slf óskar eftir tilboðum í: „Stekkjaskóli 2. áfangi - byggingastjóri og framkvæmdaeftirlit“

Verkeið felur í sér að taka að sér hlutverk byggingastjóra og framkvæmdaeftirlits vegna rúmlega 3700 fermetra byggingar 2. áfanga Stekkjaskóla á Selfossi.

Verkeið felst í byggingastjórnun og framkvæmdaeftirliti á áframhaldandi uppbyggingu Stekkjaskóla í Björkurstykki á Selfossi, 2. áfangi. Byrjað er að reisa fyrsta áfanga skólabyggingarinnar og er stefnt að því að taka byggingu 1. áfanga í notkun í lok árs 2022. Þá er einnig lokið við smíði og uppsetningu á færanglegum skólastofum grunnskólans. Verkefnið, Stekkjaskóli í Björkurstykki, 2. áfangi, skiptist í fullnaðarhönnun og byggingu 2. áfanga skólans.

Verktími: Október 2022 til lok júlí 2024

Tilboðum skal skila rafrænt í útboðskerfinu Ajour

Útboðsgögn verða afhent á útboðsvef sem er aðgengilegur hér: <https://arborg.ajoursystem.net/Tender/DirectLink/774a6dea-d409-4ca1-abc3-090226e50c32>

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 skráum 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 eru hvattir til að hefja tímanlega vinnu við að skila þeim inn.

Skilafrestur tilboða er til kl. 11:00 þriðjudeginum 4. október 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 opunar tilboða verður bjóðendum sent opnunarýfirlit rafrænt.

Fasteignafélag Árborgar slf  
Mannvirkja og umhverfissvið Árborgar

# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



## Auglýsing um breytt aðalskipulag.

### Óveruleg breyting á Aðalskipulagi Kópavogs 2019-2040.

Í samræmi við 2. mgr. 32. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér með vakin athygli á afgreiðslu bæjarstjórnar Kópavogs á tillögu að óverulegri breytingu á Aðalskipulagi Kópavogs 2019-2040 fyrir leikskólalóð við Skólatróð (5-6).

Bæjarstjórn samþykkti tillöguna á fundi sínum þann 13. september 2022 með tilvísun í 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Í breytingunni felst minniháttar lagfæring á afmörkun á landnotkunarreitum þ.e. reitur fyrir leikskóla/samfélagsþjónustu, 5-6, verður stækkaður til samræmis við lóðamörk enda hefur lóðin verið nýtt þannig um langa hríð.

Breytingin verður send Skipulagsstofnun til staðfestingar.

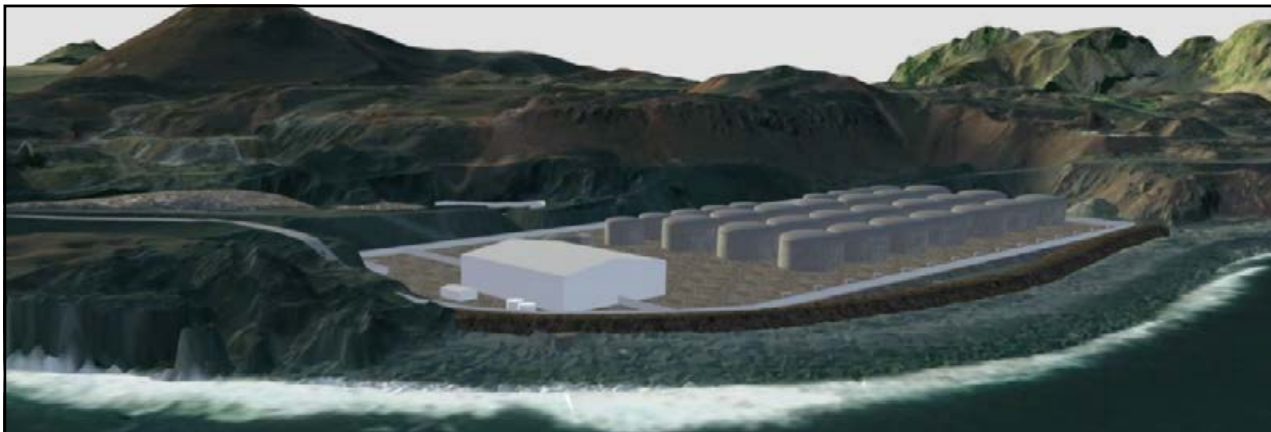
Nánari upplýsingar um ofangreinda breytingu er hægt að nálgast hjá skipulagsdeild Umhverfissviðs Kópavogsbæjar, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi milli kl. 8:00 og 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá kl. 8:00 til 13:00.

Skipulagsfulltrúinn í Kópavogi.



Kópavogsbær

[kopavogur.is](http://kopavogur.is)



## Auglýsing í skipulagstillagna vegna fiskeldis í Vestmannaeyjum



### Viðlagafjara, tillaga að breytingu á Aðalskipulagi Vestmannaeyja 2015-2035, tillaga að deiliskipulagi og umhverfismat áætlana.

#### Tillaga að breytingu á aðalskipulagi

Bæjarráð Vestmannaeyja samþykkti þann 27. júlí 2022 að auglýsa tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Vestmannaeyja 2015-2035 í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Tillagan felur í sér að skilgreina nýtt iðnaðarsvæði í Viðlagafjöru með auðkenni I3, sem fellur að mestu innan núverandi efnistöku- og efnislosunarsvæðis (E1).

Breytingin styður við meginmarkmið aðalskipulags Vestmannaeyja um öflugt atvinnusvæði þar sem sjávarútvegur er meginstöðin og er í samræmi við markmið um svæði fyrir fiskeldi á landi.

#### Tillaga að nýju deiliskipulagi vegna fiskeldis í Viðlagafjöru.

Bæjarstjórn Vestmannaeyja samþykkti þann 15. september 2022 að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi fyrir fiskeldi í Viðlagafjöru í samræmi við 41 gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Í deiliskipulagstillögunni er gert ráð fyrir tveimur lóðum fyrir fiskeldi og svæði þar sem áfram verður sandvinnsla og efnistökusvæði. Gerð er grein fyrir aðkomuleiðum og helstu mannvirkjum ofanjarðar svo sem fiskeldistönkum, þjónustuhúsum, frágangi lóðar og ásynd mannvirkja.

#### Skipulagsgögn

Skipulagsgögn, þ.á.m. umhverfismatsskýrsla skv. lögum um umhverfismat áætlana og framkvæmda nr. 111/2021, sem er sameiginleg fyrir báðar tillögurnar, liggja frammi í afgreiðslu Umhverfis- og framkvæmdasviðs að Skildingavegi 5, frá og með 21. september til og með 1. nóvember 2022 og þau má einnig finna í skipulagsgátt á vef sveitarfélagsins (<http://vestmannaeyjar.is/thjonusta/skipulag/skipulagsmal-i-kynningarferli>).

Aðilar sem telja sig eiga hagsmuna að gæta eru hvattir til að kynna sér gögnin. Athugasemdir við tillöguna þarf að skila skriflega eigi síðar en 1. nóvember 2022 í afgreiðslu Umhverfis- og framkvæmdasviðs Skildingavegi 5 eða á netfangið [dagny@vestmannaeyjar.is](mailto:dagny@vestmannaeyjar.is).



Í samræmi við reglur um ráðstöfun greiðslna frá Innheimtumiðstöð réttihafa – IHM auglýsir Hagþenkir, félag höfunda fræðirita og kennslugagna eftir umsóknum handritshöfunda fræðslu- og heimildamynda, óháð félagsaðild. **Umsóknar- og skráningarfræstur er til 12. október kl. 15:00.**

#### Réttahafgreiðslur til höfunda fræðslu- og heimildamynda fyrir árið 2021

Handritshöfundar að fræðslu- og heimildamyndum, sem sýndar hafa verið í línulegri dagskrá ber að skrá sig og sýnd verk sín í réttahafagátt á heimasíðu Hagþenkis. Skráning í réttahafagáttina er ótímabundin en réttihöfum ber að tilkynna skrifstofu Hagþenkis um ný verk og þau sem voru endursýnd árið 2021. Réttihöfum ber einnig að tilkynna breytingar á heimilisfangi, netfangi, banka-reikningi og hlutfallsskiptingu í nýjum verkum ef það á við. Greitt skal eftir flutningstíma í mínútum á grundvelli upplýsinga frá viðkomandi ljósvakamiðlum / stofnunum. **Til úthlutunar eru 4.500.000 kr.**

#### Réttahafgreiðslur til höfunda fræðslu- og heimildamynda fyrir árið 2020

Þeir handritshöfundar sem sannarlega áttu sýnt eða sýnd verk árið 2020 en fengu ekki réttahafgreiðslu frá Hagþenki, er bent á að hafa samband við skrifstofu Hagþenkis og sækja um í svokallaðan 3% - sjóð.

#### Handritsstyrkir til höfunda fræðslu- og heimildamynda \* Til úthlutunar eru 1.500.000 kr.

#### Ferða- og menntunastyrkir fyrir handritshöfunda fræðslu- og heimildamynda farnar á árinu 2021\* Til úthlutunar eru 500.000 kr.

\* Þar sem ómerkt fé barst frá IHM

Nánari upplýsingar, úthlutunarreglur og umsóknareyðublöð eru á heimasíðu félagsins: [www.hagthenkir.is](http://www.hagthenkir.is) Umsækjendur sækja um á vef Hagþenkis - Mínan síður, sem eru efst til hægri.

Hagþenkir, félag höfunda fræðirita og kennslugagna  
Þórunnartún 2, 2 hæð. Skrifstofa nr. 7 / 105 Reykjavík  
Sími 551-9599 / [www.hagthenkir.is](http://www.hagthenkir.is) / [hagthenkir@hagthenkir.is](mailto:hagthenkir@hagthenkir.is)

## GEÐHEILSUTEYMI HSS Í REYKJANESBÆ – LEIGUHÚSNÆÐI

**220920 Framkvæmdasýslan - Ríkiseignir f.h. ríkissjóðs óska eftir að taka á leigu húsnæði fyrir Geðheilsuteymi HSS. Miðað er við skammtímaleigu til 5 ára, fullbúið til notkunar, án lauss búnaðar.**

Staðsetning húsnæðis skiptir miklu máli, þ.e. að húsnæðið sé miðlægt í þjónustusvæði og í nálægð við helstu stofnbrautir og almenningsamgöngur.

Húsrýmisþörf stofnunarinnar er áætluð um **460 fermetrar**. Æskilegt er að það sé á einni hæð.

Frekari upplýsingar um þær kröfur sem húsnæðið verður að uppfylla verða aðgengilegar á [www.utbodsvefur.is](http://www.utbodsvefur.is) mánudaginn, **26. september 2022**.

Við mat á hagkvæmni tilboða verður m.a. tekið tillit til leiguverðs, stærð húss og skipulags þess út frá fyrirhugaðri starfsemi, öryggi, afhendingatíma, staðsetningu, aðkomu og bílastaðum.

Fyrirspurnir varðandi verkefnið **Geðheilsuteymi HSS** skulu sendar á netfangið [leiguhusnaedi@fsre.is](mailto:leiguhusnaedi@fsre.is).

Fyrirspurnarfræstur rennur út **30. september 2022** en svarfræstur er til og með **5. október 2022**.

Leigutilboð skal senda á [leiguhusnaedi@fsre.is](mailto:leiguhusnaedi@fsre.is), eigi síðar en **kl. 13:00 fimmtudaginn 27. október 2022**.

Merkja skal tilboðin; **nr. 220920 – Geðheilsuteymi - LeiguHúsnæði**.

Leiga á grundvelli þessarar auglýsingar er undanskilin lögum um opinber innkaup nr. 20/2016, sbr. a. lið 1. mgr. 11. gr.





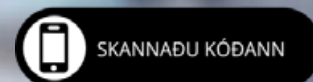


Fasteignaleitin

# Ný og öflug fasteignaleit

Finndu réttu eignina fyrir þig á [frettabladid.is](https://frettabladid.is)

Öflugur fasteignaleitarvefur með einföldu og notendavænu viðmóti sem býður upp á ítarlegar upplýsingar um fasteignir, þróun verðlags og fróðleik um fasteignamarkaðinn.



[frettabladid.is](https://frettabladid.is)





# LANDMARK FASTEIGNAMIDLUN

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



## BRÚARFLJÓT 5 - 270 MOS.

### TIL SÖLU / BESTA FERMETRAVERÐIÐ Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

#### EINKAR VANDAÐ ATVINNUBIL Á FRÁBÆRUM STAÐ

- Stærð 158 fm. Par af milliloft óskráð ca. 50 fm.
- Malbikuð og afgirt lóð með öryggishliðum.
- Gönguhurðir og gluggar bæði að framan og aftan
- Stórar innkeyrsluhurðir 4 m x 4,2m

Laust við kaupsamning

Verð: 45,9 millj.

## SÍÐUMÚLI 27 108 RVK.

### Iðnaðar- atvinnuhús- næði á besta stað miðsvæðis í Reykjavík

- 332,4 fermetrar - heil hæð með tveimur innkeyrsluhurðum og fjórum inngönguhurðum.
- Góð lofthæð.
- Bjart og snyrtilegt húsnæði með góðu útiplássi á malbikaðri lóð.
- Álklætt hús.
- Eignin skiptist í dag í 3 bil, auðvelt að breyta í eitt bil

Verð: 132,9 millj.



**ÞÓRARINN**  
Löggiltur fasteignasali.  
s. 770-0309



**PANTID SKOÐUN**  
hjá Þórunni í síma 773 6000

## Sjónarvegur 10

210 Garðabær

### Einstaklega glæsilegt 247 fm endaraðhús

- Tvær útleigugeiningar með séringöngum
- Innst í botnlanga við grænt svæði
- Stutt í skóla og leikskóla
- Stórbrotið útsýni og mikil lofthæð
- Eldhús í sérflokki m. arabískum marmara
- Tvær Miele uppþvottavélar, Liebherr ísskápur o.s.frv.
- 247 fm þar af er bílskúr 32,4 fm
- Gólfhiti í öllu þ.m.t. bílskúr og hiti í plani og hluta af lóð
- 3 svefnherbergi í aðalíbúð og þvottahús
- Tvennar svalir og stór afgirtur garður

Verð: 179,9 millj.

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

**MIKLABORG**

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



**PANTID SKOÐUN**  
hjá Þórunni í síma 773 6000

## Skálabrekkugata 24

801 Þingvellir

### Sérlega fallegt 128 fm sumarhús á einni hæð auk 25 fm bátaskýlis

- Aðeins um hálf tíma akstur frá Reykjavík
- 8500 fm eignarlandi með útsýni að Þingvallavatni
- 3 svefnherbergi
- Tvö baðherbergi
- Stofa með aukinni lofthæð
- Arinn, þvottahús og geymsla
- Öryggishlið við veg
- Lækur líðast eftir landinu

Verð: 99 millj.

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

**MIKLABORG**

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

# Þarftu að ráða starfsmann?

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

**ráðum**  
ráðningarstofa

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



## Góð fjárfesting og tækifæri í ferðapjónustu

Veiðihúsið Eyjar í Breiðdal hefur verið eitt af fallegri gistihúsum landsins til fjölda ára, staðsett á glæsilegum stað með fallegu útsýni til allra átta.

- Rúmgóð svefnherbergi, öll með baðherbergi.
- Stór og björt setustofa og borðstofa
- Miklir stækkunarmöguleikar
- Jörðin er ca 1.600 hektarar og fylgir hlutdeild í Breiðdalsá
- Hreindýraarður og rjúpnaveiði.

Nánari upplýsingar:

**Jónas H. Jónasson**  
Löggiltur Fasteignasali og Eignaskiptayfirlýsandi.  
S. 842-1520  
jonas@valholl.is



Reykjavík | Snæfellsbæ | Höfn Hornafirði

Nútímaleg, kraftmikil og framsækin fasteignasala sem byggir á áratuga reynslu starfsmanna!



Framúrskarandi fyrirtæki

Síðumúla 27 | 588 4477 | www.valholl.is

Fagleg þjónusta - Vönduð vinnubrögð





Kristján  
s: 867-3040



Guðbjörg G.  
s: 899-5949



Garðar B.  
s: 898-0255



Sólveig  
s: 869-4879



Hallgrímur  
s: 896-6020



Elísabet  
s: 781-2100



Viktoría Larsen  
s: 618-5741



Einar Órn  
s: 823-4969



Sonata  
s: 764-6334



**TRAUSTI**  
fasteignasala

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



Kristín María  
s: 837-1177



Ragnheiður  
s: 788-3069



Halldór  
s: 660-5312



Bára  
s: 693-1837



Aðalsteinn Jón  
s: 767-0777



Thelma  
s: 860-4700



Inga Reynis  
s: 820-1903



Ragnar  
s: 699-8282



Kristján Björn  
s: 844-1450



Nína Björk  
s: 820-0831

**VIÐ ERUM  
TRAUSTI**

**OPIÐ HÚS**



### FOSSATUNGA 27 – 270 MOSFELLSBÆR

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 26. SEPT. KL. 17:00-17:30**

Nýtt 5 herbergja 195,9 fm. parhús á tveimur hæðum ásamt innbyggðum bílskúr á góðum stað í Mosfellsbæ. Eignin er laus við kaupsamning. Lóðin er frágengin vestan megin með hellulögðu anddyri og malbikuðu bílplani. Hiti undir hellum og bílplani. Ídráttarrör fyrir heitan pott. **Nánari uppl. veitir Halldór lgf. s. 660-5312. Verð: Tilboð**



### HNOTUBERG 23 – 221 HAFNARFJÖRÐUR

**OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 25. SEPT. KL. 14:00-14:30**

Bjart og fallegt 191,1 fm. einbýlishús á einni hæð. Gróinn og fallegur stór garður og var hann allur tekin í gegn 2020. Stór tvískiptur pallur að aftanverðu með bæði heitum potti og köldu baði. Góð lofthæð í flest öllum rýmum í eigninni. Stórt bílastæði við bílskúr. Hiti í stétt við aðalinngang og bílastæði að stærstum hluta. **Nánari uppl. veitir Aðalsteinn lgf. s. 767-0777 Verð: 129,9 millj.**

**OPIÐ HÚS**



### LANGALÍNA 2 – 210 GARÐABÆR

**OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 28. SEPT. KL. 17:30-18:00**

Björt og rúmgóð 4ra herbergja 171,8 fm. íbúð á 6. hæð (efstu hæð) í lyftuhúsi með tvennum bílastæðum í bílakjallara og einstöku útsýni. Aukin lofthæð, tvennar svalir til suðurs og norðurs. Allar innréttingar og innihurðar eru sérsmíðaðar. Myndavéladyrasími. Gólfhiti er í eigninni. **Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949. Verð: 142,9 millj.**



### BIRKIHOLT 4 – 225 GARÐABÆR

**OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 25. SEPT. KL. 15:00-15:30**

Björt og falleg 2ja herbergja 76,3 fm. íbúð á frábærum stað á Álftanesi að Birkiholti 4. Íbúðin er á 3. og efstu hæð og gengið inn um sérinngang af svölum. Frábær staðsetning. Möguleiki er á að bæta við einu svefnherbergi og hefur það verið gert í eins íbúð. Glæsilegt útsýni af 8 fm. svölum íbúðar. **Nánari uppl. veitir Aðalsteinn lgf. s. 767-0777. Verð: 52,5 millj.**

**OPIÐ HÚS**



### BREKKUSEL 7 – 109 REYKJAVÍK

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 26. SEPT. KL. 17:30-18:00**

Fallegt og vel skipulagt 10 herbergja 262,4 fm. endaraðhús ásamt endabílskúr. Innangengt er í bílskúrinn úr garði hússins. Skjólögður garður með sólpalli og heitum pott. Gott útsýni er úr eigninni yfir Reykjavík. Mögulegt er að útbúa aukabúð á jarðhæð hússins. Eign sem býður upp á mikla möguleika. **Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949. Verð: 109,9 millj.**



### MELABRAUT 14 – 170 SELTJARNARNES

**OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 26. SEPT. KL. 17:30-18:00**

Björt og falleg 4ja herbergja 89,3 fm. íbúð á miðhæð í vel viðhöldnu þríbýli á frábærum stað á Seltjarnarnesi. Suðvestur svalir. Húsið hefur fengið gott viðhald síðustu árin og var þak endurnýjað 2019 og skipt um glugga árið 2018. **Nánari uppl. veita Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949 og Inga lgf. s. 820-1903. Verð: 64,7 millj.**



### AFLAGRANDI 40 – 107 REYKJAVÍK

**OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 27. SEPT. KL. 14:00-14:30**

Rúmgóð og björt 3ja herbergja 80,1 fm. íbúð á 3. hæð í góðu lyftuhúsi fyrir eldri borgara, 60 ára og eldri. Sérgeymsla er innan íbúðar. Tvennar lyftur eru í húsinu. Húsvörður er starfandi í húsinu. Íbúðin er laus við kaupsamning. Eignin verður aðeins seld þeim sem eru félagsmenn í Samtökum aldraðra og eru orðnir 63 ára eða eldri. **Nánari uppl. veitir Guðbjörg G. lgf. s. 899-5949. Verð: 40,1 millj.**

**OPIÐ HÚS**



### ÞELAMÖRK 47D – 810 HVERAGERÐI

**OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 28. SEPT. KL. 17:30-18:00**

Nýtt bjart og mjög fallegt 4ja herbergja 129,8 fm. endaraðhús á einni hæð í grónu hverfi á besta stað í Hveragerði. Aukin lofthæð. Gólfhiti. Eignin afhendist á byggingarstigi 7. **Nánari uppl. veitir Inga Reynis lgf. s. 820-1903. Verð: 84,9 millj.**



### SKIPHOLT 45 – 105 REYKJAVÍK

**OPIÐ HÚS OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 26. SEPT. KL. 17:30-18:00**

Rúmgóð 5 herbergja 113,9 fm. íbúð á annarri hæð á vinsælum stað miðsvæðis í Reykjavík, íbúðinni fylgir einnig aukaherbergi í kjallara. Svalir til vestur. **Nánari uppl. veita Elísabet lgf. s. 781-2100 og Kristján lgf. s. 867-3040. Verð: 64,9 millj.**



### ÁLHELLA – 221 HAFNARFJÖRÐUR

**BÓKIÐ SKOÐUN**

Nýtt á sölu, 30 fm. geymslúhúsnæði. Vaskur með heitu og köldu vatni, lýsing í lofti, ofn til upphitunar, rafmagnstafla með 3ja fasa rafmagn, ljósarofi og rafmagnstengill nálægt hurð. Bílskúrshurð með inngöngu-hurð, breidd 250 cm., hæð 269 cm. Hæð í mæni 4,27 m. **Nánari uppl. veita Ragnar s. 699-8282 og Kristján lgf. s. 867-3040. Verð: 9,9 millj.**



Glæsilegar  
íbúðir



verið  
velkomin í  
**OPIÐ HÚS**  
sunnudaginn 25. sept.  
**kl. 12 - 13.00**

2 nýjar **4ra herbergja** íbúðir, ítölsk hönnun og glæsilegt yfirbragð einkennir íbúðirnar



Dugguvogur 15  
Íbúð nr. 311, 102,4 fm  
verð **84,9 millj.**



Súðarvogur 2  
Íbúð nr. 207, 106,9 fm  
verð **87,9 millj.**

Vogabyggðin er einn veðursælasti reitur borgarinnar, öll þjónusta er í göngufæri, stutt í stofnbrautir og svo er mikið af náttúruperlum í nágrenninu

# Dugguvogur 15

104 Reykjavík nýbygging



Íbúð 209, 120,8 fm  
verð **92,9 millj.**



Íbúð 309, 118,8 fm  
verð **94,9 millj.**



## Nýjar lúxus íbúðir í sérflokki

- Sérsmíðaðar, ítalskar innréttingar frá Gili Creation
- Kvartssteinn á borðum
- Gólfhiti og gólfsiðir gluggar
- Vandað vínparket á gólfum og ítalskar flísar á votrymum
- Öll tæki fylgja með ísskápur, uppþvottavél, þvottavél og þurrkari
- Bílastæði og geymsla í bílakjallara
- Glæsilegur inngarður fyrir íbúa



Frábært tækifæri til að eignast glæsilega, nýja lúxusíbúð í ört vaxandi hverfi, miðsvæðis í Reykjavík.

**Ólafur**

Finnbogason  
lögg. fasteignasali  
sími: 822 2307  
olafur@miklaborg.is



**Árni**

Davíð Bergs  
aðst. fasteignasala  
sími: 625 2500  
arni@miklaborg.is

Íbúð nr. 106, 118,3 fm  
verð **91,9 millj.**

NÝTT Í SÖLU

**OPIÐ HÚS**

miðvikudaginn  
28. september  
kl. 17.00 - 17.15



**Eiðistorg 9**  
170 Seltjarnarnes

Sérlega falleg og mikið endurnýjuð 110 fm íbúð í góðu fjölbýli á Seltjarnarnesi

- Tvö svefnherbergi
- Vinnu/svefn/sjónvarpsherb.
- Björt og rúmgóð stofa
- Svalir í norð-vestur með fallegu útsýni út á flóann
- Baðherbergi er nýlega endurnýjað
- Sér geymsla í kjallara
- Laus við kaupsamning



Nánari upplýsingar veitir:  
**Ólafur Finnbogason**  
lögg. fasteignasali  
sími: 822 2307  
olafur@miklaborg.is

Verð: **69,9 millj.**

NÝTT Í SÖLU



**PANTIÐ SKOÐUN**  
hjá Jóni Rafni í síma **695 5520**

**Kjarrbraut 2A**  
801 Grímsnes

Vaðnes - lóð

- 1,4 hektara eignarlóð í Vaðnesi
- Heitt vatn og rafmagn við lóðarmörk
- Samkvæmt deiliskipulagi er leyfilegt að byggja allt að 100 fm hús ásamt útihúsi



Nánari upplýsingar veitir:  
**Jón Rafn Valdimarsson**  
lögg. fasteignasali  
sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

Verð: **8,0 millj.**

NÝTT Í SÖLU



**PANTIÐ SKOÐUN**  
hjá Jóni Rafni í síma **695 5520**

**Syðri-Brú**  
801 Grímsnes

84 deiliskipulagðar sumarhúsaloðir í landi Syðri-Brúar í Grímsnesi

- Lóðirnar eru um og í kring um hálfan hektara að stærð.
- Vegamál eru ófrágengin og lagnir ekki komnar að lóðarmörkum og inntaksgjöld ógreidd.



