MENNING 27



Safn á Uppsölum fær byr í seglin

LÍFIÐ 32



Olsen mætir til Íslands

Takk!
Við erum í skýjunum...
...með 1. flugsætið
flyPLAY.is PLAY

FRÉTTABLAÐIÐ
FRÍTT
10. TÖLUBLAÐ | 23. ÁRGANGUR | frettabladid.is | LAUGARDAGUR 14. JANÚAR 2023

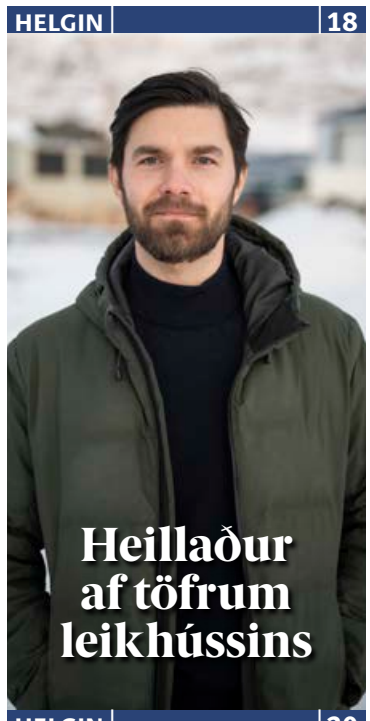


Breytt viðhorf eftir skotárásina

Snorri Þrastarson vann hetjudáð þegar hann bjargaði lífi konu í verslunarmiðstöðinni Field's í Danmörku á síðasta ári. Konan hafði orðið fyrir skoti árásarmanns sem hóf skotárás í verslunarmiðstöðinni. Snorri fer yfir daginn örlagaríka og vinátttu sem varð til í kjölfarið. ➤ 16

MYND/BRYNDÍS ÞORSTEINSDÓTTIR

HELGIN 18



Heillaður af töfrum leikhússins

HELGIN 20



Ekki auðveld vinna







Standar Fréttablaðsins eru víða.

Fréttablaðið er nú einnig í Smáralind

gar@frettabladid.is

FJÖLMIÐLAR Dreifing Fréttablaðsins á fjölförnum stöðum gengur vel eftir að breyting var gerð á tilhögun dreifingarinnar. Nú má nálgast blaðið á yfir 150 stöðum víðs vegar á höfuðborgarsvæðinu.

Nýjasta viðbótin er Smáralind þar sem þúsundir eiga leið um daglega. Blaðið var þegar í Kringlunni.

„Dreifingin gengur framar vonum og er alltaf að styrkjast. Við finnum fyrir miklum áhuga og velvilja hjá fólki," segir Jón Þórisson, forstjóri Torgs, útgáfufélags Fréttablaðsins.

Nú fara tæplega þrjátíu þúsund eintök í dreifingu á höfuðborgarsvæðinu auk þess sem 10 þúsund eintökum er dreift á landsbyggðinni. Um helgar er enn fleiri eintökum dreift. Stefnt er að því að auka við dreifinguna jafnt og þétt. ■

Hafnfirðingar þreyðu þorrann



Glatt var á hjalla í Kaplakrika í gærkvöldi þar sem þorrablót FH fór fram. Fjölmörg önnur íþróttafélög eru einnig með þorrablót um helgina. **FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI**



Lækkunin er allt að 20 prósent. **MYND/AÐSEND**

Tesla lækkar verð á bílum á heimsvísu

njall@frettabladid.is

BÍLAR Tesla lækkaði verð á bílum eftir áramót á heimsvísu og í mörgum tilvikum um hundruð þúsunda króna.

Dæmi er um að Tesla Model Y Performance, sem kostaði 9.270.000 krónur í desember síðastliðnum á Íslandi, hafi lækkað um 421.000 krónur í verði, samkvæmt athugun Fréttablaðsins.

Lækkunin á Íslandi er ekkert einsdæmi, en sami bíll, Tesla Model Y Performance, lækkaði um átta þúsund pund í Bretlandi fyrir jól.