Nánari upplýsingar veitir:  
**Jón Rafn Valdimarsson**  
lögg. fasteignasali  
sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

Verð: **84 millj.**



**OPIÐ HÚS**

miðvikudaginn  
28. september  
kl. 17.00 - 17.30

**Aflagrandi 21**

107 Reykjavík

Falleg og vel skipulögð 4ra herbergja 121,9 fm endaíbúð með suðursvölum

Verð: **92,5 millj.**

- Þrjú rúmgóð svefnherbergi
- Baðherbergi með glugga þvottaherbergi með glugga
- Stórar og bjartar stofur með útgengi á suðusvalir
- Gluggar í þrjár áttir. Nýviðgert og málað lítið fjölbýlishúsi

Nánari upplýsingar:  
s. 899 5856 **Gunnar S. Jónsson** löggiltur fasteignasali



**BÓKIÐ SKOÐUN**  
Í SÍMA: 845 8958

**Klukkuvellir 5** - íb. 404

221 Hafnarfjörður

Glæsileg 3ja herbergja 80,2 fm íbúð á efstu hæð 4. hæð

Verð: **59,5 millj.**

- Sérinnangangur af svölum
- Stofur og opið eldhús. Útgengt á svalir úr stofu
- Eldhús fallega innréttað. Baðherbergi með sturtu
- Sér þvottahús innan íbúðar

Nánari upplýsingar:  
s. 845 8958 **Jórunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali



**BÓKIÐ SKOÐUN**  
Í SÍMA: 845 8958

**Flatahraun 1** - íb. 307

220 Hafnarfjörður

Vel skipulögð 70,2 fm íbúð í lyftuhúsi, með inngang inn af svölum

Verð: **53,9 millj.**

- Rúmgott svefnherbergi
- Opið eldhús inn í borðstofu og stofu með útgengt út á suðvestur svalir.
- Þvottahús innan íbúðar
- Stæði í bílageymslu

Nánari upplýsingar:  
s. 845 8958 **Jórunn Skúladóttir** löggiltur fasteignasali







**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 16.30 - 17.00

### Tangabryggja 18

110 Reykjavík  
Glæsileg stúdíóíbúð  
45,8 fm í nýlegu  
lyftuh. í Bryggjuhverfi

- Mjög gott skipulag - stórar vestursvalir.
- Húsið er byggt af ÞG verk árið 2018. Íbúðin getur losnað fljótlega.
- Frábær fyrstu kaup!

Verð: **43,9 millj.**



Svan G. Guðlaugsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 6979300  
svan@miklaborg.is



**NÝTT Í SÖLU**

**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 14.00 - 14.30

### Hofakur 1

210 Garðabær  
Falleg 118,9 fm 3ja herb.  
íbúð á 1. hæð í lyftuhúsi

- Tvö svefnherbergi
- Úr stofu er útgengt á suðursvalir
- Sér þvottahúsi innan íbúðar
- Sérmerkt stæði í lokaðri bílageymslu
- Laus við kaupsamning

Verð: **79,9 millj.**



Jason Ólafsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 775 1515  
jko@miklaborg.is



**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 16.30 - 17.00

### Vættaborgir 61

112 Reykjavík  
Fallegt og vel skipulagt  
156,3 fm parhús með  
stórum garði í Grafarvogi

- 3 svefnherbergi, sjónvarpsherb.
- Baðherbergi, þvottahúsi innan bílskúrs
- Bílskúr/geymsla
- Glæsilegur garður.

Verð: **119 millj.**



Jason Ólafsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 775 1515  
jko@miklaborg.is



**NÝTT Í SÖLU**

**OPÍÐ HÚS**

mánudaginn  
26. september  
kl. 16.30 - 17.00

### Skúlagata 46

101 Reykjavík  
78,7 fm 3ja herbergja  
íbúð á þriðju hæð  
í lyftuhúsi

- Skiptist í forstofu, stofu, eldhúsi, baðherbergi, tvö svefnherbergi
- Vestursvalir eru út úr stofu
- Sérgeymsla í kjallara.
- Stæði í opnum bílajakallara

Verð: **58,9 millj.**



Óskar S. Axelsson  
lögg. fasteignasali  
S: 691 2312  
osa@miklaborg.is



**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 17.00 - 17.30

### Hallgerðargata 5

105 Reykjavík - íb. 206  
Glæsileg 141 fm endaíbúð  
með óhindraða sjávarsýn

- Glæsilegt alrými með fallegar vandaðar hnotu innréttingar
- Hjónasvita með fataherbergi og baðherbergi
- 3 svefnherbergi, 2 baðherb.
- Geymsla 10,6 fm
- Tvennar svalir, suður svalir yfirbyggðar

Verð: **138 millj.**



Jörunn Skúladóttir  
lögg. fasteignasali  
Sími: 845 8958  
jorunn@miklaborg.is



**NÝTT Í SÖLU**

**OPÍÐ HÚS**

Þriðjudaginn  
27. september  
kl. 12.00 - 12.30

### Hjarðarhagi 32

107 Reykjavík  
Glæsileg 3ja herbergja  
74,4 fm íbúð

- Tvö svefnherbergi
- Sérmerkt stæði á lóð
- Geymsla í kjallara
- Laus við kaupsamning

Verð: **57,9 millj.**



Óskar S. Axelsson  
lögg. fasteignasali  
S: 691 2312  
osa@miklaborg.is



**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 13.00 - 13.30

### Ljósheimar 4

104 Reykjavík - íb. 604  
Falleg og vel skipulögð  
108,5 fm 3-4ra herb.  
íbúð á 6. hæð

- 2 svefnherbergi
- Rúmgóð og björt íbúð
- Tvennar svalir til austurs og vesturs.
- Geymsla á jarðhæð 5,9 fm
- Lyfta í húsinu

Verð: **64,5 millj.**



Jason Ólafsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 775 1515  
jko@miklaborg.is



**NÝTT Í SÖLU**

**OPÍÐ HÚS**

Þriðjudaginn  
27. september  
kl. 16.30 - 17.00

### Ástún 4

200 Kópavogur  
Góð 3-4 herb. 95 fm íbúð  
á 3. hæð m. suðursvölum  
á góðum stað í Kópavogi

- Tvö svefnherbergi á svefnangli mögulega þrjú skv. teikn.
- Rúmgóð stofa
- Suðursvalir
- Sérgeymsla í kjallara
- Laus við kaupsamning

Verð: **61,9 millj.**



Óskar S. Axelsson  
lögg. fasteignasali  
S: 691 2312  
osa@miklaborg.is



**OPÍÐ HÚS**

sunnudaginn  
25. september  
kl. 15.00 - 15.30

### Álfholt 26

221 Hafnarfjörður  
Björt og falleg 170,7 fm  
íbúð með sérinnangi í  
tvíbýli með aukaíbúð í kj.

- 4ra til 5 herbergja, 107,3 fm íbúð á jarðhæð
- Þrjú svefnherbergi, eldhúsi, borðstofa og stofa með útgengi út á pall í vestur
- 2ja herbergja 63,4 fm íbúð í kjallara

Verð: **89,9 millj.**



Íris Arna Geirsdóttir  
lögg. fasteignasali  
Sími: 770 0500  
iris@miklaborg.is



**OPÍÐ HÚS**

mánudaginn  
26. september  
kl. 17.30 - 18.00

### Lágaleiti 9

103 Reykjavík - íb. 109  
Glæsileg nýleg 120,5 fm  
4ra herb. íbúð á 1. hæð

- Fallegt alrými með eldhúsi
- Þrjú svefnherbergi
- Baðherbergi og þvottahúsi
- Bílastæði í bílageymslu
- Gólfefni, ísskápur og uppþvottavél fylgja
- Laus til afhendingar strax

Verð: **79,9 millj.**



Svan G. Guðlaugsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 6979300  
svan@miklaborg.is

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



GARÐABÆR



Lóð á útsýnisstað fyrir 200 m<sup>2</sup> parhús

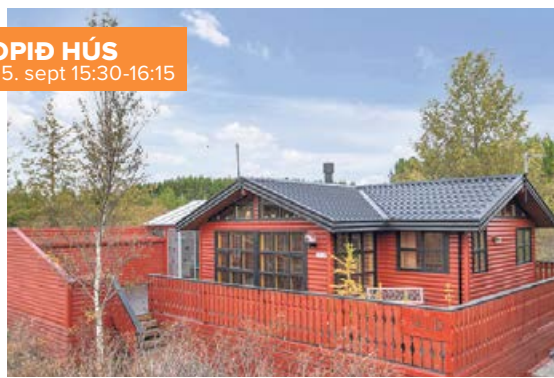
Mikil lofthæð - gott skipulag - 3 til 4 svefnherb. - innbyggður bílskúr



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidun.is  
777 2882

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidun.is

OPID HÚS  
25. sept 15:30-16:15



Snæfoksstaðir 805 Selfoss

Sumarhús ↔ 50,1 fm 3 svefnherbergi



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

34.000.000

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidun.is



SÉRHÆFD  
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



Stuttárbotnar 14, Húsafelli 320 Reykholt

Sumarbústaður ↔ 36,2 fm 3 herb.



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

22.900.000

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidun.is

# Þarftu að ráða starfsmann?

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

**ráðum**  
ráðningarstofa

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

TIL SÖLU



## GISTIHEIMILI VIÐ FREYJUGÖTU 39

Um er að ræða 10 herbergja hús sem staðsett er við Freyjugötu 39, Reykjavík. Húsið er samtals 301,2 fm auk 20,6 fm bílskúrs og 44,9 fm bakhúss, samtals 366,7 fm. Húsið skiptist í þrjár hæðir auk rislofts.

Í kjallaranum er þvottaherbergi og önnur þjónusturými. 1. og 2. hæðin skiptist í fimm herbergi á hvorri hæð. Eldhús er á báðum hæðum. Risloft er óinnréttað en búið er að setja þakglugga og einangra og klæða loft. Risloftið býður upp á mikla möguleika. Við húsið er 20,6 fm bílskúr sem er nýttur sem móttaka fyrir gistihúsið. Bak við húsið er svo bakhús sem er innréttað sem stúdíóbúð.

Húsið hefur fengið gott viðhald síðustu ár og hefur mikið verið endurnýjað.

[www.freyjaguesthouse.com](http://www.freyjaguesthouse.com)



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



**OPIÐ HÚS**
**SUNNUDAG  
KL. 14-15**


## Eskiás 1 – Garðabær

Eskiás 1-10 er ný gata á grónum stað í Ásahverfinu í Garðabænum skammt frá skólum, leikskólum, íþróttasvæði og verslunarkjarna í miðbæ Garðabæjar.

Séreinkenni íbúðanna í Eskiási er að allar íbúðir eru með séringngangi. Húsin mynda fering utanum skjólgóðan inngarð og eru allar íbúðir með aðgengi eða glugga í átt að inngarðinum.

Haf Studio sá um innanhúshönnun íbúða.

Verð frá **62,9 m.kr.**



**Unnar Kjartansson**  
Löggiltur fasteignasali  
unnar@eignamidlun.is  
867 0968



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



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



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

**OPIÐ HÚS**
**SUNNUDAG  
KL. 13-14**


## Holtsvegur 55 – Garðabær

Vandaðar 3, 4 og 5 herbergja íbúðir til sölu að Holtsvegi 55 í Garðabæ. Stærð frá 89 til 131 fm. Íbúðir afhendast fullbúnar með parketi og innréttingum frá Parka. Rúmgóðar svalir eða pallur fylgir öllum íbúðum með möguleika á svalalokun. Bílastæði eða bílskúrar í bílageymslu fylgja nokkrum íbúðum. Húsið er viðhaldslétt og klætt að utan með hvítum og dökkgráum flísum.

Afhending við kaupsamning.

Verð frá **74,9 m.kr.**



**Unnar Kjartansson**  
Löggiltur fasteignasali  
unnar@eignamidlun.is  
867 0968



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



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



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





SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

# EIGNAMIDLUN

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



**OPIÐ HÚS**  
25. sept 15:00-16:00

## Blikanes 16

210 Garðabær

🏠 Einbýlishús ↔ 377 fm 🛏️ 8 herb.



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882

**269.000.000**



**OPIÐ HÚS**  
27. sept 17:00 - 17:30

## Tjarnarból 10

170 Seltjarnarnesi

🏠 Fjölbýli + bílskúr ↔ 132 fm 🛏️ 3-4 herb.



Lárus Ómarsson  
Löggiltur fasteignasali  
larus@eignamidlun.is  
824 3934

**79.900.000**



## Lynghagi 26

107 Reykjavík

🏠 Hæð, ris og hluti kjallara ↔ 238,5 fm 🛏️ 9 herb.



Sverrir Kristinsson  
Löggiltur fasteignasali  
861 8511

**144.900.000**



## Dalprýði 9b

210 Garðabæ

🏠 Parhús ↔ 190,2 fm 🛏️ 5 herb.



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

**178.000.000**



**OPIÐ HÚS**  
26.sept 17:00-18:00

## Holtsgata 41

101 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 107,2 fm 🛏️ 4 herb.



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

**67.900.000**



**OPIÐ HÚS**  
27. sept 16:30-17:00

## Árskógar 6

109 Reykjavík

🏠 Fjölbýli 60+ ↔ 93,6 fm 🛏️ 3 herb.



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

**69.900.000**



## Kristnibraut 87

113 Reykjavík

🏠 Bilageymsla - Frábært útsýn ↔ 129,8 fm 🛏️ 4 herb.



Daði Hafþórsson  
Löggiltur fasteignasali  
dadi@eignamidlun.is  
824 9096

**94.900.000**





## Látraströnd 46

170 Seltjarnarnes

Raðhús 180 fm 5 herb.

148.500.000

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



OPIÐ HÚS  
27. sept 17:00-17:30



## Hörðaland 24

108 Reykjavík

Fjölbýlishús 86 fm 4 herb.

59.900.000



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882

OPIÐ HÚS  
27. sept 17:30-18:00



## Hverafold 112

112 Reykjavík

Einbýlishús 256 fm 5 herb.

159.900.000

Lárus Ómarsson  
Löggiltur fasteignasali  
larus@eignamidlun.is  
824 3934



OPIÐ HÚS  
27. sept 17:00-18:00



## Boðagrandi 5

107 Reykjavík

Fjölbýli 56,0 fm 2 herb.

48.900.000



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

OPIÐ HÚS  
25. sept 13:00-13:30



## Melabraut 16

170 Seltjarnarnes

Hæð og ris 109 fm 4 herb.

77.500.000



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882



## Lautasmári 26

201 Kópavogur

Fjölbýli 95,1 fm 3 herb.

65.400.000



Unnar Kjartansson  
Löggiltur fasteignasali  
unnar@eignamidlun.is  
867 0968

OPIÐ HÚS  
28. sept 17:00-18:00



## Laugateigur 21

105 Reykjavík

Fjölbýli 77,6 fm 3 herb.

54.900.000



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



Kjartan Hallgeirsson  
Löggiltur fasteignasali og  
framkvæmdastjóri  
824 9093



Guðlaugur I. Guðlaugsson  
Löggiltur fasteignasali  
864 5464



Sverrir Kristinsson  
Löggiltur fasteignasali  
588 9090



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
777 2882



Hilmar Þór Hafsteinsson  
Löggiltur leigumidlari og  
löggiltur fasteignasali  
824 9098



Brynjar Þór Sumarliðason  
Vískafræðingur og  
löggiltur fasteignasali  
896 1168



Daði Hafþórsson  
Löggiltur fasteignasali  
824 9096



Magna Sverrisdóttir  
MBA og löggiltur  
fasteignasali  
861 8511



Herdis Valb. Hölluóttir  
Lögfræðingur og löggiltur  
fasteignasali  
694 6166



Bjarni T. Jónsson  
Vískafræðingur 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  
Vískafræðingur og nemi  
til löggildingar fasteignasala  
649 3868



Jenny Sandra  
Gunnarsdóttir  
Skrifstofustjóri  
588 9090



María Guðrún  
Waltersdóttir  
Móttaka  
588 9090



Daniela R. Reynisdóttir  
Móttaka  
588 9090





vinnvinn

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

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF



job

Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**



# Vísindalegt smakk á fimmtudaginn

Hvernig bragðast? er spurningin sem brennur á allra vörum þegar Aðalheiður Ólafsdóttir fjallar um skynmat í erindi sínu á Vísindakaffi þann 29. september.

Aðalheiður starfar sem skynmatsstjóri hjá Matis, en starfið felst meðal annars í því að meta útlit, bragð, lykt og áferð á matvælum, en það er gert með skynmati. „Í skynmati eru skynfæri mannsins í aðalhlutverki. Sextán einstaklingar úr starfshópi Matis eru valdir til þess að vera í skynmatshóp. Mitt hlutverk er að velja þessa einstaklinga og þjálf þá í skynmati á matvælum, allt eftir því hvaða rannsóknir eru í gangi hverju sinni,“ segir Aðalheiður.

„Í skynmati er lagt mat á lykt, bragð, útlit og áferð matvæla til að lýsa eiginleikum þeirra. Skynmat er stór þáttur í gæðaeftirliti í íslenskum matvælaíðnaði, svo sem í fiskiðnaði, kjötvinnslu og mjólkuriðnaði,“ segir hún.

## Vísindaleg framkvæmd

Framkvæmd við skynmat skiptir gríðarlegu máli. „Við vinnum á vísindalegan hátt og dómara starfa líkt og mælitæki í stað þess að sitja saman í hóp og ræða um hvað þeim finnst um matinn. Rannsóknin fer fram í sérstöku herbergi með básum þar sem hver og einn fær sýni til að meta í einrúmi. Við takmörkum allt áreiti frá umhverfi; hljóðrænt, sjónrænt og annað, sem gæti haft áhrif á mat dómara á sýnunum. Fólk er til dæmis beðið um að vera ekki með

nein sterk ilmefni og að hafa hljótt. Sýnin eru jafnframt öll dulkóðuð og borin fram í tilviljanakenndri röð. Svo vinnum við úr niðurstöðunum með tölfræðilegum aðferðum.“

## Fjölbreytt notkunargildi

Skynmat segir Aðalheiður að sé afar mikilvægt í matvælarannsóknnum almennt. „Það er jafnframt eina mælingin sem túlkar upplifun neytandans. Vissulega er hægt að mæla ýmislegt í matvælum eins og sýrustig, lyktarefni, áferðarþætti og fleira, en ekkert af þessu segir alveg til um hvernig neytandi upplifir vöruna. Til dæmis hafa margir gosdrykkir mjög lágt pH-gildi, sem þýðir að þeir eru mjög súrir, en vegna sykurmagns þá finnst okkur þeir ekki vera súrir á bragðið. Sama gildir um kjöt. Við getum fengið tölu sem segir til um seigju eða meyrni þess, en hún merkir lítið nema við tengjum hana við skynmat.“

Aðalheiður segir lykt og bragð enn fremur tengjast tilfinningum og minningum á sterkan hátt. „Við lýsum lykt oft með því hvað hún minnir okkur á. Það er auðvitað mjög misjafnt á milli einstaklinga, en líka á milli menningarsamfélaga og þjóða.“

## Áhersla á hliðarafurðir og fullnýtingu

Að sögn Aðalheiðar er skynmat hjá Matis sjaldnar notað fyrir vörur sem eru nú þegar á markaði, heldur er það meira notað í grunn-



Aðalheiður Ólafsdóttir starfar sem skynmatsstjóri Matis. Í erindi sínu Hvernig bragðast? ætlar hún að fjalla um skynfærin og það hvernig þau eru notuð í skynmati í matvælarannsóknnum.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Við lýsum lykt oft með því hvað hún minnir okkur á. Það er auðvitað mjög misjafnt á milli einstaklinga, en líka á milli menningarsamfélaga og þjóða.

Aðalheiður Ólafsdóttir



rannsóknnum og vörupróun. Matis tekur þó að sér skynmat fyrir fyrirtæki. Aðferðir við skynmat hafa ekki breyst mikið á síðustu árum. „Rannsóknirnar sem eru gerðar endurspeglar frekar þær

áherslur sem eru í gangi í matvælarannsóknnum hverju sinni. Fyrir fimmtán árum, þegar ég byrjaði að starfa við skynmat hjá Matis, voru miklar rannsóknir á villtum fiski varðandi kælingu, pakkningar, flutningskedjur og annað sem sneri að bestun í virðis kedjunni.

Í dag er meiri áhersla á rannsóknir sem tengjast vörupróun úr hliðarafurðum í tengslum við að fullnýta hráefni. Til dæmis að þróa vörur úr hliðarafurðum frá fiskiðnaði. Undanfarið höfum við til dæmis unnið ýmis verkefni sem snúast um þara og efni sem má vinna úr honum. Auk þess eru verkefni í gangi sem snúa að því að vinna prótín úr öðrum hráefnum en þeim sem við eigum að venjast, til dæmis örþörungum, gersveppum og skordýrum. Það er ýmislegt sem kemur á borð til okkar og starf okkar er því afar fjölbreytt.“

## Gestir fræðast um skynfærin

Erindi Aðalheiðar í Vísindakaffinu nefnist Hvernig bragðast? og mun hún þar fjalla um skynfærin, skynmat, matarupplifun og gæðamat. „Markmiðið er að fræða gesti um það hvernig skynfærin virka, þá bragð og lykt sérstaklega og samspil þeirra þegar við borðum. Það er nokkur einstaklingsmunur í skynjun sem hefur áhrif á það hvernig við upplifum matvörur þegar við neytum þeirra. Ég mun einnig bjóða upp á bragð- og lyktarprufur þar sem fólk getur prófað þetta á sjálfu sér og látið svolítið reyna á skynfærin,“ segir Aðalheiður. ■

Erindi Aðalheiðar verður flutt á fimmtudaginn 29. september klukkan 20.00-21.30 í Bókasamlaginu, Skipholti 19 í Reykjavík.

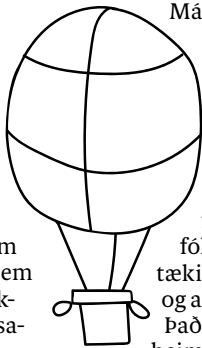
Veðurstofa Íslands lætur sig ekki vanta á Vísindavökuna næsta laugardag. Þemað í ár er „Vísindi á vakt – eldgos, veður og loftslagsbreytingar.“

Á svæði Veðurstofunnar verður áhersla lögð á þá tækni sem notuð er til að vakta eldfjöll, hægt verður að prófa jarðskjálftamæli, en einnig verður hægt að kynna sér áhrif loftslagsbreytinga á jökla landsins.

Ragnar Heiðar Þrastarson, fagstjóri landfræðilegra upplýsingakerfa hjá Veðurstofu Íslands, segir að á básnum á Vísindavökunni verði stórum radar komið fyrir á bílkerru, en radarinn er til dæmis notaður til að mæla ösku frá eldgosum. Þá geta gestir fengið að skoða ýmislegt sem tengist því sem kallast fjarkönnun, en það eru gögn sem meðal annars koma úr gervitunglum sem svífa á braut um jörðina.

„Fjarkönnunargögnin eru mismunandi. Við ætlum aðallega að sýna tvenns konar gögn, sem annars vegar eru það sem við getum kallað hefðbundnar ljósmyndir og hins vegar radargögn. Radargögnin notum við til dæmis til að gera svokallaðar bylgjuvúxlgreiningar til að fylgjast með jarðskorpureyvingum,“ útskýrir Ragnar.

„Við komum til með að sýna nokkur dæmi frá vöktun á náttúruvá og hvernig mismunandi gervitungl virka og tæknina þar á bak við. Við sýnum líka hvernig við lesum úr gögnunum, vinnum þau áfram til að geta túlkað og lesið í þau. Hvað það er sem við sjáum og hvaða þættir það eru sem við fylgjumst með sérstaklega í tengslum við eldgosa- og eldsumbrotavirkni.“



# Veðurstofan alltaf á vaktinni



Ragnar með líkan af gervitunglinu Sentinel-2. Á skjánum er gervitunglsmynd af Drangajökli. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Veðurstofan verður einnig með eitt og annað á staðnum sem gestir geta fræðst um og fengið að prófa.

Má þar nefna jarðskjálftamæli. „Ef gestirnir standa nálægt mælinum og hoppa þá getur mælirinn mælt það, rétt eins og jarðskjálftamælar skynja titring í jörðinni,“ útskýrir Ragnar. „Við verðum með hóp af fólki á svæðinu til að fræða fólk. Það er um að gera að nýta tækifærið á Vísindavökunni og að spyrja sérfræðingana. Það er ekki til neitt sem heitir heimskulegar spurningar, það

er bara frábært að fólk sýni okkar starfi áhuga. Flestir vísindamenn hafa gaman af því að segja frá því sem þeir eru að gera frá degi til dags.“

## Á vakt allan sólarhringinn

Á Veðurstofu Íslands er alltaf einhver á vakt til að fylgjast með ástandinu í náttúrunni – jarðskjálftum, rennsli í ám, snjóflóðum, skriðum og svo auðvitað veðri.

„Við erum með vakt allan sólarhringinn sem er mönnum einum til tveimur sérfræðingum sem fylgjast með ýmsum þáttum. Svo

eru fleiri sem styðja við vaktina og eru sérfræðingar á sínu sviði, til dæmis í gervitunglum, jarðskjálftum, gasi eða öðrum sviðum. Þetta geta verið 10-20 manns í heild,“ segir Ragnar.

Vöktunarbúnaður Veðurstofunnar er staðsettur um allt land, en auk eldgosa og jarðskjálfta er fylgst með flóði í ám og jökulhlaupum, svo eitthvað sé nefnt.

„Við erum með margs konar mælitæki eins og jarðskjálftamæla og GPS-tæki til að fylgjast með breytingum í náttúrunni. Við mælum þenslu á yfirborði jarðar vegna kvikuhreyfinga, flóð í ám

Við komum til með að sýna nokkur dæmi frá vöktun á náttúruvá og hvernig mismunandi gervitungl virka og tæknina þar á bak við.

Ragnar Heiðar Þrastarson

og snjósöfnun til fjalla, svo dæmi séu nefnd. Við gerum heiðarlega tilraun til að ná utan um alla náttúruvá,“ útskýrir Ragnar.

Ragnar segir að tilgangur þess að vakta náttúruna sé að vara við hugsanlegri hættu og koma í veg fyrir tjón eða að fólk lendi í vandræðum. Náttúruváratburðir eru ólíkir að umfangi og misjafnt hver ógnin er.

„Sumir atburðir gerast aftur og aftur, eins og jökulhlaup úr Skaftárkötlum. Þau koma reglulega og fara sína leið til sjávar, en við verðum alltaf að vera á tånun og fylgjumst með breytingum sem geta orðið. Eins er það þannig að það er alltaf einhver jarðskjálftavirkni einhvers staðar á landinu, hún getur aukist á ákveðnum stöðum tímabundið og þá er fylgst sérstaklega vel með því og vöktun efla þurfa þykir.

Við búum á landi þar sem er mikið um alls kyns jarðhræringar og við þurfum að haga seglum okkar eftir því,“ útskýrir hann og bætir við að lokum: „Ég vil hvetja fólk til að koma á Vísindavökuna og fræðast um störf Veðurstofunnar. Það verða líka margir aðrir áhugaverðir básar þar sem fólk hefur lagt mikinn metnað í að matreiða fróðleik ofan í gesti og gangandi, sem fólk ætti endilega að skoða.“ ■



# Tölvuleikur fyrir upptekið fólk

Á Vísindavöku næstu helgi mun tölvuleikjafyrirtækið Parity sýna nýja leikinn sinn Island of Winds. Leikurinn sækir innblástur frá 17. aldar Íslandi þar sem íslensk náttúra, þjóðsögur og kynjaverur koma við sögu.

Tölvuleikjafyrirtækið Parity mun sýna nýja leikinn sinn Island of Winds á Vísindavökunni þann 1. október næstkomandi. Í fyrirtækinu Parity starfar saman fólk úr ólíkum áttum sem sameinast í áhuga sínum á tölvuleikjum og tölvuleikjagerð, segir María Guðmundsdóttir, stofnandi og framkvæmdastjóri Parity. „Það er mjög fjölbreyttur og hæfileikaríkur hópur sem vinnur hér og hann býr yfir alls kyns menntun, reynslu og áhugamálum auk fjölbreytileika í aldri og kynjum.“

Hún segir fyrirtækið stefna á útgáfu leiksins á næsta ári. „Svo er stefnan sett á fleiri leiki í sama heimi og við viljum nýta okkur þá heima og verur sem við höfum skapað með öðrum sögum og nýjum leikjakerfum.“

## Sótt til fortíðar

Island of Winds tölvuleikurinn sækir innblástur frá 17. aldar Íslandi að sögn Maríu. „Við erum að tala um íslenska náttúru, þjóðsögur og kynjaverur. Hugmyndin kviknaði út frá því að okkur langaði að segja sögu sem var hvorki tengd vikingum né goðafræðinni og þá datt



María Guðmundsdóttir er stofnandi og framkvæmdastjóri Parity.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK

okkur í hug galdrafárið á Íslandi og þegar Stóri dómur lá eins og mara yfir allri þjóðinni. Okkur langaði líka að aðalpersónan væri kona sem væri ekki að vaxa úr grasi (e. coming of age) líkt og margir tölvuleikir og kvikmyndir skapa, heldur kona

með reynslu sem þarf að takast á við ýmsa fortíðardrauga.“

## Sækja til nýrra hópa

Island of Winds er einspilunarleikur segir María. „Leikurinn er ætlaður fólk sem hefur ekki mikinn



Tölvuleikurinn Island of Winds sækir innblástur frá 17. aldar Íslandi.

tíma til að spila tölvuleiki en vill upplifa dýpri tölvuleikjaspilun en einfaldur símaleikur gefur.“

Island of Winds er þróaður með það í huga að draga að fólk sem er ekki vant að spila tölvuleiki á PC tölvur en langar að prufa, segir hún. „Við gerum viðmótið einfaldara þannig að það er alltaf auðvelt að nálgast hvaða takka þú átt að nota og svo geta þátttakendur horft á myndbönd ef þeir hafa ekki spilað leikinn í langan tíma.“

Þróun tölvuleikja tekur sinn tíma að sögn Maríu, en þau nota leikjavélina Unreal og ýmis töl til að flýta ferlinu. „Með Island of Winds vildum við ná þessu sorgmædda vori á Íslandi sem er nær allt árið um kring og því er mikil áhersla á útlit og andrúmsloftið í leiknum, til dæmis fossar og mikill vindur, sem er frekar dýrt fyrir vinnsluminnið og því þurfum við að aðlaga okkar vinnu að því en við viljum alls ekki að leikurinn verði Island of „lognmolla“.

## Mikil gróska í greininni

Undanfarin ár hefur verið mikil gróska í tölvuleikjageiranum hér á landi. „Það er svo sannarlega rétt. Nú eru um 20 tölvuleikjafyrirtæki starfandi hér á landi og nokkur orðin frekar stór. CCP ruddi auðvitað brautina fyrir okkur, bæði með því að sýna hvað tölvuleikir geta orðið stór hluti af útflutningstekjum landsins, en einnig með þeirri þekkingu sem skapast með svo

stóru fyrirtæki, bæði hjá starfsfólki og í hugbúnaðargerð.“

Hún segir mikil tækifæri til að vaxa enn frekar. „En í því felst góður stuðningur á nýsköpunarstigi fyrirtækjanna, skilningur á þeirri fjölbreyttu menntun og reynslu sem geirinn þarf, hvort sem það speglast í menntakerfinu sjálfu eða með því að auðvelda aðgengi að sérfræðingum hvaðan sem er úr heiminum.“

## Tækniþróunarsjóður skiptir miklu máli

CCP er enn stærsta tölvuleikjafyrirtæki landsins en fleiri fyrirtæki eru í hröðum vexti, að hennar sögn. „Þar má helst þakka Tækniþróunarsjóði í formi styrkja og skattaafsláttar á þróunarkostnaði, en einnig eru íslenskir vísisjóðir að fjárfesta í greininni og hafa góðan skilning á þeim tækifærum sem íslensk tölvuleikjafyrirtæki geta skapað á heimsvísu. Geirinn er löngu búinn að slíta

barnsskónum en við þurfum að opna enn fleiri dyr til að vaxa hraðar.“

Eins og fyrr segir ætla þau að sýna leikinn á Vísindavökunni 1. október. „Þar munum við fara yfir þróunarferlið og leyfa fólki að skyggast á bak við tjöldin. Næst er svo að halda áfram með markaðsherferð og þróun tölvuleiksins svo við fáum glæsilega vöru á markað á næsta ári.“ ■

# 1.

október

## Laugardalshöll

laugardagur 1. október

kl. 13.00 - 18.00

# VÍSINDAVAKA

# VÍSINDIN

# LIFNA VIÐ!

Vedurfraeði + geimvísindi  
krabbar + vélmenni + eldgos  
liffraeði + tónlist + tungumál  
háskólar + plöntur + solkerfið  
gervigreind + loft og vatni + off





# Framgangur sjúkdóma líkur í músum og mönnum

Á Vísindavöku Rannís í Laugardalshöll laugardaginn 1. október verður hægt að kynna sér hvernig mannlegir sjúkdómar, eins og Alzheimer, Parkinsons, sykursýki og Wolfram-heilkenni, koma fram í músum.

„Við ætlum að fjalla um mannlega sjúkdóma í músum og hvernig nota má mýs til að rannsaka ýmsa sjúkdóma og auka skilning okkar á þeim,“ upplýsir Valdimar Sveinsson, einn fjögurra læknanema sem í sumar tóku þátt í Mobility-verkefninu sem ESB/ESS stýður.

„Okkur bauðst að taka þátt í rannsóknum á þessum tilteknu sjúkdómum vegna þess að rannsóknir hafa staðið á þeim í Eistlandi og þangað fengum við að fara í heilan mánuð í sumar. Þar máttum við velja hvaða sjúkdóm við vildum einblína á, og sjálfur valdi ég Parkinsons,“ upplýsir Valdimar.

Fyrir Parkinsons athugaði Valdimar hvort aukna fitusækni (e. lipophilicity) væri að finna í ákveðnum svæðum músarheilans.

„Ástæðan fyrir því var niðurstaða úr fjölbjöldegri rannsókn sem sýndi aukningu á genatjáníngu í svokölluðum fáhýrnurum (e. oligodendrocytes) en það eru sérstakar frumur sem finnast í miðtaugakerfinu. Frumurnar eru þess valdandi að rafboð innan heilans berast hraðar. Hingað til hafa fáhýrnur verið hundsáðar í Parkinsons-sjúkdómi en með því að skoða aukna fitusækni í heila fæst vísbending um aukna virkni þeirra í heilanum. Þá gat ég borið saman Parkinsons-mýs við heilbrigðar mýs og séð muninn,“ útskýrir Valdimar.

Til að rannsaka Wolfram-heil-

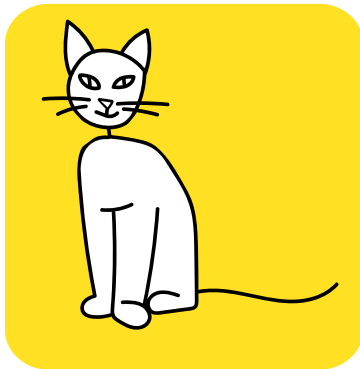


Læknaneminn Valdimar Sveinsson rannsakaði Parkinsons-sjúkdóminn í músum í Eistlandi í sumar.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI

kenni voru sneidar af músahelium skoðaðar, bæði frá heilbrigðum músum og músum sem tjáðu ekki Wolfram-prótín.

„Síðan var notað forrit sem bjó til þrívíddarmyndir úr sneiðunum og þá var hægt að athuga breytingar í rúmmáli heilans, en tilgangurinn var að athuga hvort mýs sýni sömu heilabreytingar og



menn, sem er mjög gagnlegt þegar kemur að því að rannsaka sjúkdóminn, sem er afar sjaldgæfur og því erfitt að rannsaka í mönnum,“ greinir Valdimar frá.

Eitt aðaleinkenni og helstu orsakavaldar Alzheimer eru amyloid- og tauprótein-útfellingar í heilanum.

„Þá var sérstöku efni, bismet-hoxycurcumin (BDMC), sprautað í mýsarnar og var tilgangurinn að athuga hvort hægt væri að nota BDMC sem lyf við Alzheimerers vonin er að BDMC geti minnkað þessar útfellingar,“ segir Valdimar.

## Spennandi að rannsaka betur

Ástæða þess að mýs eru gjarnan notaðar í rannsóknum segir Valdimar vera þá að framgangur ýmissa sjúkdóma í músum líkist því sem þekktist í mönnum.

„Erfðamengi músa er mjög líkt okkar og þess vegna má gjarnan

yfirfæra niðurstöður músarannsóknna á menn. Þetta getur auðvitað verið vandmeðfarið en engu að síður þjóna músarannsóknir sem góð byrjun áður en farið er að rannsaka menn. Ef ég tek Parkinsons-mýsarnar sem dæmi eru einkenni þeirra mjög lík þeim sem sjást í okkur mannfólkinu. Það eru mörg einkenni sem geta fylgt Parkinsons, önnur en dæmigerð hreyfivandamál sem flestir tengja sjúkdóminn við. Mörg einkenni koma fram áður en hreyfitrúflanir gera vart við sig, til dæmis hægðatregða, skynturflanir og verkir. Öll þessi einkenni mátti sjá í músum sem voru ekki langt komnar í framgangi sjúkdómsins,“ greinir Valdimar frá.

Niðurstöður frá Parkinsons-músunum sýndu að aukin fitusækni var í heilum þeirra.

„Það gæti þýtt að virkni fáhýrnanna jókst í músum með Parkin-

sons. Næsta skref væri að lita fyrir fáhýrnurnar og sjá hvort aukning sé í fjölda þeirra. Hvað þetta þýðir fyrir framgang sjúkdómsins er aftur á móti ekki ljóst en það gæti verið spennandi að rannsaka það betur,“ segir Valdimar og heldur áfram:

„Niðurstöður Wolfram Syndrome sýndu minnkun á heilanum, eins og sést hefur í mönnum með sjúkdóminn, og er nú hægt að nota mýsarnar til að rannsaka sjúkdóminn betur og vonandi í náinni framtíð til að lækna eða meðhöndla sjúkdóminn. Alzheimer-niðurstöður voru ekki eins góðar þar sem magnið sem notað var af BDMC sýndi engin mælanleg áhrif, en svona geta vísindin vist verið.“

## Vel hugsað um mýsarnar

Læknanemarnir fjórir fóru út til að hjálpa til við rannsóknir sem staðið hafa yfir í nokkur ár.

„Ég hafði aldrei áttað mig almennilega á því hversu gríðarlegur tími fer í þessar rannsóknir og undirbúningsvinnuna fyrir þær. Okkur gafst tími til að sjá aðstöðuna fyrir mýsarnar og hvernig þær eru meðhöndlaðar fyrir ýmis verkefni sem þær leysa. Það sem kom mér mest á óvart var öll vinnan í kringum mýsarnar, en þess skal geta að það er mjög vel hugsað um þær enda gilda um það mjög strangar reglur,“ segir Valdimar sem er á öðru ári í læknafræði.

„Ég hef alltaf haft áhuga á vísindum og sérstaklega læknafræði. Ég ákvað að fara í læknafræði þegar ég áttaði mig á að það væri gerlegt að starfa sem lækni, bæði í rannsóknum og klíník, en mér þykir mjög spennandi að geta gert bæði. Einnig hef ég heyrt að læknafræði í rannsóknum geti haft ákveðna sérstöðu fyrir þær sakir að hafa reynslu af báðum hliðum.“ ■

## Við erum að fíkta í reikistjörnunni

Í tilefni Vísindavöku verða sex Vísindakaffi haldin víða um land. Þar af verða loftslagsmál í algleymingi í Nýheimum á Höfn í Hornafirði laugardaginn 1. október klukkan 14 til 16.

Fjögur erindi verða flutt á málstofunni. Í erindinu Ungt fólk og útsýnið á loftslagsbreytingar kynnir Arndís Ósk Magnúsdóttir laganemi niðurstöður rannsóknar sinnar um liðan og viðhorf 14-25 ára Hornfirðinga til loftslagsbreytinga.

„Sjálfur flyt ég síðasta erindið, Hernaðurinn gegn heiminum: Um mikilvægi þess að glata hvorki von né skopskyni. Það fjallar um stöðu loftslagsmála og kallast á við erindi Arndísar,“ segir Þorvarður Árnason, forstöðumaður rannsóknaseturs HÍ á Hornafirði.

Tvö önnur spennandi erindi verða flutt á Vísindakaffinu og má nálgast dagskrána á vísindavaka.is/vísindakaffi/

### Baráttan við hernaðinn

Titill á erindi Þorvarðar er tilvísun í blaðgrein Halldrörs Laxness, Hernaðinn gegn landinu. „Þar ræddi hann umhverfismálin sem voru efst á baugi fyrir um hálfri öld á Íslandi. Í dag glíum við enn við sömu vandamál og til viðbótar hafa bæst við umhverfismál vegna loftslagsbreytinga. Þó svo birtingarmyndir loftslagsbreytinga séu að hluta til staðbundnar, þarf

að takast á við þær í hnattrænu samhengi,“ segir Þorvarður. „Loftslagsbreytingarnar eiga rót sína í losun gróðurhúsalofttegunda. Ríku löndin á norðurhjárlánu plánetunnar losa margfalt magn gróðurhúsalofttegunda á við lönd á suðurhjaranum. Orsökina eru vestrænir lífnáðarhættir og óhófleg iðnaðarframleiðsla.

Hnattrænu loftslagsáhrifin eru ekki bundin við löndin sem valda þeim, heldur geta komið fram hinum megin á hnettinum, í löndum sem hafa lítið eða ekkert sé til sakar unnið. Þau birtast í gríðarlegum þurrki, flóðum og ýktu hitastigi í til dæmis Pakistan, Indlandi, og fátækari löndum Afríku.“

### Lausnir felst í skipulagi

„Loftslagsmálin verða æ alvarlegri. Þau má sjá alls staðar þar sem eru jöklar, jafnt á Íslandi sem á Grænlandi, Suðurheimskaütinu, Himalajafjöllum og víðar. Við erum að hafa áhrif á grunnferla náttúrunnar sem eru af hnattrænni stærðargráðu. Við erum að fíkta í reikistjörnunni sjálfri.

Hernaður er líka vísun í skýrslu sem kom út á vegum umhverfisstofnunar SP í ár: Friðmælt við náttúruna. Mannkynið hefur stundað hernað gegn náttúrunni og afleiðingarnar eru útrýming tegunda, eyðilegging vistkerfa og búsvæða og rýrnun náttúrulegrar fjölbreytni.

Það þarf að grípa skipulega til aðgerða á næstu árum og ára-



Þorvarður við einn af hratt hverfandi jöklum Íslands. Hann mælir með stuttmyndinni climatevis.com/after-ice þar sem sjá má afleiðingar loftslagsbreytinga á íslenska jökla síðustu ár.

MYND/GUNNLAUGUR ÞÓR PÁLSSON

tugum vegna loftslagsvandans, vernda líffræðilega og náttúrulega fjölbreytni og uppfylla heimsmarkmið SP um sjálfbæra þróun. Þessi svið þarf að hugsa sem eina heild í allri stefnumótun og aðgerðum opinberra aðila.“

### Fyrirmyndarrikið Ísland

„Á Íslandi þurfum við öll að taka okkur tak, stjórnvöld, fyrirtæki, sveitarfélög og almennigur. Þó svo hvert og eitt okkar breyti ekki gangi sögunnar, skiptir máli að Ísland sendi skýr skilaboð til umheimsins að við ætlum að gera allt sem í okkar valdi stendur til að sporna við loftslagsbreytingum.

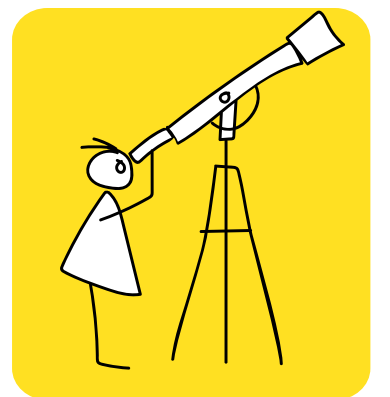
Við getum sótt í reynslu okkar af Covid-19 faraldrinum. Þar hugsuðum við um hlutina bæði á landsvísu og heimsvísu. Loftslagsváin er heimsfaraldur og allur

heimurinn er þar undir. Það sem við lærðum í Covid-19 um samstöðu og umhyggju fyrir öðrum manneskjum þarf að teygja yfir aðrar lífverur og náttúruna til að ná raunverulegum árangri.“

### Vitundarvakning fyrsta skrefið

„Undanfarin ár hefur orðið mikil vitundarvakning á meðal íslensks almennings um loftslagsvána. En skrefið frá hugmynd til athafna er stórt og þar þarf ríkisvaldið að hafa skýra sýn á það hvað almennigur getur gert. Ríkisvaldið setti hvata til þess að fólk geti keypt vistvænni bíla, en það nægir engan veginn. Þarf ekki líka að minnka notkun á einkabílum með því að stórbæta almennings-samgöngur?

En hvar kemur skopskynið inn í þetta allt?



„Rannsókn Arndísar fjallar um vaxandi loftslagskvíða ungs fólks á Hornafirði. Í ljós kom að töluverður kvíði hefur hreiðrað þar um sig, enda erum við á suðausturhorninu viðkvæm fyrir loftslagsbreytingum með alla þessa jökla í bakgarðinum. Breytingar á náttúrunni sjást glöggst hér í bráðnum jöklanna síðustu 130 árin. Loftslagsbreytingarnar verða með okkur alla næstu öld og lengur. Ungu fólkid í dag mun þurfa að glíma við afleiðingarnar af ákvörðunum og athöfnum eldri kynslóða. Vonin liggur í unga fólkinu, en það stefnir allt í vöða ef það er lamað af kvíða.“

Ég lít á það sem hlutverk mitt að valdefla almennig, sérstaklega ungt fólk og hvetja það til að gefast ekki upp. Skopskynið er ákveðið meðal sem gerir okkur betur kleift að takast á við hluti sem eru sorglegir og yfirþyrmandi. Ekki má gleyma að hafa gaman á meðan. Nýsköpun er lykilatriði í því að takast á við óvissu og ógnvekjandi framtíð. Stjórnvöld þurfa að efla nýsköpun á öllum sviðum, ekki síður í vísindum, listum, menningar- og samfélagslegri nýsköpun en í iðnaði eða fyrirtækjarekstri.“ ■



# Verðmæti lífsbjargar verða ekki metin til fjár

Sea Saver Karlsson ehf. er sprotafyrirtæki í nýsköpun. Það vinnur að hönnun og þróun á ómönnuðu rafknúnu björgunarfari fyrir sjófarendur, sem nýtist við mjög erfiðar aðstæður og finnur, sækir og skilar.

Sea Saver Karlsson ehf. er fjölskyldufyrirtæki og framkvæmdastjóri þess er Ásta Karen Ágústsdóttir. Hún útskýrir að um er að ræða rafknúð hraðskeyti með mikilli sjálfvirkni, svo sem sónar og lidar, sem er stýrt með fjarstýribúnaði eða sjálfstýringu:

„Með búnaðinum verður hægt að bjarga mönnum úr sjó á skemmri tíma og við verri aðstæður en áður og í flestum tilfellum án þess að þörf sé á að senda aðra menn í sjóinn á eftir þeim. (Undantekning er ef viðkomandi er meðvitundarlaus eða mikið slasaður en þá má senda mann með). Sjálfvirkur sjósetningarbúnaður gerir það kleift að hægt er að bregðast mjög hratt við þegar menn falla frá borði og geta björgunaraðgerðir hafist strax. Að auki er á hraðskeytinu búnaður sem ekki er hægt að fjalla um á þessi stigi vegna einkaleyfissjónarmíða.“

**Mikil sérþekking margra**  
„Margþætt verkefni sem þetta er



Ágúst Karlsson, verkfræðingur og frumkvöðull. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

bæði dýrt í framkvæmd og kallar á mikla sérþekkingu margra. Þar hafa Tækniþróunarsjóður með styrkveitingum og Háskólinn í Reykjavík, með samstarfi úrvalnemenda og leiðbeinenda, reynst sterkir bakhjarlar. Áherslur liggja í tæknilegum lausnum, miðað við nýjustu mögulegu tækni, svo og viðskiptaáætlanir og markaðskönnun á fjölbjóðavettvangi. Þá má bæta því við að Samgöngustofa og Loðnuvinnslan á Fáskrúðsfirði hafa veitt verkefninu stuðning.“

## Tvær útfærslur á björgunartækinu

Ásta Karen segir að kveikjan að verkefninu hafi sennilega orðið til við vangaveltur um hvernig hægt hefði verið að komast hjá stórslysum með hraðari björgunaraðgerðum.

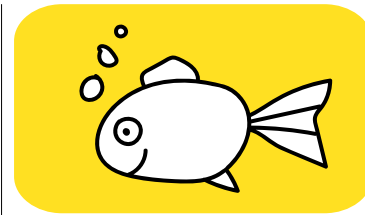
„Ýmis tilbrigði festust í huga Ágústar, en í tímans rás fóru þessar hugrenningar að verða áleitnari og leiddu til þess að útfærslur að hugmyndinni tóku að þróast og hugmyndavinna og grunnteikn-

ingar, ásamt smíði á frummódeli, leiddu til þess að efið var að snúa til baka.

Björgunartækið hefur þróast í nokkur ár frá fyrstu hugmynd. Það hefur breyst mjög mikið í meðferð áhugasamra háskólanemenda í Háskólanum í Reykjavík og með tilliti til nýjustu framfara í hátæknivísindum sem notaðar hafa verið við gerð og þróun Sea Saver.

Ferlið hefur verið langt og stundum strangt, allt frá því að hugmyndin fór fyrst á blað og þar til núna nýverið, þegar fyrsta prófun á prótótýpunni fór fram í Skerjafirði þar sem niðurstöðurnar uppfylltu ytrustu kröfur.

Sennilega verður um tvær útfærslur á björgunartækinu að ræða. Annars vegar ætlað fyrir skip og báta með nokkurra manna áhöfn þar sem fleiri koma að björgunstarfi. Hins vegar er önnur útfærsla ætluð fyrir smærri báta, skemmtisnekkjur, með eins til þriggja manna áhöfn, þar sem einn aðili fellur fyrir borð og er hægt með aðstoð sendibúnaðar, sennilega festum við handlegg mannsins, gerir mögulegt að stöðva vél eða gera segl óvirkt og maður í sjó getur látið tækið fara sjálfkrafa af stað með boðum frá handtæki, sent farið beint að stöðvuðu farartæki eða að hann getur stýrt sjálfur björgunar-



tækinu með aðstoð handstýribúnaðar.“

## Stöðug þróun

„Sea Saver björgunarskeytið er í stöðugri þróun. Búnaður allur verður að vera eins öruggur og vól er á og standast gæðavottanir. Tækið má ekki bregðast á ögur-stundu. Að því er stefnt með frekari prófunum og tekið er tillit til árangurs. Samstarf við Háskólann í Reykjavík hefur verið árangursríkt og er nú haldið áfram. Næstu verkefni í þessu samstarfi er gerð og útfærsla á prótótýpu nr. 2, ásamt hönnun og smíði sjálfvirkis sjósetningarbúnaðar.

Framtíðarsýn Sea Saver er að hanna, þróa og framleiða hátækni-björgunarbúnað sem notast við erfiðar aðstæður við björgun fólks úr sjávarháská. Markmiðið með framleiðslu búnaðarins er að efla íslenska hátæknivöru og hugvit, til að skapa verðmæti á mörkuðum innan lands og utan. Þá eru ótalin verðmæti lífsbjargar sem ekki verða metin til fjár.“ ■

# Sex rannsóknarverkefni Listaháskóla Íslands

Framlag Listaháskólans til Vísindavöku Rannís er kynning á sex rannsóknarverkefnum akademískra starfsmanna skólans, verkefnum sem ýmist er nýlokið eða standa enn yfir.