Stutt er frá því að verð á Tesla-bílum lækkaði í Kína og fyrir vikið gerðu óánægðir kaupendur áhlaup á sýningarsali, þar sem þeir höfðu verið nýbúnir að kaupa bíla á hærra verði.

Samkvæmt fréttamiðlinum Reuters er lækkunin allt að 20 prósent á sumum bílum og nær hún einnig til Bandaríkjanna. **SJÁ SÍÐU 32**



Einstök stemning þegar bláa hafið yfirtók stúkuna

Það var blátt haf í höllinni í Kristianstad þegar íslenska karlalandsliðið í handbolta lagði það portúgalska á heimsmeistaramótinu í Pólandi og Svíþjóð með fjórum mörkum á fimmtudagskvöld. Silja Rán Arnarsdóttir var með góðu fólki í stúkunni og segir stemninguna hafa verið hreint ólýsanlega.

helgifannar@frettabladid.is

HANDBOLTI „Andinn var mjög góður, alveg frá stuðningsmannasvæðinu, inn í leikinn og eftir hann. Þetta var eiginlega ótrúlegt," segir Silja Rán Arnarsdóttir, stuðningsmaður íslenska karlalandsliðsins í handbolta, í samtali við Fréttablaðið.

Íslendingar yfirtóku stúkuna í Kristianstad á fimmtudag, enda hátt í tvö þúsund þeirra á staðnum. Silja segir stemninguna hafa verið eins og strákarnir okkar væru á heimavelli. „Þetta var eins og að vera í Laugardalshöll."

Leikurinn var spennandi lengi vel en svo tók íslenska liðið fram úr því portúgalska. Silja neitar því ekki að það hafi verið smá stress á meðal fólks í höllinni. „Fram að miðjum seinni hálfleik var þetta mjög dramatískt. Þá var það bara að hvetja liðið enn meira áfram. Þetta var ótrúleg upplifun."

Þetta er ekki í fyrsta sinn sem Silja fylgir íslenska liðinu eftir á stórmóti. Hún var mætt á HM í Danmörku og Þýskalandi fyrir fjórum árum. Það var meiri stemning á fimmtudag en þá. „Höllin er minni hér svo það myndaðist þessi einstaka stemning."

Lagið Ferðalok er gjarnan spilað þegar íslensku landsliðin í hinum ýmsu íþróttum eru annars vegar.



Íslenskir stuðningsmenn voru afar áberandi í höllinni á fyrsta leik Íslands. Þessar íslensku konur nutu svo sannarlega lífsins og ætla að halda því áfram. **MYND/AÐSEND**

Íslenska karlalandsliðið í handbolta spilar sinn annan leik í riðlakeppni HM í kvöld. Þá verður Ungverjaland andstæðingurinn.

Það var engin breyting á því á fimmtudag og fékk lagið að óma eftir leik.

„Ég hélt að ég væri algjörlega búin að fá nóg af þessu lagi en það sleppur á svona stundum. Það voru allir til í þetta. Það var sungið þegar leikurinn var búinn og fólk að labba á næsta pöbb, þá ómaði þetta um bæinn."

Silja hvetur alla sem geta til að fara til Svíþjóðar og upplifa stemninguna meðal íslenskra stuðningsmanna í höllinni.

„Þetta var ótrúleg stemning. Ég mæli með fyrir alla að skella sér út. Þetta er þægilegt ferðalag og það vill enginn missa af þessu."

Íslenska landsliðið mætir Ungverjum í þessari sömu höll í kvöld klukkan 19.30. Bæði lið unnu góða sigra í fyrstu umferð. Fari íslenska liðið með sigur af hólmi er staðan góð fyrir komandi átök. ■

blómaval HÚSASMIÐJAN

FYRIR ÞIG

Pottaplöntu ÚTSALA

mikið úrval

30-50% afsláttur

af öllum pottaplöntum

50%

Ástareldur
12 cm pottur.
11327574
845kr
~~1.690 kr~~



40%

Gúmmítré
11 cm pottur.
11262028
999kr
~~1.690 kr~~



50%

Kaffirunni
11 cm pottur.
11400095
745kr
~~1.490 kr~~



30%

Köllubróðir
17 cm pottur.
11623843
2.990kr
~~4.290 kr~~



Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana. Afsláttur gildir ekki af tilboðsvörum og „Lægsta lága verði Húsasmiðjunnar".