Hulda Stefánsdóttir er sviðsforseti akademískrar þróunar í Listaháskóla Íslands. Hún segir að nefna megi t.d. viðamikil fimm ára rannsóknarverkefni dr. Þórhalls Magnússonar, rannsóknarprófessors, og hans teymis:

„INTENT snjallhljóðfæri: Að skilgreina gervigreind 21. aldar gegnum skapandi tónlistartækni. Verkefnið hlaut stærsta styrk sem veittur er einstökum rannsakanda frá Evrópska rannsóknarráðinu árið 2020. Um er að ræða fimm ára þverfaglegt verkefni sem hýst er við Listaháskólann þar sem skoðuð eru áhrif gervigreindar á skapandi vinnu í gegnum smíði hljóðfæra og tónlistarflutnings. Þátttakendur í verkefninu verða á staðnum í Laugardalshöll með fjölda hljóðfæra sem verkefnið hefur þegar leitt af sér og gefst gestum færi á að upplifa og kynna sér nánar þær áleitnu spurningar sem verkefnið vekur um þátt og vægi gervigreindar í daglegu lífi okkar. Brynjar áskoranir samtímans eru þannig í brennipunkti rannsókna í listum, eins og á öðrum rannsóknasviðum.“

## Ísbirnir á villigötum og FishSkin

„Útgáfan Óræð lönd fjallar um listrannsóknir Bryndísar Snæbjörnsdóttur, prófessors í myndlist, og samstarfsmanns hennar Marks Wilson. Rannsóknarverkefni þeirra, Ísbirnir á villigötum, hlaut styrk úr Rannsóknasjóði Vísinda- og tækniráðs árið 2019. Í verkefninu beina þau sjónum að misvísandi hegðun innan vistkerfisins sem birtist í einstöku samspili manna, dýra og annarra lífvera. Alþjóðlega samstarfsverkefnið Baráttan gegn örplasmengun (Plastic Justice) fól í sér rannsókn á því hvernig nýta megi aðferðir grafískrar hönnunar og sjónrænnar miðlunar til að vekja athygli samfélaga á langtíma heilsuáhrifum mengunar sem stafar af ofgnótt örplasts í umhverfinu. Lóa Auðunsdóttir og Hrefna Sigurðardóttir, lektorar í grafískri hönnun, leiddu verkefnið fyrir hönd skólans og hlaut það styrk úr Horizon 2020 áætlun Evrópusambandsins. Annað verkefni innan hönnunardeildar sem kynnt verður, FishSkin, fjallar um möguleika sjávarleðurs sem umhverfisvæns valkosts við framleiðslu lúxusefna í fatahönnun. Katrín María Káradóttir, dósent í fatahönnun, er fulltrúi Listaháskólans í þessu stóra alþjóðlega verkefni sem styrkt var af Marie Curie-áætlun Evrópusambandsins.“



Hulda er sviðsforseti akademískrar þróunar í LHÍ. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

## Þýðing birkis í menningu og listum

Hulda nefnir að þverfaglegt samstarf milli háskóla, stofnana og ólíkra fagsviða hér á landi hafi færst mjög í aukana á síðustu árum og Listaháskólinn sé áfram um að nýta krafta sína og sérþekkingu sem framlag til slíks samstarfs. „BirkiVist er þverfræðilegt rannsókn- og þróunarverkefni sem miðar að þróun skilvirkra leiða við endurheimt birkiskóga á landsvísi. Auk þess að greina helstu hindranir og tækifæri fyrir náttúrulegt landnám birkis eru samfélagslegir þættir skoðaðir, þar með talið þýðing birkis í listum og menningu. Fulltrúar LHÍ eru þær

Rúna Thors, lektor í vörühönnun, og Guðbjörg R. Jóhannesdóttir, dósent í umhverfisheimspeki við listkennsludeild.“

## Á mörkum dans og myndlistar

„Loks er það verkið ALDA sem er innsetning á mörkum dans og myndlistar, innblásin af sögu og líkamlegri vinnu kvenna. Höfundur þess er Katrín Gunnarsdóttir, dósent í samtímadansi, en verkið var sett upp á sýningu í Gerðarsafni í Kópavogi síðasta sumar. Verkefnið er eitt dæmi um hvernig félagsögulegir þættir eru virkjadír með nýstárlegum hætti með aðferðum listanna. Það felst sögn í því hvernig við hreyfum okkur í

umhverfinu, rétt eins og hvernig við hugsum.

Við val á framlagi Listaháskólans til Vísindavöku horfðum við til þess að kynna nýleg rannsóknarverkefni sem unnin eru innan vébanda skólans fyrir tilstilli styrkja úr ytri styrktarsjóðum, bæði innlendum sjóðum og Evrópusjóðum, og leitumst við að draga fram mikilvægi slíkra styrkja fyrir framgang og þróun rannsóknarverkefna í listum, rétt eins og í öðrum greinum. Um er að ræða fjölbreytt verkefni og markmið okkar var að draga fram breidd þeirra rannsókna sem listirnar spanna og samvirkni þeirra, ef ekki oft á tíðum skörun, við önnur fræðasvið.

Sýn okkar til nánustu framtíðar er að halda áfram að styrkja aðkomu lista, hönnunar og arkitektúrs að rannsóknarumhverfinu og brýnum málefnum samtímans. Við erum sannfærð um að enginn einn einstaklingur eða eitt sérfræðisvið þekkingar geti leitt fram lausnir eða umbreytt nálgun okkar og sýn á þær áskoranir sem við stöndum frammi fyrir. Til þess að skapa nýja haldbæra þekkingu þurfi að leiða saman ólík þekkingarsvið, ólíkar nálganir og raddir, til samtals og greininga. Það er engin tilviljun að yfirskrift nýafstaðinnar ráðstefnu Listaháskólans bar yfirskriftina Enginn er eyland.“ ■

**KYNNTU ÞÉR SPENNANDI VERKEFNI Á VÍSINDAVÖKU**



# NÝ SENDING Í CURVY ÚLPUR OG KÓSÝ PEYSUR

Fallegar og vandaðar danskar vörur í stærðum 42-60

Sjáðu úrvalið í netverslun Curvy.is

Eða komdu í verslun Curvy við Grensásveg

Opið alla virka daga frá kl. 11-18 og laugardaga frá kl. 11-16

Curvy

FRÍ HEIMSENDING  
EF ÞÚ VERSLAR YFIR  
10.000 KR



Zizzi Úlpa  
21.990 kr



Rain Puffer  
Vatnsheld úlpa  
25.990 kr



A-shape Peysa  
6.990 kr



Camp Jakki  
16.990 kr



Wool Peysukjöll  
9.990 kr

Curvy

Fellsmúla 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | [www.curvy.is](http://www.curvy.is)



# Ísland með flottustu mataráfangastöðum heims



Sjöfn  
Þórðardóttir  
sjofn  
@frettabladid.is

Í framlínu veitingastaðarins Héðins Kitchen & Bar eru stofnendurnir og félagarnir Karl Viggó Vigfússon og Elías Guðmundsson sem eru báðir alvanir veitingamenn.

Þeir Elías og Karl Viggó eru afar metnaðargjarnir þegar kemur að gæðum í matargerð og ekki síst þegar kemur að vali á kokkum og þeim sem töfra fram heildarumgjörðina sem gerir matarupplifunina stórkostlega, bæði hvað varðar fegurð og bragð.

Þeir Karl Viggó og Elías opnuðu veitingastaðinn Héðin Kitchen & Bar í fyrrasumar og hefur staðurinn vaxið og blómstrað síðan.

„Við höfum verið áhugamenn um matargerð í mörg ár. Viggó tók það upp á hærra plan þegar hann fór að keppa með kokkalandslíðinu og þróaði sín konsept þaðan. Ég endaði í lífræna bransanum og Gló, sem var svölitið hinum megin á skalanum. Við höfum svo talað um það í nokkur ár að láta verða af því að opna stað þar sem metnaður fyrir mat og þjónustu er í fyrirrúmi. Þegar okkur bauðst svo að opna veitingastað hér á Seljaveginum varð ekki aftur snúið, rýmið er einstakt og við tók að finna rétta fagfólkið með okkur,“ segir Elías.

**Bestu kokka landsins í eldhúsið** þegar kom að því að velja aðila sem áttu að þróa og hanna matseðlana og standa vaktina í eldhúsinu ákváðu þeir félagar að fá þá bestu.

„Það kom ekki annað til greina en að reyna að fá bestu kokka landsins sem ekki voru með sinn eigin stað í rekstri,“ segir Viggó.

„Úr varð að Sigurjón Bragi byrjaði með okkur, hann fór hins vegar á síðasta ári að keppa í Bocuse d'Or og við tók Sindri Guðbrandur landsliðsfyrirliði. Við höfum verið einstaklega heppnir með fagfólk í eldhúsinu og við teymid bættust tveir landsliðskokkar ásamt öðrum gæðakokkum, bókurum og nemum í fögnum. Í byrjun árs kom Siggi Laufdal í hópinn sem „executive chef“. Siggi vinnur þvert á allar deildir þannig að við getum nýtt það besta frá hverjum og einum, hvort sem það er Héðinn, bakarið Hugge eða veisluþjónustan. Ef maður þælir aðeins í því þá eru ekki margir veitingastaðir eins vel mannaðir af landsliðsmönnum og öðrum keppnismönnum í matreiðslu,“ segir Elías og bætir því við að metnaður sem þessi skili sér.

Aðspurður segir Viggó að þeir hafi strax haft ákveðna skoðun á því hvernig hráefni þeir vildu hafa í forgrunni.

„Þegar kemur að vali á hráefni fyrir Ísland erum við takmörkuð því við treystum of mikið á innflutning svo að matseðill okkar þurfi alltaf að vera með „international“-yfirbragði og „Nordic go local“-áherslum. Við á Héðni vinnum út frá því að gera allt frá grunni. Ekki flókinn matseðill, heldur léttá rétti úr góðu hráefni. Svo ef gestir langar að upplifa hvað strákarnir geta, þá er ævintýraferðin fimm rétta matseðill sem einnig er hægt að fara í vinnpörum með, sannkallað ævintýri. Þar taka landsliðskokkarnir matargerðina upp á hærra plan.“



Félagarnir Elías Guðmundsson og Karl Viggó Vigfússon eru báðir alvanir veitingamenn. Þeir eru metnaðargjarnir þegar kemur að gæðum í matargerð og ekki síst vali á kokkunum sjálfum.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK

## 77 Íslenskir matreiðslumenn eru á heims-klassa, en búa við mun erfiðari aðstæður en kollegar þeirra í Bandaríkjunum og Evrópu.

Elías og Viggó

**Metnaðurinn í hávegum hafður** Lykilatriði hjá Elíasi og Viggó var að velja vandaða kokka með ástriðu fyrir sínu starfi.

„Við leitum fyrst og fremst að fólki sem passar í kúltúrinn hjá okkur, fólki með ástriðu fyrir mat og gestrisni. Við vitum að við kunnum vel til verka innanhúss, bæði í þjónustu og mat. Innanhússmenningin gengur líka út á að vera vettvangur fyrir metnaðarfullt ungt fagfólk til að vaxa. Með þessu móti getum við gefið gestum okkar sem besta upplifun og einnig verið eftirsóknarverður vinnustaður,“ segir Elías.

Matseðillinn er lifandi og breytist eftir árstíðum.

„Við erum alltaf að prufa eitthvað nýtt og vinnum með árstíðabundið hráefni. Einnig að velja hráefni úr nærumhverfinu, eins og tómata frá Bjarna í Brautarhóli og íslenskt wasabi. Þannig viðhöldum við skapandi neista í eldhúsinu og undir handleiðslu eldri kokka geta yngri kokkar fengið að koma með tillögur að réttum.“

### Keppnismenn í matreiðslu

„Íslenskir matreiðslumenn eru á heims-klassa en búa við mun erfiðari aðstæður en kollegar þeirra í Bandaríkjunum og Evrópu. Til að mynda tóku tveir kokkar hjá okkur þátt í Nordic Chef fyrir Íslands hönd í mars á þessu ári, þeir Gabriel landsliðskokkur og Sindri, landsliðsfyrirliði og yfirkokkur á Héðni. Gabriel vann „Nordic Young Chef“ með yfirburðum og Sindri var í öðru sæti, aðeins 0,8 stigum frá fyrsta sætinu sem féll í hlut kokks af tveggja Michelin-stjörnu stað í Ósló.

Yfirkokkurinn okkar, Siggi Lauf, er einn besti kokkur Evrópu og lenti í 4. sæti í Bocuse d'Or árið 2021, 0,03 stigum frá 3. sætinu. Sá árangur er ótrúlegur í ljósi þess að Siggi var í tvö ár launalaus að æfa sig í eldhúsi hjá velviljuðum heildsala þegar þeir sem hann var að keppa á móti hafa tugi milljóna til ráðstöfunar við undirbúning keppinnar. Þetta

er eins og KR náí 3. sæti í Premier League,“ segja þeir Elías og Viggó sem bera mikla virðingu fyrir kokkunum sínum og þeirra vinnu.

### Ísland sem mataráfangastaður

Siggi Laufdal vann áður á veitingahúsinu Geranium í Kaupmannahöfn. Geranium er þriggja Michelin-stjörnu staður og var nýlega kosinn besti veitingastaður í heimi í World's 50 Best.

„Þetta sýnir okkur Íslendingum að við eigum heims-klassa fagmenn en náum einhvern veginn ekki að miðla því áfram til Íslendinga og umheimsins, eins og nágrennanlönðin í kringum okkur gera. Í dag er talað um „Noma-economics“, eða áhrifin sem Michelin-staðurinn Noma í Kaupmannahöfn hafði á efnahag Danmerkur. Bæði koma þangað „high end“-matartúristar til að borga á Michelin-stöðum landsins eða öðrum gæðastöðum. Hitt er svo lífið sem matarmenningin hefur fært í danskan landbúnað,“ segir Elías.

Hann nefnir góða sögu þegar yfirkokkur Noma fór til gulrótarbónda á Jótlandi.

„Hann fór ekki til að kaupa gulræturnar heldur vildi hann kaupa úr tilraunabeði bóndans. Núna ræktar sá bóndi eingöngu það sem hann var með í tilraunabeðinu. Danskir bændur eru á fullu í alls konar nýsköpun í landbúnaði og ræktun. Til að mynda var aðalbirgir Gló í Danmörku með 300 nýsköpunarverkefni í lífrænni grænmetisræktun á ári. Það er svo sérstakt að þegar gerður er nýr búvörusamningur hér á landi er eins og við litum þrjátíu ár til baka. Þannig að í grænmetinu eru beingreiðslur að mestu til framleiðslu agúrka, tómata og paprika. Það segir okkur að grænmetisbændur eru háðir því að framleiða þær vörur og nýsköpun verður lítil sem engin. Það væri ótrúlega gaman ef við flippuðum út og settum til dæmis eggaldin inn í næsta samning,“ segir Elías.

„Reyndar var gerður viðauki við síðasta búvörusamning 2020 þar

sem beingreiðslur í önnur verkefni aukast en við getum gert miklu betur,“ segir Viggó.

„Við eigum okkar hráefni og getum svo auðveldlega gert betur í ræktun. Ég veit að komin er nýliðun í grænmetisræktun og ungt athafnafólk er fullt af orku.

Hátæknifyrirtækið Vaxa kom sterkt inn á markaðinn með sitt grænmeti og við þurfum að styrkja mikið betur við þessa aðila þannig að við náum okkur á flug í þessum efnunum. Með átaki í þessum málaflokkum getum við farið að sækja í hagkerfi „high end“-matartúrista,“ segir Elías.

### Rekstrarumhverfið að versna

Hvernig sjáid þið fyrir ykkur horfur í rekstri veitingastaða á næstu misserum?

„Rekstrarumhverfi veitingastaða hefur jafnt og þétt verið að versna og er nú að ná einhvers konar hámarki. Launahækkunir, verðbólga og hækkunir á álögum í næsta fjárlagafrumvarpi gera að verkum að geirinn fer að gefast upp. Veitingafagið, kokkar og þjónar, á undir mest högg að sækja því þegar geirinn þarf að leita leiða til að spara bitnar það fyrst og fremst á þeim og faglegum gæðum,“ segir Elías og hefur áhyggjur af ástandinu.

„Eftir að hafa opnað veitingastað í Danmörku, landi sem við kjósum að miða okkur við, sé ég enn betur hvað við erum aftarlega í þessum málum. Í Danmörku borgar maður ekki í lífeyrissjóð fyrr en maður hefur klárað að mennta sig eða er kominn í framtíðarstarf. Þar er mun færri opinberir frídagar og yfirvinnutaxtar í veitingageiranum byrja eftir klukkan 14 á sunnudögum, opinberum frídögum og eftir ákveðna vinnuskyldu. Þar er engu að síður sterk verkalýðsfélög sem sinna sínu fólki. Það er eins og ráðamenn okkar skorti sýn og skilning til að styðja við þennan geira þannig að hann fái að blómstra eins og í nágrennalöndunum,“ segir Elías að lokum. ■

**RECARO**  
Barnabílastólar í úrvali



**BÍLASMIÐURINN HF**

Bildshöfða 16, 110 Rvk. | S. 567 2330  
[www.bilasmidurinn.is](http://www.bilasmidurinn.is)



# Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16  
Netfang: smaar@frettabladid.is

## Bílar & Farartæki



2022 óekinn Ford Transit Custom Trend langur til afhendingar strax! Það er margra mánaða bið eftir þessum bílum í heiminum í dag. Verð: 5.200.000,- án vsk.

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

## Bílar til sölu



Honda HRV 2004, 4wd, í flottu ástandi, sjálfsk, ný dekk, ekinn 119þús Verð 600.000 kr S. 865-6889

## Bílar óskast

### VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?

Kaupum bíla 25-250þús  
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

## Þjónusta

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

## Húsviðhald

Rúnar Múrari ehf  
S. 774 3800  
Innimálning  
Parketlagning  
Gluggaskipti  
Múrviðgerðir  
Epoxy  
Pakskipti  
runarmur@gmail.com

## FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

## Nudd

### NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

## Rafvirkjun

### RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskripti, myndsimar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

**GEFÐU HÆNU**  
gjofsemgefur.is  
907 2003  
 Hjálparstarf Kirkjunnar

## Keypt & Selt

## Til sölu

### Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
www.gitarinn.is



### Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali

Verð við allra hæfi



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



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

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Halðu samband og við metum ástandið.

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

**PANTÍÐ SKOÐUN**  
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520

**Mið-Dalur A2**  
801 Rangárþing eystra

**1,9 hektara land undir Eyjafjöllum**  
Rangárþingi eystra með tveimur húsum

- Stærra húsið er 43 fm og minna húsið 20 fm
- Kalt vatn og rafmagn
- Eldra húsið endurnýjað að innan
- Fallegt land umvafið náttúruperlum

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

Verð: **39 millj.**

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



systemair

## Heilbriggt loft - heilbriggt heimili

- Betri loftgæði
- Rétt rakastig
- Minni líkur á myglusveppum
- Minna ryk
- Færri veirur og bakteríur
- Minna orkutap

# Loftskiptikerfi

varmaendurvinnsla - loftsíun - loftskipti





## Heilsa

## Heilsuvörur



## Skólar &amp; Námskeið

## Námskeið



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

Only 1-4 students per course  
! Also Special Icelandic for Thais, Vietnamese and Chinese. Sérnámskeið: Íslenska f. Tælendinga, Vietnama og Kinverja. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/Also Special courses for Health Personnel. Enska fyrir Leiðsögumenn/ Icelandic for Guides. Start: 19/9, 3/10, 17/10, 31/10, 28/11, 12/12. \* 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. Stéttarfélag endurgreiða 50-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans.is - facebook.com/icetrans. IceSchool-Fullorðinsfræðslan, Ármúli 5. 108, s. 8981175.

Ábendingarnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



## Húsnæði

## Húsnæði óskast

**LÍTIL ÍBÚÐ/STUDIO**  
Lítill íbúð/studio m/fullbúíð eldhúsi óskast til leigu. Sími 897 7449

## Geymsluhúsnæði

Óska eftir plássi f. húsbil í vetur. Uppl. í s. 893 7429

## FERÐAVAGNAGEYMSLA

Til leigu vetrargeymsla fyrir fellli- og hjólhýsi á góðum stað í Reykjavík. Uppl. í s. 846 2986.

**GEYMSLUR.IS**  
**SÍMI 555-3464**

Parftu þitt pláss? Við erum með nó af því. Allt að 20% afsláttur. [www.geymslur.is](http://www.geymslur.is)

## Atvinnuhúsnæði

## SKIPHOLT-SKRIFSTOFUHÆÐ.

Glæsileg skrifstofuhæð (penthouse) til leigu, ca 265 fm. Lyftuhús. Næg bílastæði. Útsýni. Góð lofthæð. Laus strax.

Norðlingholt- atvinnuþláss  
Gott atvinnuhúsnæði til leigu á jarðhæð ca 122 fm. Innkeyrsluhurð. Salur, skrifstofa, kaffistofa, snyrting. Laus fljótlega.

Nánari upplýsingar, Stefán  
s. 8952049, [stefan@storborg.is](mailto:stefan@storborg.is)

Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík  
Sími 552 1212 | [vinnvinn@vinnvinn.is](mailto:vinnvinn@vinnvinn.is) | [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is)

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

## Námskeið

## Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í MÍR salnum á Hverfisgötu 105.

Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales.

Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðin standa í 4 vikur.

Boðið er upp á byrjendanámskeið og framhaldsnámskeið.

### Byrjendanámskeið:

Mánudaga og miðvikudaga: 10:00 - 11:30

Mánudaga og miðvikudaga: 13:00 - 14:30

Þriðjudaga og fimmtudaga: 17:30 - 19:00

### Framhaldsnámskeið spænska II:

Mánudaga og miðvikudaga: 17:30 - 19:00

### Framhaldsnámskeið spænska III:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 13:00 - 14:30

### Framhaldsnámskeið spænska IV:

Mánudaga og miðvikudaga: 19:15 - 20:45

### Framhaldsnámskeið spænska V:

Þriðjudaga og fimmtudaga: 10:00 - 11:30

Við bjóðum einnig upp á einkatíma og stuðningstíma fyrir nemendur á menntaskólastigi.



Námskeiðin okkar byrja mánudaginn 3. október og þriðjudaginn 4. október og þeim lýkur svo fimmtudaginn 27 október. Verð á mann er 35.000 krónur.

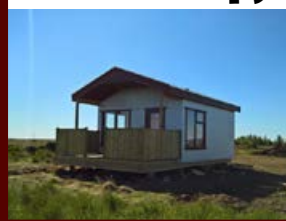
Upplýsingar í síma 790 5033 eða [spenskuskolinnhablame@gmail.com](mailto:spenskuskolinnhablame@gmail.com)

Facebook: Spænskuskólinn Háblame  
Instagram: [spenskuskolinn\\_hablame](https://www.instagram.com/spenskuskolinn_hablame)

## Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

### Ferðapjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is)  
eða í síma 899 0913 Fríða  
[www.reisum.is](http://www.reisum.is)



### ÞJÓNUSTU AUGLÝSINGAR

HAFDU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | [smaar@frettabladid.is](mailto:smaar@frettabladid.is)

### Geymsluskúrar /gestahús til sölu



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

Nánari uppl. [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is)  
s. 899 0913 Fríða, [www.reisum.is](http://www.reisum.is)

Alla fimmtudaga og laugardaga

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





reima

**BARNADAGAR**  
**20% AFSLÁTTUR AF REIMA!**

SPORTIS.IS

SPORTÍs

SKEIFAN 11  
108 RVK



Ragnhildur Gísladóttir neitar að staðna, hvort sem það er í listsköpun eða í lífinu sjálfu. Hún er í sífelli endurnýjun, lærði tennis fyrir um tveimur árum og segist efnileg í golfi. Eftir viku stendur hún á sviði Eldborgar, ein með hljómsveit í fyrsta sinn þótt ótrúlegt kunni að hljóma.

**F**innst þér þetta ekki merki-legt?“ svarar Ragnhildur þegar blaðamaður spyr hvort fram undan séu virkilega fyrstu sólótónleikar tónlistarkonunnar. „Ég fattaði þetta bara fyrst sjálf þegar leitað var til mín með þessa tónleika.“

Hún viðurkennir að hafa veigrað sér við að taka sér slíkt pláss.

„Ég þurfti að hugsa mig vel um, var lengi að pæla hvort ég vildi gera þetta og þá hvernig. Ég er svona næstum því kynslóðin sem hugsar alltaf: „Fyrirgefðu, ef mig skyldi kalla,“ segir Ragnhildur og hlær en segir að um leið og hún hafi komist yfir þá hugsun hafi hún farið að íhuga hvaða efni hún ætti til að halda heila tónleika. „Svo komst ég að því að ég þarf eiginlega að halda tvenna tónleika. Þessir verða meira popp og svo þarf ég að vera með aðra tónleika fyrir kammersveit seinna.“

Eftir langan og farsælan feril settist Ragnhildur á skólabeck Listaháskólans og lauk þaðan BA-gráðu árið 2008 og meistaraáráðu 2012.

„Ég kynntist þar tónsmíðaaðferðum sem urðu kveikjan að einhverju nýju. Það er svo mikilvægt að kynna sér hvað hefur verið gert, það var frelsi að fara í Listaháskólann.“

Brunaliðið, Grýlurnar, Stuðmenn, Ragga and the Jack Magic Orchestra: Ragnhildur Gísladóttir hefur komið víða við á ferli sínum og fengist við ólíkar tegundir tónlistar.

„Það er bæði krefjandi og skemmtilegt að vera tónlistarmaður á Íslandi. Það er alltaf búist við nýju og nýju frá manni. Maður getur bara dvalið í sínu í stuttan tíma í einu,“ segir hún og á við að þá þurfi ákveðna endurnýjun. „Ef maður er til að mynda í Ameríku eða Skandinavíu getur maður verið í sama boxinu í mörg ár og þar er í raun ekki tekið mark á þér nema þú sért í sama boxinu.“

### Ég er Ísland

Ragnhildur er sannfærð um að fjölbreytt náttúra og veðurfar hafi áhrif á okkur öll og skili sér í listsköpuninni.

„Við búum á eldfjalli og það hefur áhrif. Það er frelsi að taka það inn. Þetta er það sem ég er: Ég er þetta fjölbreytta veður, þessi fjölbreytta náttúra. Ég er Ísland.“

Ragnhildur er sífellt að skapa og hefur tekið að sér fjölbreytt verk undanfarin ár. Til að mynda sá hún, ásamt Péttri Jónssyni, um tónlistina í heimildarmyndinni Hækkum rána sem vann nýverið til Eddu-verðlauna sem besta heimildarmynd ársins.

„Það var mjög gaman að vinna það verkefni, þetta er merkileg mynd sem öll börn ættu að sjá með foreldrum sínum.“

Eins sömdu hún og Pétur tónlistina sem ómar í stjórnuverinu í Perlunni. Ragnhildur samdi tónlistina fyrir barnaleikritið Umskipting sem sett var upp í Þjóðleikhúsinu á síðasta leikári, en hún hefur áður samið tónlist fyrir fjölmörg leikverk. „Þannig fer maður inn í aðra heima og maður þarf að henda sér inn í söguna,“ segir hún.

### Upphafid í lúðrasveitinni Svani

Á tónleikunum í Hörpu ætlar Ragnhildur að fara í gröfum dráttum yfir feril sinn þó eins og fyrr segir sjái hún fyrir sér að til þess þurfi tvenna tónleika.

*Við munum öll eftir Ragnhildi í Grylunum og Stuðmönnum en hvar byrjaði ferillinn?*

„Upphafid var í lúðrasveitinni

# Ég er þetta fjölbreytta veður, þessi fjölbreytta náttúra



Björk  
Eiðsdóttir  
bjork  
@frettabladid.is

Svani. Ég gekk með þeim um göturnar leikandi á bassatrommu, á 17. júní, 1. maí og svo framvegis. Ég var eina konan til að byrja með og ekki nema 16 ára,“ segir Ragga og lýsir sér sem ljóshærðri með síða lokka með þetta stóra hljóðfæri sem bassatromman er. „Ég þurfti alveg að leggja mig í tvo daga eftir skróðgöngu,“ segir hún og skellir upp úr.

„Lúðrasveitir eru frábærar félagslega séð auk þess sem þær gefa krökkum kost á að læra á hljóðfæri sem að mínu mati er alger nauðsyn,“ segir hún með áherslu.

„Krakkar eiga ekki að þurfa að borga fyrir tónlistarnám. Ekki ertu að borga sérstaklega fyrir stærðfræðinám. Tónlistarnám á að vera algjör skylda fyrir börn, hvað sem þau fara í. Það er svo mikilvægt til að þjálfra fókus, tilfinningaþroska, tillitssemi, virðingu og sjálfsöryggi. Eins ættu allir að læra dans. Dans er ekkert bull eða eitthvað sem er eitthvað auka. Dans á að vera algjör skylda. Þannig færðu meðvitund um þig sjálf.“

Þetta er það sama og með tónlistina. Tengingin á milli vinstra og hægri heilahvels og sem forvörn

gegn andlegum sjúkdómum, þunglyndi og slíku.“

### Ekki þræll snjallforrita

Ragnhildur bendir á að þó komin séu frábær snjallforrit til að læra og skapa tónlist, og hún nýti sér tæknina í því síðarnefnda, sé mikilvægt að geta valið að sleppa því.

„Mér finnst að við þurfum að gefa börnum og hvert öðru leyfi til að sleppa snjalltækjunum. Mér finnst ekki eftirsóknarvert að vera þræll þessara forrita og vel að vera það ekki. Ég fylgist lítið með samfélagsmiðlum, les vefmiðla fyrir fréttir en annars ekki. Ég þarf ekki að setja mér reglur þegar kemur að þessari notkun. Við höfum öll þetta val.“

Það liggur mikið skipulag að baki stórtónleikum í stærsta sal landsins og ákvað Ragnhildur að vera sjálf hljómsveitarstjóri.

„Ég hugsaði með mér að það væri ekkert vit í að ráða hljómsveitarstjóra sem ég væri svo alltaf að stjórna,“ segir hún og bendir á að duglegt fólk eigi það til að hugsa að betra sé að gera hlutina sjálf. „Næst ætla ég að gera þetta öðruvísi,“ segir hún og hlær.

Ragnhildur Gísladóttir stendur ein ásamt hljómsveit á sviði Eldborgar um næstu helgi. Það er í fyrsta sinn sem þessi þálfvanna tónlistarkona kemur ein fram og hún meira að segja þurfti að sannfæra sjálfa sig um erindið.

MYND/SAGA SIG



Ég þurfti að hugsa mig vel um, var lengi að pæla hvort ég vildi gera þetta og þá hvernig. Ég er svona næstum því kynslóðin sem hugsar alltaf: „Fyrirgefðu, ef mig skyldi kalla.“

Ragnhildur valdi úrvals tónlistarfólk með sér. „Við erum átta í allt og allt geggjað tónlistarfólk sem er allt rosalega kreatívt og flínkt.“

### Tekur skemmtilegu lögin

Lagalistinn kom svo nokkurn veginn af sjálfu sér. „Ég tek eiginlega bara það sem mér finnst skemmtilegt. Það er fullt af lögum sem ég nenni ekki að taka í þetta sinn,“ segir hún og bætir við að fólk muni bæði heyra það sem það býst við og eitthvað muni eins koma á óvart. „Þetta verður bæði kósi og stuð og ég hef heyrt af mörgum hópum sem ætla að koma. Það er svo gaman að eiga svona marga ólíka og dásamlega vinahópa.“

Sjálf er Ragga í ræktarhóp sem hittist þrisvar í viku og hefur meðal annars prófað tennis saman, og nú er hún komin í golfið. „Það eru bara nokkur ár síðan ég byrjaði í því, við Birkir saman,“ segir hún og á þá við Birkir Kristinsson, eiginmann sinn.

„Ég er í stelpugrúppu sem er svaka skemmtileg og er komin með finar græjur. Ég er að bíða eftir að komast í klúbb og þá get ég farið að mæla forgjöfina. Ég er rosalega efnileg,“ segir hún og hlær. „Mér finnst gaman að vera úti í náttúrunni og ég held að það sé lífsnauðsynlegt. Fólk þyrfti ekkert endilega að kunna golf til að labba golfhringinn. Það kemur manni á óvart hversu falleg svæði þetta eru, maður sér það ekki frá þjóðvegnum,“ segir Ragnhildur sem segist sækja Nesvöllinn mest. „Það var reyndar geggjað þegar við Birkir keyrðum hringinn og stoppuðum á völlum allan hringinn. Eins og Vestmannaeyjavöllurinn, hann er algjör dýrð.“

### Sérsauaður golfatnaður

Aðspurð viðurkennir Ragnhildur að hafa verið með ákveðna forðoma gagnvart sportinu. „Enda var alltaf talað um golfið sem sport fyrir gamla karla.“ Ragnhildur fór á byrjendanámskeið fyrir nokkrum árum. „Ég fór að grenja því ég var svo spæld hvað ég var léleg, en maður þarf vist að skriða áður en maður fer að labba.“

Einhvern veginn er erfitt að sjá Ragnhildi með sinn einstaka stíl í Polo-ból og pliseruðu pils enda kemur í ljós að hún lét sauma á sig golfatnað.

„Ég fékk fyrst lánaðan bláan poka fyrir kylfurnar og til að hann virkaði í lagi lét ég sauma síðara pils en gengur og gerist og köflöttan topp við, þá var þetta komið í lag. Nú er ég komin með ógeðslega töff svartan poka sem er laus við merki,“ segir hún og viðurkennir að þola illa stórar merkingar á fatnaði og fylgihlutum.

„Ég set gaffer-teip yfir svona merki, ef þú vilt gefa mér eitthvað í jólagjöf þá er gaffer-teip góð hugmynd,“ segir Ragnhildur Gísladóttir hlæjandi að lokum, óhrædd og óstöðnuð. ■





Fjölbreytt úrval

# Skíðaferða

Val di Fassa, Madonna og Pinzolo



Fjöldi brottfara í janúar og febrúar

7 nætur

Flug & hótél frá

**149.500**

á mann



## Pinzolo

Hotel Pinzolo Dolomiti



📅 21. janúar í 7 nætur ★★★★★

**Frá kr. 149.500** á mann

verð m.v. 2 fullorðna saman í herbergi

Innifalið: Flug, Gisting, Hálf fæði

## Madonna

Alpen Hotel Vidi



📅 21. janúar í 7 nætur ★★★★★

**Frá kr. 248.200** á mann

verð m.v. 2 fullorðna saman í herbergi

Innifalið: Flug, Gisting, Hálf fæði

## Val di Fassa

Hotel Jan Maria



📅 21. janúar í 7 nætur ★★★★★

**Frá kr. 156.400** á mann

verð m.v. 2 fullorðna saman í herbergi

Innifalið: Flug, Gisting, Hálf fæði

➔ AÐRAR DAGSETNINGAR OG GISTIMÖGULEIKA FINNUR ÞÚ Á HEIMSFERDIR.IS

 Heimsferðir



595 1000

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

Fáðu meira út úr frúinu





Írönsk kona sem búsett er á Íslandi segir umræðuna um hijabinn vera á villigötum í þessum heimshluta.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
NÍNA RICHTER



Nina Richter  
ninarichter  
@frettabladid.is

## Og svo fremja þeir fjöldamorð

Írönsk kona sem búsett er á Íslandi telur norræna femínista hafa brugðist írönskum konum í jafnréttisbaráttunni. Hún segir ástandið í heimalandinu skelfilegt, lokað sé fyrir netsamband og ríkisstjórnin fremji fjöldamorð á eigin þegnum.

**K**onur í Íran leiða nú gríðarlega öldu mótmæla þar sem þær berjast fyrir auknu frelsi undir íslamska lýðveldinu. Íslamska lýðveldið er leitt af klerkastjórn, hverrar leiðtogar hafa gerst sekir um ótal mannréttindabrot og verið sakaðir um stríðsglæpi. Konur njóta takmarkaðra réttinda í ríkinu og eru undir stöðugu eftirliti „síðgæðislögreglu“, sem sökuð er um að beita konur kerfisbundnu ofbeldi.

„Í fyrsta lagi er ég rosalega ringluð, reið og sorgmædd,“ segir írönsk kona, búsett í Reykjavík, um ástandið í heimalandinu. Hún vill af öryggisástæðum ekki koma fram undir nafni, en við getum kallað hana Söru. Sara flutti til Íslands fyrir fimm árum síðan, gegnir stjórnunarstöðu hjá íslensku fyrirtæki, er vel menntuð og á gott tengslanet hér á landi. „Það eru svo margar ólíkar tilfinningar í gangi. Ég lifi mínu hversdagslega lífi á Íslandi, þarf að mæta til vinnu og brosa til fólks,“ segir hún. „Ég get ekki beinlínis rætt þessa hluti stöðugt við kollega mína, að þetta sé að gerast í heimalandinu mínu.“

### Skammast sín á Íslandi

Sara segist finna til skammar yfir því að vera á Íslandi þessa stundina, þegar hún finnur til forrættinda sinna. „Þegar ég vakna á morgnana og vel fötin sem ég klæðist og mæti til vinnu. Á sama tíma eru konur í Íran að berjast fyrir algjörum grundvallarmannréttindum,“ segir hún.

Sara segir mótmælin vera að ná nýju hámarki. „Það er alltaf styttra á milli þessara stóru mótmæla núna. Staðreyndin er sú að almenningur á sér enga rödd í vestrænum fjölmiðlum. Það gerir mig reiða. Það angrar mig og það angrar þjóðina,“ segir hún.

”

Ég sit hér og ég óttast um öryggi mitt og þori ekki að koma fram undir nafni. En klerkastjórnin hefur margoft látið taka fólk af lífi í öðrum löndum.

Sara segir að klerkastjórnin hafi slökkt á internet-aðgangi fyrir almenning í Íran. „Það er eitthvað sem þeir lærðu að gera fyrir nokkrum árum. Þá hugsuðu þeir: Jája, þetta internet er greinilega rosalega öflugt tæki. Þannig að hvenær sem þeir slökkva á netinu getur fólk ekki lengur komið ástandinu á framfæri, getur ekki hlaðið upp myndböndum og ljósmyndum og fólk um allan heiminn fær ekki aðgang að upplýsingum. Og svo fremja þeir fjöldamorð.“

Í gærmorgun reyndi Sara að senda foreldrum sínum og bróður skilaboð, en þau eru búsett í Íran. „Ég sá að skilaboðin komust ekki til þeirra og þá áttaði ég mig á því að þeir hafa slökkt á netinu aftur. Svona gera þeir þetta.“

### Morðið á Masha Amini

Sara segir að það nísti að sjá hversu ungir mótmælendurnir eru. „Þau eru bara fimmtán ára gömul úti á götunum. Af hverju á fimmtán ára gömul stúlka að þurfa að fara út á götu og krefjast einhverra grundvallarmannréttinda?“

Þessi tiltekna alda mótmæla hófst með dauða hinnar 21 árs gömlu Möshu Amini sem var handtekin af „síðferðislögreglunni“ þann 16. september fyrir að klæðast hijab-slæðunni á „rangan máta“.

Sara segir að hitamálið þessa

stundina sé hijabinn. „Það er ekki eina málið, að sjálfsögðu. Það eru ofsalega margir hlutir sem eru ekki í lagi. Efnahagsmálin eru í algjöru rugli, það er ritskodunin og frelsiskerðingin. Allt er rosalega dimmt. En akkúrat núna er áhugavert að fólkið í fremstu línu er konur. Þær eru að brenna hijabinn.“

Sara þagnar og ræskir sig. „Ég fæ gæsaþúð þegar ég tala um þetta.“

Hún þagnar aftur stutta stund. „En ég sé hversu hugrakkur þær eru. Ég sit hér og ég óttast um öryggi mitt og þori ekki að koma fram undir nafni. En klerkastjórnin hefur margoft látið taka fólk af lífi í öðrum löndum. Þeir senda morðingja til annarra landa. Ísland er auðvitað lítið og það er auðvelt að finna fólk hérna. En samt skammast ég mín smá fyrir að vera hrædd, vegna þess að svona margar konur heima eru að hætta lífi sínu fyrir mótmælin.“

### Vindurinn á hálsinum

*En man Sara eftir fyrsta augnablikinu þegar hún ferðaðist utan Írans sem fullorðin manneskja og tók niður hijabinn?*

Sara brosir áður en hún svarar. „Já, auðvitað. Ég man það rosalega vel. Ég var sautján ára og var að ferðast. Börn þurfa auðvitað ekki að klæðast hijab og ég hafði ekki áttað mig almennilega á þessu. En sautján ára þurfti ég að klæðast hijab í Íran. Ég ferðaðist til Tyrklands, sem er auðvitað múslimaríki, en það er mjög ólíkt. Þar er enginn skyldaður til að klæðast hijab,“ segir hún. „Þarna vorum við mamma, hún fór úr hijabinum og fannst það óþægilegt og var feimin við það. Ég gerði það líka en samt... bara það að finna vindinn á hálsinum og eyrunum var rosalega skrytið.“

Þó var óttinn aldrei langt undan. „Hvenær sem ég sá lögreglubíl varð ég rosalega hrædd. Þetta er ekki bara mín upplifun heldur eiginlega allra íranskra kvenna sem ég hef rætt þessa hluti við. Þær skrifa um þetta á samfélagsmiðlum, fyrstu skiptin sem þær hafa tekið af sér hijabinn á almannaferi erlendis. Þessi rosalegi ótti við alla bíla sem nálgast. Þetta er alltaf eins,“ segir Sara.

Sara segist hafa forðast ákveðnar götur og svæði þegar hún bjó í Íran og segir konur vara hver aðra við ef þær sjá „síðgæðislögregluna“ á sveimi.

„Þeir safna konum í sendiferðabíla og keyra þær í svona lögreglu-miðstöðvar, ekki lögreglustöðvar. Þeir gera svo bara hvað sem þeir vilja við konurnar. Oft er þeim nauðgað, en þetta er eitthvað sem enginn talar um,“ segir Sara.

### Femínismi á villigötum

Sara segir umræðuna um hijabinn á villigötum á Íslandi og í þessum heimshluta.

„Ég er ógeðslega þreytt á því að heyra fólk mála þetta einhverjum rómantískum litum, að þessi hluti menningar Mið-Austurlanda sé svo fallegur. Þetta nístir mig. Það er ekkert fallegt við þetta, þetta er ekki val þessara kvenna. Þetta er eitthvað sem fjölskyldur þeirra neyða þær til að gera og þær geta ekki einu sinni tekið þetta niður, án þess að finnst þær vera að gera eitthvað rangt.“

Sara segir að rödd íranskra kvenna hafi verið kæfð í vestrænum fjölmiðlum. „Viðkvæðið er alltaf að verið sé að hlusta. Og auðvitað er Íran fallett land og margt fallett við það. En það er þessi myrka hlið – ég vildi að fólk myndi heyra hana oft og gangast við þeirri staðreynd að það er gríðarlegur fjöldi kvenna þarna. Þetta er 80 milljóna manna land og þarna eru fjórutíu milljónir kvenna.“

Sara segir íslenskar konur og norrænar konur vera stöðugt að tala um jafnrétti kynjanna, en það dugi skammt þegar komi að málefnum kvenna í Íran.

„En ég hef ekki heyrt eina manneskju tala um þessi mál. Feministarnir hér vilja miklu frekar tala um það sem er auðvelt í feminism-anum. Sjálfsfróunar-tabú eða eitthvað. Auðvitað er það alveg mikilvægt líka. En ef við ætlum í alvöru að tala um kvenréttindi, eigum við þá ekki að tala um réttindi fyrir allar konur í heiminum? Þetta angrar mig mjög mikið.“ ■

Nánar á [frettabladid.is](https://frettabladid.is)

”

Femínistarnir hér vilja miklu frekar tala um það sem er auðvelt í feminism-anum.



SÖNGLEIKURINN

# SEM Á HIMNI



**Kortasala í fullum gangi!**

**leikhusid.is**





# Haustið í allri sinni dýrð



Birna Dröfn  
Jónasdóttir  
birnadrofn  
@frettabladid.is

Rútína, haustlitir, súpur, teppi og rigningardagar einkenna haustið sem nú er gengið í garð. Margir taka haustinu fagnandi en aðrir gráta sumarið og stemninguna sem því fylgir. Fréttablaðið hefur tekið saman tillögur að skemmtilegum og nyttsamlegum hugmyndum fyrir haustið.

**F**yrsta haustlægðin gengur yfir landið um helgina með tilheyrandi gulum víðvörnum víða. Jafnvel má búast við snjókomu eða slyddu á Norðurlandi-Eystra. Þá er um að gera að taka

haustinu fagnandi, hjúfra sig uppi í sófa og horfa á sjónvarpið, elda góðan mat og borða saman. Ef veðrið leyfir er dásamlegt að fara í skógarferð með nesti og skoða haustlitina.

Margir segja haustið sína uppáhaldsárstíð. Sérstaklega þau sem vilja fasta rútinu, en haustið er hinn fullkomni tími til að skipuleggja sig og komast aftur í rútinu eftir sumarið.

Á norðurhveli jarðar eru mánuðirnir september, október og nóvember almennt taldir til hausts, en á suðurhveli eru mánuðirnir mars, apríl og maí haustmánuðir. ■

## Eldaðu mat

Hluti af haustrútinunni er að byrja að elda kvöldmat. Á sumrin leyfum við okkur frekar að setjast á veitingastað, fá okkur hamborgara í vegasjoppu á ferðalaginu eða taka með okkur skyndibita heim. Með dimmari og kaldari dögum getur bæði það að borða mat og elda mat verið skemmtileg og góð stund.

Þegar tími gefst til er fráþætt að elda mat saman, öll fjölskyldan, eða þú með maka þínum eða vinum. Hina dagana er kjörið að skipta matseldinni á milli fjölskyldumeðlima, mamma eldar einn daginn, pabbi annan daginn og krakkararnir þann þriðja, til dæmis.



Skerið laukinn smátt, annað grænmeti í grófa bita og setjið í ofnskúffu. Blandið saman ólífúolíu og vel af salti og pipar og nuddið á grænmetið. Hellið um hálfum bolla af soðinu yfir grænmetið og bakið í ofni við 200°C í 40 mínútur. Snúið grænmetinu eftir 20 mínútur svo það bakist jafnt. Maukið grænmetið í blandara, í nokkrum skömmtum, með hluta af soðinu og setjið í stóran pott. Bætið afganginum af soðinu út í pottinn ásamt smátt skorinni ferskri basilíku og sítrónusafa. Þynnið með vatni ef súpan er of þykk. Kryddið eftir smekk. Gott er að toppa súpunu á disknum með rauðu pestói eða rjóma. ■

Það getur alltaf verið gaman að elda mat en það er sérstaklega gaman þegar fjölskyldan gerir það saman.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
GETTY

## Skógarferð

Litir haustsins í allri sinni dýrð eru mikið sjónarspil svo skógarferð er fullkomin afþreying á haustin. Nýttu tækifærið og skoðuðu og safnaðu laufunum sem fallið hafa af trjánum. Þau má til dæmis nota í fönður síðar meir.

Kærkomið er að taka með sér nesti og setjast niður í skóginum, njóta ferska loftsins og jafnvel gæða sér á bolla af heitu súkkulaði. Haustlitirnir myndast einnig vel svo sniðugt er að taka fjölskyldumyndir í skóginum, ein hugmynd er að kasta upp hrúgu af laufum og reyna að ná mynd þegar þau falla aftur til jarðar.

Af hverju koma haustlitirnir? Sólarljós ræður mestu í því sambandi, en hiti getur einnig haft veruleg áhrif á myndun litarefna. Sumar plöntur mynda til dæmis rauðan lit (antósíanín-síanidín) í laubblöðum á haustin, en hversu sterkur liturinn verður fer eftir hitasveiflu. Rauði liturinn getur verið mjög sterkur ef dagshiti á hausti er hár og næturhiti miklu lægri. Þetta gerist sjaldan í Reykjavík.

HEIMILD: VÍSINDAVEFURINN



Göngutúr í haustlitunum er frábær afþreying fyrir alla fjölskylduna.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
GETTY

## Skipuleggðu þig

Að loknu sumarfríi er gott að komast aftur í rútinu með haustinu. Þegar skólar og leikskólar byrja að nýju og rútinan í vinnunni tekur við er gott að skipuleggja sig. Í snjallsímum eru til alls konar öpp til að halda utan um skipulagningu og margir nota einnig dagatalið í símanum en við mælum einnig með því að nota dagbók.

Sjónrænt skipulag á síðum dagbókarinnar getur hjálpað mörgum við að halda rútinu og skipulagi. Skrifðu hjá þér hvernær þú átt að skila verkefnum, tímasetningar funda og æfinga hjá bæði þér og börnunum, afmælisdaga og aðra merkisatburði. Ef þú vilt vera sérstaklega skipulögð eða skipulagður skaltu litakóða það sem þú skrifar í bókina.



## Hin fullkomna haustsúpa

1 blaðlaukur  
2 gulrætur  
1 kúrbítur  
1 eggaldin  
1 bufftómatur  
2 kartöflur  
½ rófa  
2½ bolli af grænmetis- eða kjúklingasoði  
1 msk. ólífúolía  
1 msk. fersk basilíka  
1 msk. sítrónusafi  
Salt og pipar



## Sjónrænt skipulag á síðum dagbókar getur hjálpað mörgum við að halda rútinu og skipulagi.

## Hafðu það kósi uppi í sófa

Þegar grátt og blautt er úti er fullkomið að eiga kósi dag í sófanum og slaka á. Popp í skál, teppi, jogginggalli og eitthvað skemmtilegt að horfa á er uppskrift að góðum degi.

Við mælum með kvikmyndinni Prey og þáttunum Under the Banner og Heaven á Disney+, þáttunum Uncoupled, Ozark og Partner Track á Netflix og gamalli góðri klassik líkt og Konungi ljónanna, Aladdin, Casablanca og Clueless.

Þá er alltaf forvitnilegt og gaman að horfa á heimildarmyndir og -þætti. Við mælum með Keep Sweet Pray and Obey, Alien Worlds, Fantastic Fungi, Seaspiracy og The Keepers, sem allt er aðgengilegt á Netflix.

Karamellupoppið er auðvelt að útbúa og það er sérstaklega bragðgott.



## Geggjað karamellupopp til að njóta í sófanum:

100 g sykurl  
3 msk. smjör  
½–1 dl rjómi  
Sjávarsalt  
1 poki poppi eða einn meðalstór pottur af poppi

Setjið sykurlinnu á pönnu og bræðið við vægan hita. Passið að hafa hitann ekki of háan og fara hægt af stað. Takið pönnuna af hellunni þegar sykurlinn er allur bráðinn og bætið smjörinu saman við og hrærið vel. Hellið rjómanum út í karamelluna og hrærið þar til karamellan er þykk og fin. Í lokin er saltinu bætt saman við. Hellið poppinu í skál og sósunni yfir poppið.



# ILVA

20%



22. - 27.  
SEPTEMBER

## HÖNNUNAR DAGAR

13%



**FOCUS SJÓNVARPSSKENKUR**  
139.900,- NÚ 121.995,-  
ÞÚ SPARAR 17.905,-

**PERK HÆGINDASTÓLL**  
79.900,- NÚ 63.995,-  
ÞÚ SPARAR 15.905,-

13%



**FOCUS VEGGHILLA**  
145.900,- NÚ 126.995,-  
ÞÚ SPARAR 18.905,-

20%



**NORRLAND BORÐSTOFUSTÓLL**  
44.900,- NÚ 35.995,-  
ÞÚ SPARAR 8.905,-

21%



**SALO BORÐSTOFUBORÐ**  
139.900,- NÚ 109.995,-  
ÞÚ SPARAR 29.905,-

20%



**RICHMOND SÓFABORÐ**  
59.900,- NÚ 47.995,-  
ÞÚ SPARAR 11.905,-

16%



**FLEXLUX HÆGINDASTÓLL**  
309.900,- NÚ 259.995,-  
ÞÚ SPARAR 49.905,-

23%



**HERITAGE SKENKUR**  
169.900,- NÚ 129.995,-  
ÞÚ SPARAR 39.905,-

29%



**SELMA 2JA SÆTA SÓFI**  
149.900,- NÚ 105.995,-  
ÞÚ SPARAR 43.905,-

25%



**COPENHAGEN GÓLFLAMPI**  
39.995,- NÚ 29.995,-  
ÞÚ SPARAR 10.000,-

36%



**BRAY BORÐSTOFUSTÓLL**  
24.900,- NÚ 15.995,-  
ÞÚ SPARAR 8.905,-

20%



**FOCUS HLÍÐARBORÐ Ø50CM**  
69.900,- NÚ 55.995,-  
ÞÚ SPARAR 13.905,-

12%

**FOCUS SÓFABORÐ 45 X 90CM**  
99.900,- NÚ 87.995,-  
ÞÚ SPARAR 11.905,-

ALLT AÐ 36%  
AF VÖLDUM  
VÖRUM

ILVA Garðabæ, s: 522 4500 [www.ilva.is](http://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](https://www.facebook.com/ilvaisland)

 [INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND](https://www.instagram.com/ilvaisland)





✝

Elskulegur pabbi okkar,  
tengdapabbi, afi og langafi,  
**Guðmundur Jóhannesson**  
Hjúkrunar- og dvalarheimilinu  
Höfða, Akranesi,

Lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu  
Höfða Akranesi mánudaginn 19. september sl.  
Útförin fer fram frá Akraneskirkju föstudaginn  
30. september kl. 13.00. Blóm og kransar afþakkaðir en  
þeim sem vilja minnst hans er bent á Blindrafélagið.  
Sérstakar þakkir til starfsfólks Hjúkrunar- og dvalar-  
heimilisins Höfða fyrir kærleiksrika umönnun og hlýju.  
Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirkju:  
akraneskirkja.is

**Sveinfríður Á. Guðmunds Slet**    **Niels Slet**  
**Ólafur Jón Guðmundsson**    **Hrafnhildur Skúladóttir**  
**Skúlína Hlíf Guðmundsdóttir**    **Björn Guðmundsson**  
**Guðmundur S. Guðmundsson**    **Geraldine Guðmundsson**  
barnabörn og barnabarnabörn.

## FALLEGIR LEGSTEINAR



Hefðbundin áletrun og uppsetning  
á höfuðborgarsvæðinu  
á legsteini er innifalið

Eyrartröð 16  
220 Hafnarfirði  
Opíð kl. 11-16 virka daga

**Bergsteinar**  
legsteinagerð

Eyrartröð 16, 220 Hafnarfirði  
sími: 537-1029, www.bergsteinar.is

*Mærgætni, hlýja og virðing*    *Við andlát ástvinar*



**ÚTFARARSTOFA**  
**REYKJAVÍKUR**

Álfheimum 35, 104 Reykjavík  
Sími 553 5353 og 821 5353  
www.usr.is  
isleifur@usr.is

**Ísleifur Jónsson**    **Steinunn Magnúsdóttir**  
Útfararstjóri    Útfararþjónusta  
Farsími 821 5353    Farsími 861 3441    **Þjónusta allan sólarhringinn**

## ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

www.utfarin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892  
Komum til aðstandenda og raðum skipulag sé þess óskað



Sverrir Einarsson    Jóhanna Eiríksdóttir    Jón G. Bjarnason  
S: 896 8242    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  
Allur arður af þjónustunni rennur til reksturs kirkjugarðanna



Kristín segir að sextugsafmælið væri ekki stórmál ef hún hefði sjö fingur.

FRÉTTABLAÐIÐ/SITRYGGUR ARI

## Fagnar fimm dúsínum

Kristín Ómarsdóttir rithöfundur og skáld er sextug í dag en vann sér í haginn með því að fagna tímamótunum í Feneýjum.

arnartomas@frettabladid.is

„Þetta minnir mig svolítið á það þegar ég varð þrítug, en samt er ég í allt annarri aðstöðu,“ segir Kristín Ómarsdóttir, rithöfundur og skáld, sem fagnar sextugsafmæli í dag. „Ég fór aðeins að hugsa þegar ég varð þrítug og ég er líka að hugsa núna.“

Mikilvægi tímamótanna segir Kristín tilkomið vegna tugakerfisins.

„Ég er með tíu fingur og hef lifað í sex áratugi,“ útskýrir hún. „Ef ég væri með sjö fingur þá væri þetta ekki stórmál, en þá væri sjötíu rosalega stórt.“

Þá er mikilvægið eiginlega tvöfalt þar sem að tólf gengur líka upp í sextíu.

„Nú er ég búin að lifa fimm dúsínum og sex tugi svo að þetta er eiginlega risastórt afmæli,“ segir hún. „Það er ekki oft sem tólf og tíu ganga upp í sömu tölu. Það er eiginlega bara þegar maður er sextugur og svo aftur hundrað og tuttugu ára.“

Bládamaður hripar í kjölfarið x við dagsetninguna 24. september 2082 á verkefnalistaum.

### Maráþonfögnuður í Feneýjum

Kristín hefur engin sérstök áform um að fagna dúsínum fimm en hún tók forskot á sáluna í Feneýjum.

„Ég hélt upp á það með vinkonu minni en við erum báðar í Voginni. Hún er fimmtug, ég er sextug og vinátta okkar er tvítug,“ segir Kristín um afmælin þrjú. „Við förum til að sjá Tvíæringinn og sáum líka fullt, fullt af myndlist.“

Það eru margir sem líta á lífið sem eins konar maráþon en Kristín er ekki ein þeirra.

„Ég heyrði það frá vinkonu minni að fólk fari í ferðalag og eyði alveg rosalega miklum peningum fyrir að hafa náð svona langt í maráþoninu,“ segir hún.

### Sorgmædd yfir engu

Nýjasta bók Kristínar, smásagnasafnið Borg bróður míns, kom út í fyrra. Hún er nú önnur kafin við að skrifa bók og þækur en það komi ekkert út frá henni í ár.

„Ég verð kannski með bók á næsta eða þarna ári – eða ég veit það ekki alveg. Þegar maður er sextugur þá er ekki planað svona langt fram í tímann,“ segir hún. „Þessi bók er víðamikil og um svo margt, en ekkert endilega rosalega þykk.“

Að lokum hverfur Kristín aftur í minningu sína af þrítugsafmælinu.

”

Ef ég hefði sjö fingur þá væri þetta ekki stórmál, en þá væri sjötíu rosalega stórt.

„Ég varð rosalega sorgmædd með jafnaldra vinkonu minni þar sem við sátum úti á bekk, báðar nýorðnar þrítugar,“ segir Kristín og skellir upp úr. „Okkur fannst þetta ekki gaman og mér þótti þetta rosalega erfitt í níu mánuði, en þá hætti mér allt í einu að finnast þetta erfitt. En ég gleymi því ekki þegar við sátum þarna tvær og hún var með barnavagn. Það var sól og voða fallegt veður, en svalt svona eins og það er á haustin. Voða fallegt en við rosalega sorgmæddar yfir engu.“



✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,  
tengdafaðir, afi og langafi,  
**Kristinn Jónsson**  
prentari,  
Þorragötu 7, Reykjavík,

Lést á Landspítalanum mánudaginn  
19. september. Útför hans fer fram  
frá Neskirkju, föstudaginn 30. september kl. 15.

**Björk Aðalsteinsdóttir**

**Jón Aðalsteinn Kristinsson**    **Bryndis Guðmundsdóttir**  
**Guðný Hildur W. Kristinsdóttir**    **Mark Wilson**  
**Hilmar Þór Kristinsson**    **Rannveig Eir Einarisdóttir**  
**Arna Björk Kristinsdóttir**    **Ingimar Guðmundsson**  
barnabörn og barnabarnabörn.



✝

Elsku hjartans móðir okkar,  
tengdamóðir og amma,  
**Guðný Svava Guðjónsdóttir**  
frá Strandbergi,  
myndlistarkona,  
til heimilis í Reykjavík,

Lést á Víflsstöðum þann 19. september.  
Útför hennar fer fram í Fossvogskapelli fimmtudaginn  
29. september klukkan 15.

**Guðjón Bragi Benediktsson**    **Clarivelle Rosento**  
**Rafn Benediktsson**  
**Erla Ósk Benediktssdóttir**    **Garðar Gylfason Malmquist**  
og barnabörn.





**Eucerin**<sup>®</sup>

VAKNAÐU MEÐ  
**NÝJA HÚÐTILFINNINGU**

1 FYLLIR 2 GEFUR RAKA 3 ENDURNÝJAR

MOISTURE BOOSTER NIGHT CARE  
OFURLÉTT ÁFERÐ

**NÝTT**





# Látra-Bjargarhátíð á heimaslóðum skáldsins

arnartomas@frettabladid.is

Kammerhópurinn ReykjavíkBarokk stendur fyrir Barnamenningarhátíð-Látra-Björg í heimabyggð í Árskógar-skóla næsta þriðjudag. Hátíðin er ætluð grunnskólabörnum í Dalvíkurbyggð og tileinkuð skáldkonunni Björgu Einarsdóttur sem bjó þar.

„Við hjá ReykjavíkBarokk höfum á síðustu árum verið að fjalla um kven-tónskáld og komum niður á Látra-Björgu sem fæddist á Stærra-Árskógi,“ segir Diljá Sigursveinsdóttir, ein af hópnum. „Við fléttum saman skáldskapinn við tónlist eftir Maddalenu Sirmen sem var ítölsk samtímakona Bjargar. Við höfum verið að leika okkur með þetta tónleikhúsform sem okkur finnst að nái til breiðrar fylkingar, bæði barna og eldri.“

Verkið var frumflutt í Reykjanesbæ í fyrra. Nú hefur hópurinn fengið styrk frá Barnamenningarsjóði til að færa söguna norður á heimaslóðir Látra-Bjargar.

„Látra-Björg var á yngri árum líka sjókona og skáldskapur hennar er mjög náttúrutengdur,“ útskýrir Diljá. „Þekkt-



Verkið ber heitið Sjókonur og snillingar og var frumflutt í fyrra.

MYND/ADSEND

asta vísan hennar er Fagurt er í Fjörðum sem er einstaklega falleg lýsing af landslaginu við Látraströnd.“

Síðar meir fór Látra-Björg á flakk um landið og er meðal annars til eftir hana vísa frá því að hún var í Viðey.

„Hún var líka kölluð ákvæðaskáld, því fólk hét á hana og bað hana um að semja vísur ef eitthvað þyrfti að storka örlögnum. Hún var fátæk kona en hafði sterka réttlætiskennnd og vildi ekki beygja sig undir valdið,“ segir Diljá. ■



Móðir okkar,  
**Anna Kristín Hauksdóttir**  
hjúkrunarfræðingur frá Akureyri,  
lést 1. september í Edmonds,  
Washington BNA.

**William Haukur Box**  
**Kenton Snorri Box**  
**Adrienne Stephanie Box**



Okkar ástkæri eiginmaður, faðir,  
tengdafaðir, afi og langafi,  
**Tómas Guðmundsson**  
fv. prófastur,

lést laugardaginn 17. september.  
Útförin fer fram þann 27. september  
í Langholtskirkju kl. 13.00.

Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Blindrafélagið.

**Anna Ólöf Sveinbjörnsdóttir**  
**Sveinbjörn Tómasson** **Dagmar Ásgeirsdóttir**  
**Ólöf Elin Tómasdóttir** **Isleifur Sveinsson**  
**Guðmundur Tómasson** **Fríða Jónsdóttir**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,  
amma og langamma,

**Hallbera Sigriður**  
**Ísleifsdóttir**

Egilsbraut 9, Þorlákshöfn,

lést á hjúkrunarheimilinu Hömrum í  
Mosfellsbæ þriðjudaginn 13. september.

Útförin fer fram frá Þorlákskirkju í Þorlákshöfn  
fimmtudaginn 29. september klukkan 13.00.

**Lilja Arnardóttir**  
**Ísleifur Arnarson**  
**Elsa Arnardóttir**  
**Erlingur Örn Arnarson**

**Hróbjartur Óskarsson**  
**Patricia Bono**

barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar, afi, stjúpfaðir,  
bróðir og tengdafaðir,

**Baldur Sveinn Baldursson**  
framkvæmdastjóri,

lést á heimili sínu á Spáni 31. ágúst.

Útför hans fer fram í Grafarvogskirkju  
miðvikudaginn 28. september kl. 13.00.

**Baldur Ingi Baldursson**  
**Birgir Baldursson**  
**Kristinn Guðmundsson**

**Gerður Björk Wendel**

**Ingibjörg Soffía Sveinsdóttir** **Baldur Jóhann Baldursson**  
**Benedikt Thor, Hrafnhildur Eva,**  
**Viktória og Friðrik Theodór**



Ástkær eiginkona mín og móðir okkar,  
**Guðriður Guðmundsdóttir**  
Didda

lést laugardaginn 17. september á  
Landakoti. Hún verður jarðsungen frá  
Fríkirkjunni í Reykjavík þriðjudaginn  
27. september klukkan 13.

**Ragnvald Larsen**  
**Garðar, Gróa Erla, Anna María, Kristin Ragnhild**  
og ástvinir.



Ástkær móðir mín, tengdamóðir,  
amma og langamma,

**Gígja Jóhannsdóttir**  
fiðluleikari,

lést á Landspítalanum þann  
19. september. Útför hennar fer fram  
frá Bústaðakirkju, fimmtudaginn  
6. október klukkan 13.00.

**Jóhann Friðgeir Valdimarsson** **Íris Björk Viðarsdóttir**  
**Valdimar Viktor Jóhannsson** **Ragnhildur Hauksdóttir**  
**Viðar Snær Jóhannsson**  
**Gígja Björk Jóhannsdóttir**  
**Þóra Björk Valdimarsdóttir**



Elsku sonur okkar,  
bróðir og dóttursonur,

**Jonni Smáráson**  
Briertartúni 26,

varð bráðkvaddur á heimili sínu  
miðvikudagskvöldið 7. september.  
Útförin hefur farið fram í kyrrþey.

Þökkum innilega auðsýnda samúð og vinarhug.

**Jóhanna Sigurjónsdóttir** **Smári Jónsson**  
**Jóna Dögg Smáradóttir**  
**Jóna Magnúsdóttir**



Okkar ástkæri  
**Pétur Stefánsson**  
skipstjóri,

lést í faðmi fjölskyldunnar þann  
23. september á krabbameinsdeild  
Landspítalans.

**Þórunn Halla Guðmundsdóttir**  
**Sigurveig Viðisdóttir**  
**Sigríður Rósa Viðisdóttir**  
**Anna Aldís Viðisdóttir**  
**Ósk Viðisdóttir**



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,  
amma og langamma,

**Sigriður Th. Erlendsdóttir**  
sagnfræðingur,

sem lést laugardaginn 17. september  
verður jarðsungen fimmtudaginn  
29. september frá Fríkirkjunni  
í Reykjavík. Útförin hefst kl. 15.00.

**Ragnhildur Hjaltadóttir**  
**Kristján Hjaltason** **Rannveig Einarsdóttir**  
**Erlendur Hjaltason** **Aðalheiður Valgeirsdóttir**  
**Jóhanna Vigdís Hjaltadóttir** **Guðmundur Magnússon**  
og fjölskyldur.



Elskulegur frændi okkar og vinur,  
**Þorkell K. Jónsson**  
Litla-Botni, Hvalfirði,

lést á heimili sínu  
miðvikudaginn 21. september.  
Útför hans fer fram frá Akranesarkirkju  
mánudaginn 10. október klukkan 13.

**Fyrir hönd ættingja og vina,**  
**Kristin Sigurbjörg Pétursdóttir**  
**Kristjana Björg Sveinsdóttir**  
**Petra Steinunn Sveinsdóttir**



Elskuleg systir okkar og mágkona,  
**Sigurbjörg Árdís Lárusdóttir**  
til heimilis að Fellsenda, Dalasýslu,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands  
Akranesi þann 16. september sl. Útförin  
fer fram frá Akranesarkirkju mánudaginn  
26. september klukkan 13.00.

**Ísabella Lárusdóttir** **Lárus Stefán Ingibergsson**  
**Elinborg Lárusdóttir** **Birgir Snæfeld Björnsson**  
**Rannveig Lárusdóttir** **Guðmundur E. Björnsson**



Sólför ástkærs eiginmanns míns,  
föður okkar, afa, frænða og bróður,

**Hrafns Jökulssonar**

fer fram frá Hallgrímskirkju,  
föstudaginn 30. september, klukkan 15.  
Þeim sem vilja minnast Hrafns er bent á  
góðgerðarfélagi þágu barna.

Fólk er hvatt til að koma bjartklætt til kirkju á sólfarardegi.

**Oddný Halldórsdóttir**  
**Þorsteinn Máni Hrafnsson**  
**Örnólfur Hrafn Hrafnsson**  
**Þórhildur Helga Hrafnsdóttir**  
**Jóhanna Engilráð Hrafnsdóttir**  
**Ronald Mánason**  
**Zoey Elisabet Mánadóttir**  
**Styrmir Starri Örnólfsson**  
frændfólk og systkini.



Innilegar þakkir fyrir samúð og  
hlýhug vegna andláts og útfarar  
ástkærs eiginmanns míns, föður,  
tengdafaður og afa,

**Grétars Samúelssonar**  
húsasmiðameistara.

Sérstakar þakkir fá félagar í karlakórnum  
Fóstbræðrum fyrir fallegan söng við útförina og starfsfólk  
HERU líknarheimaþjónustu Landspítalans fyrir alla aðstoð  
og aðhlyningu.

**Þóra Þórisdóttir**  
**Ólafía Svandís Grétarsdóttir** **Sigmar Knútsson**  
**Vilhjálmur Þór Grétarsson**  
**Grétar Þór Grétarsson** **Íris Jensen**  
og barnabörn.

Til að birta andláts-, útfarar- eða  
þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að  
senda tölvupóst á [timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is)  
eða hringja í síma 550 5055.



JS WATCH CO. REYKJAVIK  
Sennilega  
Heimsins Minnsti  
Úra Framleiðandi



## ÚRSMÍÐAMEISTARI OKKAR MISSIR ALDREI EINBEITINGUNA

Gilbert Ó. Guðjónsson úrsmíðameistari og alþekktur fagmaður grandskoðar hvert einstakt úr áður en það yfirgefur verkstæði okkar. JS úrin eru íslensk hönnun og framleiðsla, sett saman á úrsmíðaverkstæði Gilberts, þar sem viðskiptavinir geta komið og hitt úrsmiðina sem setja saman úrin þeirra.

*JS Watch co.*  
REYKJAVIK

Úrvalið af JS úrum hefur aldrei verið meira og ættu flestir að geta fundið íslenskt úr við sitt hæfi en úrvalið má skoða á vefsíðu [www.gilbert.is](http://www.gilbert.is) eða [www.jswatch.com](http://www.jswatch.com).



**GILBERT**  
ÚRSMÍÐUR  
Laugavegi 62 - sími: 551-4100  
[www.gilbert.is](http://www.gilbert.is)

Kynntu þér málið á  
[www.jswatch.com](http://www.jswatch.com)









Síðasta sýningarvika  
Ekki missa af

**Erró**

**Sprengrí-  
kraftur  
mynnda  
í Hafnarhúsi**

Lokadagur  
**29. september 2022**  
Opið til kl. 22.00 þann dag!



[listasafnreykjavikur.is](https://listasafnreykjavikur.is)  
[artmuseum.is](https://artmuseum.is)  
[#listasafnreykjavikur](https://twitter.com/listasafnreykjavikur)  
[#reykjavikartmuseum](https://twitter.com/reykjavikartmuseum)

Hafnarhús  
Tryggvagata 17  
101 Reykjavík  
Iceland

Opið daglega  
Frá 10.00 til 17.00  
Fimmtudaga  
Frá 10.00 til 22.00

**AZTIQ**

ART MUSEUM ÍS  
SÍÐASTA SÝN-  
INGARVIKA  
REYKJAVÍKUR  
HAFNARHÚSI



## Laugardagur

## Hringbraut

- 18.30 Verkalýðsbaráttan á Íslandi, sagan og lærdómurinn - þáttur 5 (e)** Fimmti og síðasti þátturinn í heimildarseríu um sögu verkalýðsbaráttunnar á Íslandi í umsjá Sigmundar Ernís Rúnarssonar.
- 19.00 Undir yfirborðið (e)** Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni.
- 19.30 Heima er best (e)** Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits
- 20.00 Þjóðleikhúsið í 70 ár - þáttur 2 af 3 (e)** Stórafmælis þjóðleikhússins minnst í máli, myndum og upprifjun leikhússfélksins.
- 20.30 Verkalýðsbaráttan á Íslandi, sagan og lærdómurinn - þáttur 5 (e)**
- 21.00 Undir yfirborðið (e)**

## RÚV Sjónvarp

- 07.05 Smástund**  
**07.10 Tikk Takk**  
**07.15 KrakkaRÚV**  
**10.00 Ævar visindamaður**  
**10.25 Hálf t herbergi og eldhús**  
**10.55 Kappsmál**  
**11.55 Víkan með Gísla Marteini**  
**12.50 Kastljós**  
**13.05 Undraheimur ungbarna**  
**14.05 Ég vil vera skritin**  
**15.20 Mikilsverð skáldverk**  
**15.50 Sambúð kynslóðanna**  
**16.20 Tímaflakk**  
**17.10 Sporið**  
**17.40 Sætt og gott**  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Lesið í líkamann**  
**18.28 Hönnunarstirninn**  
**18.45 Landakort**  
**18.52 Lottó**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir**  
**19.35 Veður**  
**19.45 Hetty Feather Hetty Feather**  
**20.15 Ásgeir Trausti - Dýrð í dauðaþögn 10 ára**  
**22.00 Björgunarbátur Lifeboat** Dönsk spennumynd frá 2018. Iben og Thomas eru á rómantískri siglingu við gríska eyjaklasann þegar þau bjarga sýrlenskri flóttakonu um borð.
- Myndin er ekki við hæfi barna yngri en 12 ára.**
- 23.20 GoldGull**  
**01.15 Dagskrárlok**

## Sjónvarp Símans

- 12.00 Dr. Phil (117.170)**  
**13.30 Dr. Phil (119.170)**  
**14.15 Love Island (US)**  
**15.15 The Block**  
**17.00 90210**  
**17.45 Top Chef**  
**18.30 American Housewife**  
**19.00 Man with a Plan**  
**19.30 Love Island (US)**  
**20.30 The Kindergarten Teacher** Lisa Spinelli er leikskólakennari á Staten-eyju sem lifir frekar dauðu einkalífi en bætir það upp með því að sækja skóla þar sem hinn hrifandi Simon kennir nemendum sínum ljóðagerð.
- 22.10 Knight of Cups**  
**00.10 The Recruit** James Clayton er efnilegasti nýliðinn í leyniþjónustunni CIA. Gáfur hans og óvenjulegt viðmót, vekja athygli hjá hinum þaulreynda Walter Burke, sem velur hann úr þjálfunarbúðum leyniþjónustunnar til að vinna með sér, og rísa til metorða.
- 02.05 Love Island (US)**  
**02.55 The Hunter's Prayer**  
**04.25 Tónlist**

## Stöð 2

- 08.00 Barnaefni**  
**11.40 Það er leikur að elda**  
**11.55 Simpson-fjölskyldan**  
**12.20 30 Rock**  
**12.40 Bold and the Beautiful**  
**14.05 Bold and the Beautiful**  
**14.30 Blindur bakstur**  
**15.05 Dramaheimilið**  
**15.35 American Dad**  
**16.00 Gulli byggir**  
**16.40 GYM**  
**16.40 10 Years Younger Changed My Life**  
**17.45 Franklin & Bash**  
**18.27 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.50 Sportpakkinn**  
**19.00 Kviss**  
**19.45 Gorillas in the Mist**  
**21.50 Monster Hunter**  
**23.35 The Last Full Measure** Sannsöguleg mynd frá 2019 um stríðshetju úr Víetnamstríðinu. William H. Pitsenbarger var þyrilulæknir sem bjargaði meira en sextíu bandarískum fótgöngulíðum, áður en hann sjálfur lét lífið í einni af blóðugustu orrustum stríðsins.
- 01.25 Nobody**  
**02.55 Simpson-fjölskyldan**  
**03.15 30 Rock**  
**03.35 American Dad**

## Sunnudagur

## Hringbraut

- 18.30 Mannamál (e)** Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.
- 19.00 Suðurnesja-magasin**  
**Vikurfrétt (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum
- 19.30 Útkall (e)** Útkall er sjónvarpsútgáfan af svin-sælum og samnefndum bókaflökki 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-magasin**  
**Vikurfrétt (e)**

## RÚV Sjónvarp

- 07.15 KrakkaRÚV**  
**10.00 Með okkar augum**  
**10.35 Skógarnir okkar** Vaglakógur  
**11.00 Silfrið**  
**12.10 Kveikur**  
**12.55 Lifun - hlustun með Magga Kjartans og Gunna Þórðar**  
**13.30 Biðsalur eða betri stofa**  
**14.00 Tónatal** Friðrik Dór Jónsson  
**15.00 Fólki og firnindi** Á slóð Náttfara  
**15.40 Ég vil verða Mira á ný**  
**16.10 Jóhanna** Fyrri hluti  
**17.15 Útúrúr** Íslenski arfurinn  
**18.00 KrakkaRÚV**  
**18.01 Holly Hobbie**  
**18.25 Menningarvikan**  
**19.00 Fréttir**  
**19.25 Íþróttir**  
**19.35 Veður**  
**19.45 Landinn**  
**20.15 Bæir byggjast** Seyðisfjörður  
**21.05 Sanditon Sanditon** Leikin þáttaröð byggð á ókláraðri skáldsögu Jane Austen frá 1817. Þættirnir segja frá Charlotte Heywood, ungri konu sem flýst frá sveitaheimili foreldra sinna til sjávarþorpsins Sanditon.
- 21.55 Af líkama og sál Teströl és lélekröl** Ungversk kvikmynd frá 2017. Endre og Mária vinna bæði í sláturhúsi. Þegar þau átta sig á að þau hefur bæði dreymt sama drauminn, þar sem þau hittast í skógi sem dádýr og verða ástfangin, afráða þau að láta drauminn ræstast. Myndin er ekki við hæfi barna yngri en 12 ára.
- 23.50 Séra Brown Father Brown**  
**00.35 Dagskrárlok**

## Sjónvarp Símans

- 12.00 Dr. Phil (120.170)**  
**12.45 Dr. Phil (121.170)**  
**13.30 Love Island (US)**  
**14.30 Gordon Ramsay's Future Food Stars**  
**15.35 The Block**  
**16.55 90210**  
**17.40 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby**  
**18.40 Matarboð** Matreiðslumaðurinn Davíð Örn Hákonarson býður áhorfendum Sjónvarpi Símans í Matarboð um víða veröld. Í þáttunum ferðast Davíð til ólíkra landa, kynnist matarmenningu þeirra undir leiðsögn góðra vina.
- 19.15 Love Island (US)**  
**20.15 Brúðkaupið mitt**  
**20.50 Law and Order. Organized Crime**  
**21.40 Halo**  
**22.40 American Rust**  
**23.40 The Stand (2020)**  
**00.25 Love Island (US)**  
**01.15 FBI. International**  
**02.00 Chicago Med**  
**02.45 The Rookie**  
**03.30 Seal Team**  
**04.15 Resident Alien**  
**04.30 Tónlist**

## Stöð 2

- 08.00 Barnaefni**  
**12.10 30 Rock**  
**12.30 Nágrannar**  
**14.00 Nágrannar**  
**14.20 30 Rock**  
**14.40 Mr. Mayor**  
**15.05 Kviss**  
**16.15 60 Minutes**  
**16.30 Home Economics**  
**16.55 America's Got Talent. Extreme**  
**18.27 Veður**  
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.50 Sportpakkinn**  
**19.00 Gulli byggir**  
**19.40 Grand Designs. Australia**  
**20.30 The Heart Guy**  
**21.20 A Very British Scandal** Ástarlíf, launmál og grunsemdir. Hér eru á ferðinni magnaðir þættir sem fjalla um eitt alræmdasta, ótrúlegasta og hrottalegasta mál 19. aldar. Skilnað hertogans og hertogayjunnar af Argyll.
- 22.20 Agent Hamilton**  
**23.10 The Sandhamn Murders** Sænskur spennuþáttur sem byggður er á hinum vinsælu bókum ritöfundarins Viveco Stens.
- 00.40 Grace**  
**02.05 Queen Sugar**  
**02.50 Warrior**  
**03.35 The Unusual Suspects**

## Mánudagur

## Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin** Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Heima er best** Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits
- 19.30 Nýsköpun** Þáttur um nýsköpun í umsjón Páls Kr. Pálssonar
- 20.00 433.is** Sjónvarpsþáttur 433.is.
- 20.30 Fréttavaktin (e)** Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 21.00 Heima er best (e)** Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits



Þátturinn fjallar um skilnað hertogayjunnar af Argyll.

## Afar breskt hneykslismál

Margra augu hafa verið á bresku konungsfjölskyldunni eftir að Elísabet II. Bretadrottning lést þann 8. september síðastliðinn.

Á streymisveitum hefur áhorf á The Crown og aðra þætti og kvikmyndir sem fjalla um konungsfjölskylduna rokið upp en á Stöð 2 annað kvöld klukkan 21.20 verður sýndur þátturinn A Very British Scandal. Sem þýðist á íslensku sem: Afar breskt hneykslismál.

Þátturinn fjallar um eitt alræmdasta, ótrúlegasta og hrottalegasta mál 19. aldarinnar, skilnað hertogayjunnar af Argyll.

Hertogaynjann var gift hertogunum af Argyll en þegar hún skildi við hann var henni lýst sem lausgyrtri drós og sagt var um hana að marga menn þyrfti til að svala fýsnum hennar. ■

## ■ Við tækið

## JCVD í banastuði



Þorvarður Pálsson thp @frettabladid.is

Belgíska vöðvabúntið Jean-Claude Van Damme var á tiunda áratugnum ein stærsta hasarmyndahetja heims þó frægðarsól hans hafi aldrei risið jafn hátt og bandarískra starfsbræðra hans. Árið 1996 lék hann í Maximum Risk, fyrstu bandarísku kvikmynd leikstjórans Ringo Lam sem sló í gegn í Hong Kong árið 1987 með meistaraverkinu City on Fire.

Söguþráðurinn í Maximum Risk er einfaldur, enda er það hálfgera aukaatriði þegar um JCVD-mynd ræðir. Hann leikur franskan lögreglumann sem leitar svara í New York vegna dauða tvíburabroðursins með aðstoð kanadíska leikkonunnar Natasha Henstridge í hlutverki unnustu hins fallna broður.

Belginn er í fantaformi að vanda



og ber mann og annan af sinni alkunnu snilld. Ef þig vantar heillausa helgarkemmtun er hægt að gera mun verr en að setja Maximum Risk í gang. Hana má finna á Netflix. ■

Söguþráðurinn í Maximum Risk er einfaldur, enda er það hálfgera aukaatriði þegar um JCVD-mynd ræðir.

## GJAFALEIKUR

Heilsuvara vikunnar







SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT  
ÍSLANDS

# Græn Tónleikaröð

2022 | 2023

Stytttri tónleikar án hlés með kynningum á sviði, auk glæsilegra Vínartónleika. Frábær röð fyrir þau sem vilja njóta kjarnmikilla tónleika og kynna sér sögurnar á bak við meistaraverkin.

**Stolin stef** 6. október  
**Tónelskir töfrar** 10. nóvember  
**Vínartónleikar** 5. janúar  
**Á ferð og flugi** 9. febrúar  
**Bertrand de Billy stjórnar Brahms** 16. mars

---

Boðið er upp á sex ólíkar tónleikaraðir á starfsárinu, og er græna röðin ein af þeim. Áskrift að tónleikaröðum eða Regnbogakorti veitir þér 20% afslátt af almennu miðaverði. Auk þess fá áskrifendur 10% afslátt af viðbótarmiðum og af gjafakortum hljómsveitarinnar.

Tryggðu þér áskrift á [sinfonia.is](http://sinfonia.is) og í miðasölu Hörpu.

MIÐASALA/SINFONIA.IS



# EXTRA



gló

Gló to go!



999 kr.

Gló pasta og gos 500ml\*



1.599 kr.

Gló skál og gos 500ml\*



1.299 kr.

Gló vefja og gos 500ml\*

\*0,5 l gos í plasti frá Ölgerðinni

Barónsstígur

8-24

Akureyri

24/7

Reykjanesbær

24/7

## BÍLAR

FRÉTTABLAÐIÐ

24. september 2022 LAUGARDAGUR

# Ný Kona á markað á næsta ári

njall@frettabladid.is

Með tilkomu nýs Kia Niro á markað var þess stutt að biða að önnur kynslóð Hyundai Kona kæmi á markað. Samkvæmt veftímaritinu Auto Express verður bíllinn frumsýndur snemma á næsta ári, en verið er að prófa frumgerðir hans um þessar mundir. Búast má við að bíllinn verði á sama K3-undirvagni og Niro EV og mun því líklega koma sem tvinnbíl, tengiltvinnbíl og rafbíl, eins og hann. Tvinnbíllinn mun fá 1,6 lítra bensínvél og 1,32 kWst rafhlöðu svo að hann fær um 140 hestöfl. Hyundai Kona hefur hingað til ekki verið boðinn sem tengiltvinnbíl og ekki er víst að svo verði. Rafbíllinn mun fá 64,8 kWst rafhlöðuna ásamt 201 hestafla mótör á framdrifið. ■



Með betra loftflæði er líklegt að bíllinn nái 500 km drægi. MYND/AUTO EXPRESS



Stutt er síðan myndum af Toyota bZ3 var lekið á netið en hann er svipaður að stærð og Tesla Model 3.

# bZ3 fyrst á Kínamarkað

Samkvæmt frétt bílatímaritsins Autocar mun væntanlegur rafbíl Toyota, sem fá mun nafni bZ3, fara fyrst á markað í Kína þar sem slíkir bílar eru enn mjög vinsælir. Líklegt má teljast að stutt sé í að bíllinn komi á markað í Evrópu en talað hefur verið um 2024 í því sambandi.

njall@frettabladid.is

Athyglisvert er að Toyota gerði nýlega samstarfssamning við kínverska bílarisann BYD um notkun á nýju Blade-rafhlöðunni sem að



Toyota gerði samstarfssamning við kínverska bílarisann BYD um notkun á nýju Blade rafhlöðunni í Toyota bZ3.

getur tekið við meiri orku en aðrar rafhlöður af sömu stærð. Er nýju rafhlöðunni ætlað að vera í bZ3 líkt og hinum áhugaverða Seal frá BYD, en báðir þessir bílar munu þá keppa beint við Tesla Model 3.

Samkvæmt tækniupplýsingum um bíllinn frá iðnaðarráðuneyti Kína verður bZ3 með annað hvort 178 eða 238 hestafla rafmótör og mun eigin þyngd vera á bilinu 1.710-1.840 kíló. Ef bZ3 mun nota sömu 64,5 kWst rafhlöðu og nýr BYD Atto 3, sem hefur 420 km drægi, mun bZ3 hafa aðeins meira þar sem hann er með minni loftmótstöðu. ■

# Subaru XV fær nýtt andlit og nafn

njall@frettabladid.is

Kominn var tími til þess að Subaru XV fengi andlitslyftingu, en önnur kynslóð bílsins kom á markað árið 2018. Von er á þeirri útgáfu áður en langt um líður en tilkynnt hefur verið um bíllinn fyrir Japansmarkað. Má því búast við að bíllinn komi til Evrópu seint á næsta ári, en um leið fær bíllinn nafnið Crosstrek.

Að sögn Subaru er í raun um þriðju kynslóð bílsins að ræða, en Crosstrek-nafnið mun ekki leysa XV af hólmi alls staðar. Eins og sjá má af myndum er framendinn alveg nýr hvar sem á er lítið en að aftan minnir bíllinn nokkuð á Outback. Það er líka ný hönnun innandyra, en kominn er 11,6 tommu lóðréttur skjár í miðjustokkinn sem inniheldur meðal annars stjórnborð fyrir miðstöð. Mælarnir í mælaborði fá þó að halda sér áfram. Bíllinn mun fá tvinnútfærslu tveggja lítra Boxer-vélarinnar. ■



Framendinn er með þynnri ljósum, stærra grilli og endurhönnuðum stuðara og þokuljósum en að öðru leyti er bíllinn svipaður og áður. MYND/SUBARU



# Hauستtilboð

**Innifalið: Gráir steinar úr granít**  
**Grafskrift og skrautmynd (efst)**  
**Ledljós fylgir með lugt**  
**Uppsetning á höfuðborgarsvæði**  
**og Norðurlandi**  
**Frí sending um allt land**  
**Geymum steina ef óskað er**

**Tilboð 1**



**Sett eins og á mynd : 580.000**  
**Sett án blómaramma : 480.000**

**Tilboð 2**



**Sett eins og á mynd : 580.000**  
**Sett án blómaramma : 460.000**

**Tilboð 3**



**Hægt að setja 2 nöfn**  
**Sett eins og á mynd : 460.000**  
**Sett án blómaramma : 350.000**

**Tilboð 4**



**Sett eins og á mynd : 660.000**  
**Sett án blómaramma : 540.000**

**Tilboð 5**



**Sett eins og á mynd : 225.000**  
**Steinn án luktar : 175.000**



# Þetta er póesía en ekki vísindi



Þorvaldur S. Helgason  
tsh  
@frettabladid.is

Steingrímur Eyfjörð fjallar um litaskynjun og þjóðtrú á sýningunni Wittgenstein? & Félag um lifandi þjóðtrú í Hverfisgallerí.

Listamaðurinn Steingrímur Eyfjörð opnaði nýlega sýningu í Hverfisgallerí sem ber heitið Wittgenstein? & Félag um lifandi þjóðtrú. Í verkum Steingríms ber að líta textabrot og myndefni sem vísa annars vegar til skrifa heimspekingsins Ludwigs Wittgenstein um liti og hins vegar til íslenskrar þjóðtrúar. Hið fyrrnefnda verk á rætur sínar að rekja til sýningar sem Steingrímur hélt í Gallerí Suðurgötu 7 1978 ásamt Friðriki Þór Friðrikssyni.

„Þetta eru spurningar sem vísa í það sem ég var að lesa 1978, þegar ég hélt sýningu í Suðurgötunni. Þá gerði ég verk upp úr þessari hugmynd og nú er ég bara einhvern veginn að klára hana. Ég hef alltaf verið á leiðinni að gera eitthvað meira,“ segir Steingrímur spurður út í uppruna verkanna.

Steingrímur var sérstaklega undir áhrifum ritsins Bemerkungen über die Farben (Nokkur orð um liti), sem Wittgenstein ritaði 1950, ári fyrir andlát sitt.

„Það var aðallega þegar hann var að tala um litblindu og það allt saman og liti eins og rauðgrænan eða grænraudan. Það eru litir sem eru ekki til en þú getur sagt það og ímyndað þér þá. Þetta samtal sem verður ef þú ert að tala um liti og þú kemst að einhverri sameiginlegri niðurstöðu sem er byggð á einhverju allt öðru, þá getum við sagt að það sé eitthvað sem er ekki til,“ segir Steingrímur.

## Litir sem eru ekki til

Eitt af verkunum á sýningu Steingríms er þátttökuverk þar sem gestum er boðið að setja á sig mismunandi lituð gleraugu og virða fyrir sér litarenninga sem málaðir eru á vegg Hverfisgallerís. Gestirnir þurfa svo að ræða skynjun sína á litunum og



Steingrímur Eyfjörð leitaði í skrif þýska heimspekingsins Ludwigs Wittgenstein við sköpun verkanna á sýningunni.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK



Eitt af verkunum er þátttökuverk þar sem gestum er boðið að setja á sig mismunandi lituð gleraugu og virða fyrir sér litarenninga sem málaðir eru á vegg Hverfisgallerís.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK

að fjara út. En það er enn þá til fólk sem hefur reynslu af einhverju yfirnáttúrulegu,“ segir hann.

*Upplifðir þú eitthvað yfirnáttúrulegt þegar þú varst í sveit í Mýrdal?*

„Ekki nema bara að ég upplifði náttúruna. Ég lenti einu sinni í því að fara upp á fjall að reka kindur og þá bara fann ég að ég fór í gegnum vegg inn í einhvern heim sem mennirnir réðu ekki yfir. Það var eitthvað annað í gangi. Ég veit ekki hvort það var yfirnáttúrulegt en ég held að margir upplifi það sem fara á heidar eða einhvers staðar þar sem er bara náttúran og ekkert annað.“

## Myndlist en ekki rannsóknir

Í verkinu Félag um lifandi þjóðtrú fjallar Steingrímur einnig um liti með visunum í bláa blómið sem var tákn rómantísku stefnunnar á 19. öld og hvítbláa fánann sem Einar Benediktsson hannaði 1897.

„Þegar maður er að búa til listaverk þá veit maður ekkert hvað gerist fyrir fram. En þá kemur í ljós að það er bláa blómið, rómantíska tímabilið, sem vísar náttúrulega í Jón Árnason og svo Einar Benediktsson sem gerði Hvítbláann, hugmynd að fána að einhverju sem er ekki til í raunveruleikanum og það sama er með bláa blómið,“ segir hann.

Þótt Steingrímur vísi í ýmis fræði í sínum verkum þvertokur hann þó fyrir að stunda rannsóknarvinnu.

„Ég kalla það ekki rannsóknir. Þetta er náttúrulega bara myndlist. Það má ekki blanda þessu saman.“ ■

koma sér saman um niðurstöðu og rita hana á kítartöflu. Þegar niðurstaða er fengin skrifa gestirnir og teikna nafn litarins sem þeir gerðu samkomulag um og taka svo af sér mynd fyrir framan vegginn með polaroid-myndavél.

„En af því þau sjá sitt hvern litinn þá er hann ekki til, þannig að þau verða að komast að einhverju samkomulagi og skrifa það hérna á myndina. Það er náttúrulega bara frjálst, þetta er póesía en ekki vísindi,“ segir Steingrímur.

Í texta Steingríms sem hangir við hlið verksins segir: „Litir eru ekki til í heiminum heldur verða þeir til í huga þess sem horfir.“ Spurður út í þetta segir listamaðurinn:

„Þeir eru náttúrulega bara skynjun á einhverjum bylgjulengdum. Það er til fólk og það eru víst sérstaklega konur sem eru með fjórðu stúkuna sem geta séð útfjölublátt ljós og aðeins fleiri liti. Þá dettur manni í

hug hvort það sé einhver tegund af skyggni. Það er til fólk sem sér einhverjar verur og svo framvegis, það getur vel verið að það hafi þessa aukaskynjun.“

## Sálfræðileg landafræði

Hitt verkið á sýningunni ber titilinn Félag um lifandi þjóðtrú og er eins konar sálfræðileg landafræði af Reynishverfi í Mýrdal hvar Steingrímur var sendur í sveit á sjöunda áratugnum. Þar skoðar listamaðurinn þjóðtrú sem hann kynntist í sveitinni sem ungur maður.

„Þeir sem voru í sveit á 7. áratugnum, þeir muna eftir því að það var alltaf völvuleiði og einhver svæði sem eru svona „psychogeographical“. Þetta er í raun og veru bara eitthvað sem ég kalla lifandi þjóðtrú og hún er náttúrulega til enn þá hjá þjóðinni, það er fólk sem hittir huldufólk og álfa. Þetta er enn þá til til sveita þó svo að þetta sé kannski

# Hið smáa sagði heila sögu

## TÓNLIST

### Habanera

**Flytjendur:** Guðrún Jóhanna Ólafsdóttir, Francisco Javier Jáuregui gítarleikari og Sigurður Helgi Oddsson píanóleikari  
**Salurinn í Kópavogi**  
fimmtudagur 22. september

Jónas Sen

„Ef hægt væri að ímynda sér að hans hátign, Satan, myndi semja óperu, þá væri Carmen í þeim anda.“ Á þessum orðum hófst gagnrýni um hina sívinsælu óperu eftir Bizet, og birtist hún í Music Trade Review árið 1878. Gagnrýnandinn fann óperunni allt til foráttu, honum fannst hún síðlaus og aðalpersónurnar fráhrindandi.

Verkið fjallar um vafasama lágstéttarkonu sem með kynþokka sínum ógnar lífi virðulegs, heldri manns. Þetta heyrir í tónlistinni, söngur Carmenar, sem er sígaunakona með fortíð, er í óljósri tóntegund, það er, laglínurnar ferðast gjarnan upp og niður svonefndan

krómatiskan tónstiga. Þannig skapast óvissa, hlustandinn veit ekki alveg hvar hann hefur Carmen, hún verður því vafasöm í huga hans. Þar að auki er söngur hennar skreyttur danshrynjandi sem dregur athyglina að fögrum líkama hennar, enda er dans fyrst og fremst list líkamans.

## Dansinn frá Havana

Frægasta atriðið í Carmen nefnist Habanera, það er, dans frá Havana á Kúbu. Habanera var yfirskrift tónleika nýrrar tónleikaraðar sem hóf göngu sína á miðvikudagskvöldið. Röðin ber ber heitið Syngjandi í Salnum. Að þessu sinni hóf Guðrún Jóhanna Ólafsdóttir mezzó-sópran upp raust sína og var allur seinni hluti tónleikanna helgaður habanerum eftir mismunandi tónskáld. Lokaatriðið var einmitt arian fræga úr Carmen.

Tónleikarnir voru vandaðir. Guðrún Jóhanna hefur ekki mikla rödd sem sprengrir í manni hljóðhimnurnar, en hún er finleg og blæbrigðarík. Söngkonan kann þá list að láta hið smáa segja heila sögu:



Guðrún Jóhanna Ólafsdóttir og Francisco Javier Jáuregui.

MYND/ADSEND

túlkun hennar var ávallt merkingarþrungin og hrífandi.

## Þar sem allir draumar rætast

Habanerurnar eftir hlé voru margvíslegar, stundum dramatískar, eða gæddar ljúfsárri eftirsjá. Hið síðarnefnda má til dæmis segja um Vocalise-etude en forme de habanera eftir Ravel, og líka Cancion de cuna para dormir a un negro eftir Montsalvatge.

Youkali eftir Kurt Weill var svo fullt af sannfærandi þrá eftir útöpi þar sem allir draumar rætast, og Habaneran úr Carmen var bráðskemmtileg.

Ekki sist fyrir það að heilt gengi af söngvurum meðal áheyrenda tók óvænt þátt í viðlaginu, sem var drepfyndið. Sigurður Helgi Oddsson spilaði með á píanó og gerði það af vandvirkni og videigandi léttleika.

## Flottur gítarleikur

Fyrri hluti tónleikanna var ekki síðri. Þar var meðleikari Guðrúnar Francisco Javier Jáuregui, sem spilaði á gítar. Hann átti líka meira í dagskránni, því útsetningarnar fyrir hlé voru velflestar eða allar eftir hann. Þær voru fjölbreyttar og lifandi.

Fyrst fluttu þau þrjú lög eftir Atla Heimi Sveinsson sem runnu ljúflega niður. Aðalatriðið í þessum hluta efnisskrárinna var hins vegar nokkur bandarísk þjóðlög; meðal annars Black is the Color, I Wonder as I Wander og Wayfaring Stranger. Þau komu einstaklega vel út.

Söngurinn var afar tjáningarríkur og fallega viðkvæmur. Gítarleikurinn var ekki bara einhver grip, heldur myndaði áhrifamikil, fjölradda mótvægi við sönginn, fléttaðist um hann og lyfti upp í hæstu hæðir. Gítarleikarinn fór beinlínis á kostum, og það gerði söngkonan líka. Útkoman var sjaldheyrður unaður. ■

**NIÐURSTAÐA:** Vandaðir og skemmtilegir tónleikar.



# Þjóðleikhússtjóri fagnar umræðunni

tsh@frettabladid.is

Mikil umræða hefur skapast um uppsetningu Þjóðleikhússins á söngleiknum Sem á himni, í kjölfar þess að RÚV birti leikhúsgagnrýni eftir Ninu Hjálmarsdóttur þar sem hún gagnrýndi leikhúsið meðal annars fyrir þá ákvörðun að láta ófatlaðan leikara túlka hlutverk fatlaðs manns.

Leikstjóri verksins, Unnur Ösp Stefánsdóttir, brást við gagnrýninni með yfirlýsingu á Facebook þar sem hún sagði umræðuna vera „miklu stærri og mikilvægari en einstaka leiksýning“ og kvað málefni fatlaðs fólks standa sér nærri. Þá lýsti hún því yfir að Þjóðleikhúsið myndi boða til málþings um leikhúsið og birtingarmynd raunveruleikans innan þess. Magnús Geir Þórðarson þjóðleikhússtjóri staðfestir þetta.

„Við fögnum umræðu um þessi mikilvægu málefni og viljum taka þátt í henni. Í leikhúsinu viljum við takast á við brýn samfélagsleg mál og miðla þeim af heilindum og virðingu. Við finnum að það eru ólíkar skoðanir á einni sögunni í sýningunni Sem á himni og okkur langar að opna þá umræðu og samhliða að ræða leikhúsið almennt og hvernig raunveruleikinn birtist í leikhúsinu. Því efnum við til málþings nú síðar í haust þar sem við ræðum þessi mál á breiðum grunni og vonandi með þátttöku sem flestra. Vonandi verður það til að þoka okkur öllum í rétta átt,“ segir hann.

Að sögn Magnúsar verður sjónum ekki aðeins beint að birtingarmyndum fatlaðs fólks í sviðslistum, heldur lögð áhersla á hlutverk leikhússins sem samfélagslegs hreyfiafls. Hann segir Þjóðleikhúsið gagnert hafa tekið Sem á himni til sýninga til að beina kastljósinu að fjölbreyttum samfélagskimum og varpa ljósi á ólíkan reynsluheim fólks, svo sem fatlaðra og þolenda heimilisofbeldis.

„Með þessu verki erum við að reyna að vekja athygli á til dæmis stöðu fatlaðs fólks og raunveruleika þess. Unnur þekkir það af eigin raun og er þess vegna málið afskaplega skylt og kært og er í því af mikilli ástríðu,“ segir Magnús og bætir við: „Eiðlægar ásetningar listamannanna og leikhússins alls er að miðla þessari sögu á fallegan og heildarlegan hátt, á sama tíma og áhorfendur hrifast með sögunni í víðara samhengi.“

Magnús Geir viðurkennir að saga Dodda, sem er ungur fatlaður maður leikinn af Almari Blæ Sigurjónssyni, sé krefjandi og geti verið óþægileg fyrir áhorfendur að horfa á.

„Þó flest í sýningunni sé fallett og opni hjörtu okkar, þá eru einstaka þættir sem geta verið óþægilegir eins og í lífinu sjálfu og það á við um sögu Dodda, þar sem dregin er upp mynd af lífi manns sem glímir við tiltekna fötlun. Ásetningur listamannanna var að fegra ekki þessa mynd heldur vekja okkur til umhugsunar. Listamennirnir gera þetta af mikilli næmni og stóru hjarta og þessi saga virðist hreyfa við fjölmörgum sem hafa séð hana.“

Að sögn Magnúsar var spurningin um hvort fatlaður eða ófatlaður leikari skyldi túlka hlutverkið skoðuð og rædd frá öllum hliðum af listrænum stjórnendum og leikstjóra sýningarinnar, sem tók endanlega ákvörðun um hlutverkaskipan, venju samkvæmt.

„Það var rætt ítarlega hvort ástæða væri til að sækja út fyrir leikhúsið einstakling sem þekkir hlutskipti Dodda af eigin raun. Niðurstaða listrænna stjórnenda hér var sú sama og í flestum erlendum uppsetningum, að það þyrfti atvinnuleikara í þetta hlutverk eins og önnur í verkinu til að ná þeim áhrifum sem að er stefnt. Leikhúsið byggist almennt á því að

við segjum sögur með því að leikari bregður sér í hlutverk og túlkar það á sviðinu. Við gerum almennt ekki kröfur um að leikari hafi upplifað allar aðstæður eða tilfinningar sem persónan sem hann leikur á að upplifa, þó það geti verið áhrifaríkt á réttum vettvangi,“ segir hann.

Magnús Geir segir það ekki standa til að breyta Sem á himni, en ítrekar að umræðan um verkið sé mikilvæg og að allir í leikhúsinu

leggi við hlustir og vilji taka þátt í samtalinu.

„Í leikhúsinu verðum við að þora að taka á viðkvæmum málum og reyna að nýta samband okkar við áhorfendur til að vera hreyfiafl til góðra verka. Sýningin Sem á himni er um samfélag, hvert og eitt okkar á að fá pláss og rétt til að vera eins og við erum. Til að kórinn í sögunni virki, þá þurfa allir að fá að vera með,“ segir hann. ■

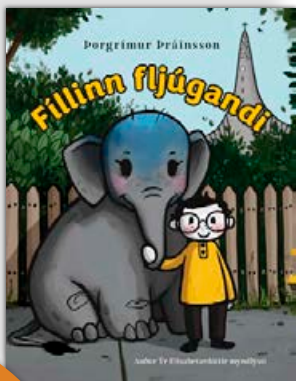


Magnús Geir Þórðarson segir umræðuna um Sem á himni vera mikilvæga og eitthvað sem Þjóðleikhúsið fagni og sé tilbúið að taka þátt í.

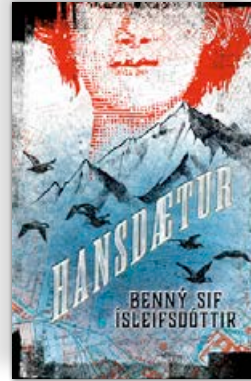
FRÉTTABLAÐIÐ/  
ANTON BRINK



490 kr.



1.490 kr.



990 kr.



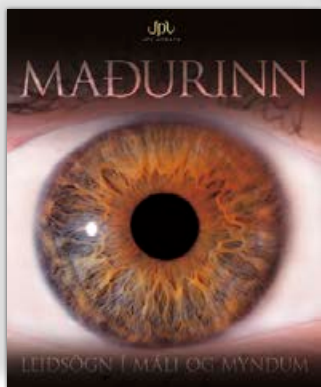
1.990 kr.



990 kr.



1.990 kr.

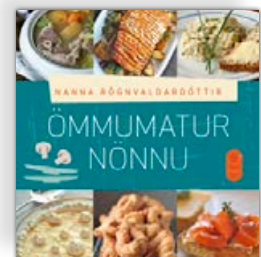


990 kr.

**BÓKA  
MARKAÐUR  
Á FISKISLÓÐ 39  
7. SEPT.- 3. OKT.**



2.990 kr.



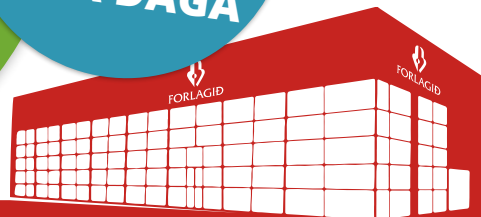
1.490 kr.



990 kr.

**ÓTRÚLEGT  
ÚRVAL!**

**OPIÐ  
10-19  
ALLA DAGA**



MARKAÐURINN ER LÍKA Á NETINU: WWW.FORLAGID.IS





Ólafur Darri, leikari og einn framleiðenda myndarinnar, ásamt Elvari við tökurina á Vestfjörðum.



Stemningin var notaleg á sögustað þar sem margt undrið ber fyrir augu þegar nokkrar sögur fléttast saman. **MYNDR/HLYNUR SNÆR ANDRASON**

## Sumarljós í ljúfri stemningu á Þingeyri

Sumarljós og svo kemur nóttin verður lokamynd Alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar sem hefst í næstu viku. Leikstjórninn og handritshöfundurinn Elfar Aðalsteinsson segir það hafa verið virkilega gefandi að gera sína fyrstu kvikmynd á Íslandi á Þingeyri og upp úr jafn mögnuðu verki og samnefndri skáldsögu Jóns Kalmans.

toti@frettabladid.is

RIFF, Alþjóðlega kvikmyndahátíðin í Reykjavík, hefst í næstu viku en henni lýkur 8. október með frumsýningu myndarinnar Sumarljós og svo kemur nóttin sem er fyrsta leikstjórnarverkefni Elfars Aðalsteinssonar á íslensku.

„Það var virkilega gefandi að fá að gera mitt fyrsta íslenska leikstjórnarverkefni á Þingeyri upp úr eins mögnuðu verki og Sumarljós og svo kemur nóttin er,“ segir Elfar

sem skrifaði sjálfur handritið upp úr samnefndri verðlaunaskáldsögu Jóns Kalmans.

„Bæjarbúar tóku okkur opnum örmum frá fyrsta degi og gerðu þessa upplifun afar jákvæða í alla staði. Þessi frábæri og fjölhæfi leikarahópur sem ég fékk að vinna með var óvenju stór en ég fann strax fyrir miklum samhug og skilningi á verkinu.

Stemningin á settinu var bæði fagleg og ljúf og belgíski hluti tökulíðsins sem taldi níu manns féll inn í hópinn eins og flís við rass. Svo á Kalman sjálfur stórleik í myndinni og er líklegast á beinustu leið til Hollywood!“ segir Elfar um rithöfundinn sem hlaut Íslensku bókmenntaverðlaunin árið 2006 fyrir skáldsöguna sem gæti átt eftir að verða farmiði hans til Hollywood.

Sumarljós og svo kemur nóttin verður sem fyrr segir lokamynd RIFF og verður frumsýnd laugardaginn 8. október en almennar sýningar hefjast þann 14. sama mánaðar. ■



Ljós og skuggar dansa saman þar sem nóttin kemur í kjölfar sumarljóssins.



Svo á Kalman sjálfur stórleik í myndinni og er líklegast á beinustu leið til Hollywood!



Elfar Aðalsteinsson leikstjóri.



### Sumarljós og svo kemur nóttin

Ef þú leggur við hlustir þá segir Þorpið þér kannski nokkrar ósagðar sögur. Sögur af forstjóranum unga sem dreymir á latínu og fórnar fjölskyldu og glæstum frama fyrir gamlar bækur og stjörnukeiki, heljarmenni sem kiknar undan myrkrunu, fínvöxnum syni hans sem tálgar mófugla. Af bóndanum með bassaróddina sem strengir fallegar girðingar en ræður illa við fýsnir holdsins, einmana grófukalli sem skellir sér í helgarferð til London og gömlum Dodge 55.

Skáldsagan Sumarljós og svo kemur nóttin samanstendur af laustengdum sögum sem tvinnast saman á sama söguviði, litlu sjávarþorpi á Vestfjörðum. Elfar skrifaði handritið sjálfur upp úr skáldsögu Jóns Kalmans og gerði myndina í nánú samstarfi við rithöfundinn og fékk síðan stóran og fjölbreyttan hóp leikara til þess að gæða persónugallerið lífi.



Beðið eftir kallinu í notalegheitum sumarljóssins fyrir vestan.



Anna María Pitt er ein þeirra sem myndar stóran og fjölbreyttan leikhópinn.

**Borg draumanna...** 

**Flórens**

17. nóvember í 3 nætur

Frábært verð  
Flug & hótél frá **119.000** á mann



SKANNAÐU MIG

**Heimsferðir** 595 1000



# Sigraðu innkaupin!

Tilboð gilda 24.-25. september

**KJÖTBORÐ**

Ferskur grísabógur

**659** kr/kg  
1.099-kr/kg

40%

**ISFUGL**

40%

BBQ-kjúklingaleggir

**1.079** kr/kg  
1.799-kr/kg

Jonagold epli

30%

**167** kr/kg  
239-kr/kg

**KJÖTSEL**

40%

Folaldasteik í Caj P. maríneringu

**2.099** kr/kg  
3.499-kr/kg

**KJÖTSEL**

46%

Lambalærissneiðar í raspi

**1.970** kr/kg  
3.649-kr/kg

50%

Sérbakað vínarbrauð

**135** kr/stk  
269-kr/stk

50%

Graskersbrauð 508 g

**339** kr/stk  
679-kr/stk

Heilsuvara vikunnar

**á** ENGLAMARK

25%

Rísdrykkur 1 l

**247** kr/stk  
329-kr/stk



Sigraðu innkaupin og fáðu betra verð á matvöru með Samkaupa appinu

**nettó**

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



# Stækur tíðarandi í skóm drekans

Heimildarmyndin í skóm drekans var frumsýnd 2002 eftir að hafa brotið af sér hlekki lögbanns. Myndin þykir fanga vel horfinn tíðaranda náinnar fortíðar og Hrönn segir að þegar horft er á hana núna sé það svolítið eins og að opna illa lyktandi tímahylki.

toti@frettabladid.is

Systkinin Hrönn og Árni Sveinsbörn fagna því með sérstakri afmælistýningu í Bíó Paradís í kvöld að 20 ár eru liðin frá frumsýningu heimildarmyndarinnar í skóm drekans, þar sem Árni fylgdi systur sinni eftir með tókuvélina þegar hún tók þátt í fegurðarsamkeppninni Ungfrú Ísland.is.

„Atburðir myndarinnar eiga sér stað fyrr, á því herrans ári 2000. Myndin kemur svo ekki út fyrr en 2002,“ segir Árni. „Þetta er sko fyrir einkavæðingu bankanna og það tívoli sem okkur var boðið upp á. Þannig að þetta er bara annar heimur. Það er líka rosa mikið reykt í þessari mynd.“

Komið var í veg fyrir frumsýningu myndarinnar árið 2000 og fram undan voru lagaflækjur og krókar þar sem systkinin, lögmaður þeirra og margir aðrir, töldu tjáningarfrelsið í raun vera í húfi.

## Stigið í drullusvað

„Þetta voru náttúrulega bara einhverjir varðhundar vörumerkis

sem höfðu ekkert ímyndunarafli og héldu að hún, eða við, værum bara illa innrætt og drifin áfram af einhverjum mjög lágum hvötum,“ segir Árni og Hrönn skýtur inn í: „Og ætluðum að drulla yfir alla.“

„En síðan kom annað á daginn þegar myndin leit loksins dagsins ljós. Að þetta var bara mjög persónuleg frásögn af reynsluheimi ungrar konu að stíga inn í þetta...“ segir Árni og aftur gripur systir hans fram í „...drullusvað sem fegurðarsamkeppnir eru...“

## Vendipunkturis

Árni nær síðan orðinu aftur: „Affallsrör tiskuiðnaðarins, ímyndaða.“ Og Hrönn heldur áfram hlæjandi: „...þessi rotþró meðalmennskunnar.“

„En nei, nei, en ég held að þarna hafi orðið þínu vendipunktur í þessum fegurðarsamkeppnisheimi,“ heldur Árni áfram. Hann bætir síðan við að hann ætli ekki að eigna myndinni sérstaklega heiðurinn af því að það tók að fjara undan keppnum af þessu tagi og systkinin benda á að ákvörðunin um að uppfæra Ungfrú Ísland með því að bæta .is aftan við hafi verið til marks um að þetta væri komið í einhvers konar hallærislegt þrot.

„Já, og síðan bara vitum við hvernig er komið fyrir svona keppnum í dag. Þær eru svona frekar komnar út á jadarinn.



Hrönn og Árni bróðir hennar náðu að fanga sérkennilegan tíðarandann fyrir tuttugu árum í í skóm drekans og opna nú það tímahylki.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nema náttúrulega í Suðurríkjunum og Suð-austur-Asíu,“ segir Árni.

## Efasemdir um úthald

Þegar Árni er spurður hvort hann hafi strax í upphafi kveikt á því að hugmynd systur hans um að skrá sig til keppni í Ungfrú Ísland.is væri góð hugmynd að heimildarmynd verður Hrönn fyrri til svars.

„Nei. Honum fannst þetta ekkert góð hugmynd, sko.“ Og Árni kemur sjálfum sér til varnar með því að benda á að hann hafi bara séð fyrir sér alla þá hluti sem gætu farið úrskaiðis. „Og svo var það aðallega að ég hafði ekki trú á að þú og við og allir einhvern vinn myndum hafa úthald í þetta.“

## Endist og eldist vel

Hugmyndin reyndist síðan bara ansi góð og þrátt fyrir ýmsar hindranir, blóðsvita og tár, varð til heimildarmynd sem gerði það gott á sínum tíma, var sýnd víða um heim og hlaut Edduverðlaunin sem besta myndin í sínum flokki 2002.

„Við eigum svo fáar myndir sem fanga svona tíðarandann,“ segir

Hrönn, þegar hún bendir á

þann virðisauka sem myndin hefur fengið á síðustu tveimur áratugum. „Þetta er alveg þvílíkt svona skemmtileg stúdía á samfélagið og tíðarandann og íslenskt líf þarna um aldamótin.

Bara þess vegna finnst mér að allir, ungir sem aldnir, þurfi að drífa sig á þessa mynd. Hún hefur ekki sést í tuttugu ár og þetta verður bara eins og að opna eitthvert illa lyktandi tímahylki af Nokia-símum og öllu sem við vorum að gera þá.“ ■



# KINNARGATA 43-45

2-4 HERBERGJA ÍBÚÐIR TIL SÖLU Í 210 GARÐABÆ

NÝTT!

- › 15 íbúða fjölbýlishús
- › Útsýni
- › 2-4 herbergja íbúðir
- › Upphítuð bílageymsla
- › Ísskápur, frystir og uppvottavél fylgir
- › Eignirnar afhendast fullbúnar með gólfefnum
- › Afhending í október 2022



## OPIÐ HÚS

Laugardag  
og sunnudag  
24. og 25. sept.

kl. 13 - 16



Allar  
upplýsingar veitir

**Auður**

Löggiltur fasteignasali

**848 2666**

audur@fastlind.is

# LIND

FASTEIGNASALA

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

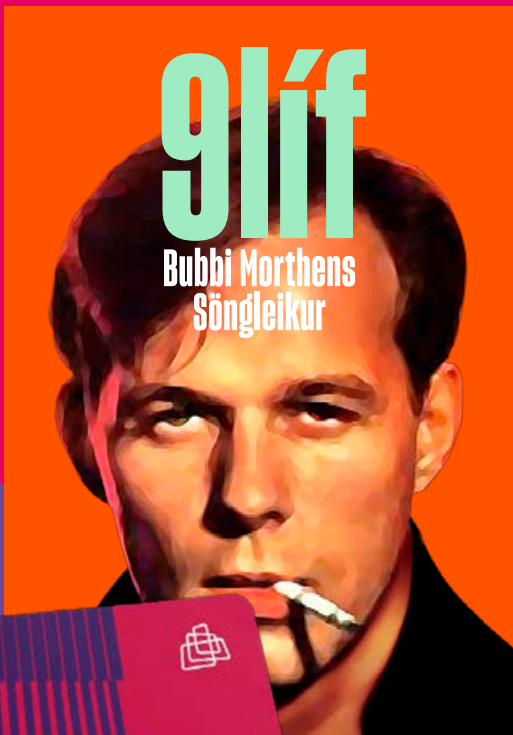


# BARA, SMÁSTUND!



## Sprenghlægilegur gamanleikur!

14 frumsýningar 2022–2023 og fjöldi sýninga frá fyrra leikári



Tryggðu þér bestu sætin á besta verðinu



Borgarleikhúsið



# Teflon-húð sakleysis að bráðna

## Frétt vikunnar

Sveinn Waage

toti@frettabladid.is

„Ég myndi segja að þetta væri vika tveggja átaka og þau eru í raun og veru eins ólík og hugsast getur. Annars vegar er þessi hryðjuverkaögn sem virðist vera orðin til á Íslandi. Ég er bara ekki búinn að meðtaka

það. Ég les þetta og ég skil þetta, held ég. En ég er samt ekki búin að meðtaka þetta,“ segir Sveinn Waage, sem hefur verið að gera það gott og farið víða með fyrirlestur sinn Húmor virkar.

„Þetta er svo fjarlæglega fjarlæggt manni þótt að þetta sé að gerast núna. Það er einhver sakleysis teflon-húð yfir manni þegar kemur að Íslandi og kannski er hún að bráðna núna.

Svo er það belgíngurinn í Pútín.



Ég les þetta og ég skil þetta, held ég. En ég er samt ekki búin að meðtaka þetta.

Óvissan þarna er að verða all svakaleg,“ segir Sveinn og bendir á vinkil sem standi honum nærri. „Og fær að fylgja með í fyrirlestur mínum. Virðingin, stuðningurinn og traustid sem Selenskij er að fá í geggjúðum aðstæðum eru alveg óumdeilanleg.

Sem er skemmtilegt þegar maður er að tengja húmor og traust. Þessi maður var grínisti og gamanleikari og það virðist ekki há honum í þessu. Þvert á móti og það er eitt af því sem ég er að reyna að halda fram í þessum fyrirlestur mínum.“ ■



Sveinn Waage fyrirlesari.



## LÝKUR Á MÁNUDAG



### TUCSON hægindastóll

Rafdrifinn hægindastóll með leðuráklæði á slitflötum og sveif.

Verð 189.900 kr.

Nú 151.920 kr.

### BUFFALO lyftistóll

Stillanlegur hægindastóll/lyftistóll. Leður á slitflötum. Stóllinn aðstoðar þig á fætur.

Verð 229.900 kr.

Nú 183.920 kr.



### AUSTIN sófi

3ja sæta stillanlegur sófi. Hægra og vinstra sæti eru hallanleg með skammel. Miðjusæti niðurfellanlegt og verður að borði. 198 x 95 x 98 cm.

Verð 299.900 kr.

Nú 239.920 kr.



### AUSTIN

rafdrifinn hægindastóll

Stillanlegur með innbyggðum skemli. Ýmsir litir.

Verð 149.900 kr.

Nú 119.920 kr.



Fáðu fréttirnar fyrst um tilboð, afsláttarkóða eða aðgang að útsölum á undan öðrum með því að skrá þig á póstlista Dorma.



Vök naut þess að gefa tónlist sinni frelsi og voru ófeimin við að prufa nýja strauma saman við gamla góða sándið.

MYND/  
DÓRA DÚNA

# Ferskir straumar koma saman í kunnuglegri Vök

Margrét Rán, Einar Stefánsson og Bergur Dagbjartsson í hljómsveitinni Vök sættu færnis í hægagangi heimsfaraldursins og gerðu sína þriðju plötu í rölegheitum. Platan ber nafn hljómsveitarinnar og Vök-sándið er á sínum stað þótt þau teygji sig í ýmsar nýjar áttir.

toti@frettabladid.is

„Það kemur alltaf einhver ný umgjörð og nýtt sánd með hverri nýrri plötu og við vorum svo sem ekkert feimin við að gera eitthvað nýtt á þessari plötu,“ segir Margrét Rán, söngkona hljómsveitarinnar Vakar, um nýju plötuna sem ber nafn sveitarinnar og kom út í gær.

„Við förum út úr þægindarammanum,“ bætir bassa- og gítarleikarinn Einar Stefánsson við. „En þú heyrir alveg að Vök-sándið er alveg mjög framfarlega á þessari plötu,“ heldur Margrét Rán áfram. „En við buðum inn smá kántri og smá hipphoppi. Svo er bara líka mikið af draumapoppi og smá svona kirkjuhljómi.“

### Lán í faraldursóláni

Þau gerðu plötuna í rölegheitum í Covid sem þau segja hafa komið á hárréttum tíma fyrir þau. „Ég ætla nú ekkert að segja að það hafi verið neitt geðveikt að fá Covid en það hentaði okkur bara frekar vel því

við vorum búin að ákveða að koma okkur fyrir í hljóðverinu, leggjast í dvala og gera plötu númer þrjú,“ segir Margrét Rán.

„Tíminn virtist standa í stað en það var á einhvern undarlegan hátt dýrmætt að fá að upplifa þetta skrítna ástand. Ég er sannfærð um að þessar aðstæður hjálpuðu mér að fara djúpt inn á við og rifja upp tímenn þegar ég var að koma út úr skápnum sem varð svo yrkisefnið,“ segir Margrét Rán sem hefur aldrei verið jafn berskjölduð í tónlist sinni.

### Sofið hjá stelpu

„Ég hef nefnilega lítið verið að berskjaldala mig rosalega mikið á ferlinum,“



segir Margrét Rán, sem þurfti alveg að draga djúpt a n d a n n áður en hún afhjúpaði sig með þessum hætti.

„Eins líka að fara í viðtöl og segja bara: Já, þetta lag er um að sofa hjá stelpu, skilurðu?“

segir hún og hlær. „En þetta er samt rosalega góð þerapía út af fyrir sig. Það var kaffarandi fyrir mig að vera föst í sjálfri mér þegar ég var unglíngur og skildi eftir sig djúp sár sem ég er ennþá að kljást við.“

Hún segir plötuna mikið til fjalla um það ferli hennar að verða ástfangin af konu og koma út úr skápnum. „Ég sé það svo skýrt núna hvað það er mikilvægt að fá að vera



Ég er sannfærð um að þessar aðstæður hjálpuðu mér að fara djúpt inn á við og rifja upp tímenn þegar ég var að koma út úr skápnum.

Margrét Rán

maður sjálfur. Platan hjálpaði mér að taka utan um þetta ferli og leyfa sárunum að gróa. Hún fjallar um mikilvægi þess að vera sýnilegur því við eigum öll skilið að fá samþykki fyrir að vera við sjálf og líða vel í eigin skinni.“

### Öðruvísi ferli

Vök er þekkt fyrir draumkenndan og lagskiptan hljóðheim þar sem elektró og indí-popp blandast saman, en þau segjast á þessari plötu hafa reynt að brjóta formið á lagasmíðunum og leika sér með óvæntar og mótsagnakenndar hugmyndir.

„Við vildum leyfa lögunum að njóta sín og höfum því kynnt þau eitt af öðru síðastliðið ár,“ segir Einar. „Þetta ferli er búið að vera öðruvísi en áður hjá okkur en við erum mjög ánægð með útkomuna.“

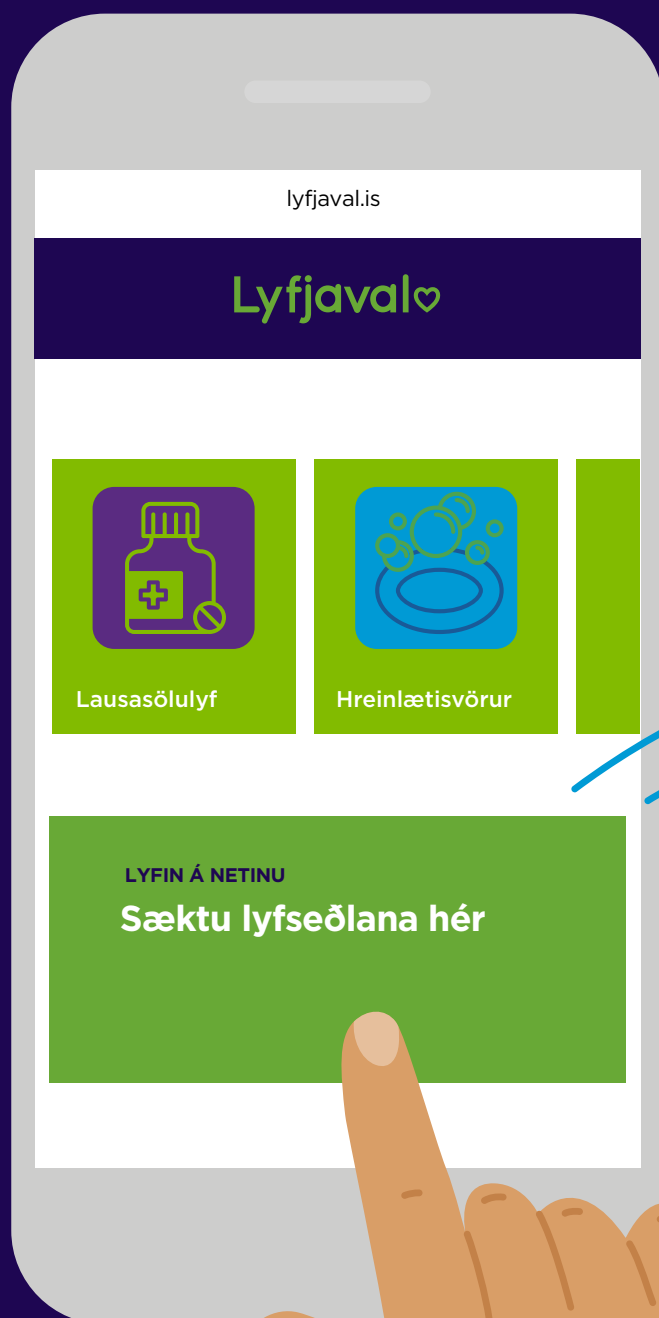
Platan kom á allar helstu streymisveitur í gær og þau Margrét Rán og Einar segja vínílútgáfuna væntanlega og minna síðan á að þau verða með útgáfutónleika í Gamla bíói 21. október og á Græna hattinum á Akureyri þann 22. október. ■



EINFALT OG ÞÆGILEGT

# Pantaðu lyfin á lyfjaval.is

Veldu að sækja í næsta apótek  
eða fáðu sent heim.



**Lyfjaval**   
HEILSA & HAMINGJA

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

Bílaapótek Hæðasmára  
Bílaapótek Vesturlandsvegi  
Bílaapótek Suðurfelli  
Glæsibæ  
Urðarhvarfi  
Mjódd  
Apótek Suðurnesja





vnr. 50657506

**-25%**

**Broil King  
Signet 320**

11,4kw

**98.696**

131.595

**Dú sparar  
32.899**

**Pallahreinsir  
Aquasurf 280**  
framan á  
háprýstidælu  
**7.395**

vnr. 74819018



# Eigum notalegt haust á pallinum



**-25%**

**Pallahitari  
2000W á fæti**

**8.246**

10.995

vnr. 50611037

**Universal  
130bör  
háprýstidæla**

**31.916**

39.895

vnr. 74810238

**-20%**



**SAMAN Í  
60 ÁR**

**BYKO**





# Kláraðu pallinn núna!

Gildir út  
30. sept

# 35%

afsláttur af gagnvarinni furu

## Gerðu verðsamanburð



Nýttu þér pallareiknivélina á [byko.is](http://byko.is).  
Sláðu inn stærð sólpallsins, veldu tegund  
klæðningar og fáðu áætlað verð.

## Frír flutningur

Innan höfuðborgarsvæðisins  
ef keypt er pallaefni fyrir  
500.000 kr. eða meira



VIÐ ERUM HANDHAFI  
KUDUNGSINS