TÖLUR VIKUNNAR

450
milljóna styrk var í vikunni úthlutað af ríkinu til íþróttafélaga vegna tekjutaps af völdum Covid.

247 prósenta
hækkun varð á húsnæðisverði á Íslandi frá 2010 þar til í fyrrahaust.

10,3
prósentum tekna sinna verja Íslendingar í veitingastaði og hótel.

28
prósent Íslendinga styðja uppbyggingu vindmyllugarða í landinu en 26 prósent segjast á móti.

5,3
milljónir ferðamanna gætu komið til Íslands árið 2025 samkvæmt ítrustu spám.

ÞRJÚ Í FRÉTTUM



Elín Magnúsdóttir
eldri borgari

á Hraunvangi í Hafnarfirði segir íbúa þar ánægða með að Fréttablaðið berist aftur í húsið eftir örstutt hlé. „Það er einn hér á mínum gangi sem dreifir blaðinu á morgnana og setur á húnana á herbergjunum. Ef einhver er ekki búinn að taka blaðið sitt og við vitum að sá var ekki að fara neitt þá vitum við að það er eitthvað að. Fréttablaðið er öryggisatriði.“



Dagur B. Eggertsson
borgarstjóri

undirritaði í viljayfirlýsingu um byggingu fimm stjörnu hótels malasíska félagsins Berjaya Land Berhad í landi Stardals við Skálafell. „Þetta eru stórhuga áform og þetta verður stór vinnustaður,“ sagði Dagur sem kvað um að ræða stórtíðindi fyrir íslenska ferðaþjónustu. „Meðal annars verður reist stórt baðlón.“



Daníel Már Magnússon
skósmiður

í Þráni skóara á Grettisgötu segir skóara óttast skort á fagmönnum í framtíðinni. „Ég er langyngsti gaurinn í greininni, en flestir kollega minna eru að nálgast eftirlaunin, eða eru jafnvel komnir yfir hefðbundinn vinnualdur,“ sagði Daníel og undirstrikaði að fagið væri skemmtilegt fyrir alla; konur jafnt sem karla. ■

Oft alveg búinn á því eftir daginn

Atvinnubílstjóri segir að bílstjórar stórra bíla geti líka blindast af háum ljósum lítilla bíla. Hann fagnar umræðu um háskaakstur en segir ferðalög um þjóðvegi landsins ekkert grín.

bth@frettabladid.is



Sigurvin hefur starfað sem atvinnubílstjóri í um 15 ár og fagnar umræðunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

UMFERÐ „Maður er oft alveg búinn eftir daginn,“ segir Sigurvin Haraldsson atvinnubílstjóri sem ekur stórum véruflutningabíl sem verktaki fyrir Eimskip.

Fréttablaðið hefur undanfarið sagt sögur vegfarenda sem hafa lent í hættu þegar þeir mæta véruflutningabílum.

Brögð eru að því að ökumenn stórra bíla skelli kösturum sem líkt er við flóðlýsingu á ökutæki sem þeir mæta ef þeim misbýður ljósanotkun. Hefur verið rætt við fólk sem staðhæfir að stundum láti atvinnubílstjórarnir ekki duga að blikka til ábendingar um að lækka ljós heldur haldi þeir uppi flóðlýsingunni með þeim afleiðingum að fólk blindist. Þetta ökulag skapar stórhættu samkvæmt lögreglu og Samgöngustofu.

„Því miður eru alls staðar svartir sauðir og líka í stétt atvinnubílstjóra,“ segir Sigurvin. „Það eru til tappar í stétt atvinnubílstjóra sem telja sig eiga heiminn eftir að þeir eru komnir með meirapróf.“

Með ummælum sínum tekur Sigurvin undir raddir fleiri viðmælenda Fréttablaðsins um að hegðunarvandinn virðist mestur hjá yngri atvinnubílstjórum.

„En það er ekki rétt að ökuljós á fólksbílum nái ekki upp til okkar,“ segir Sigurvin. „Hluti fólksbíla getur blindað okkur, einkum bílar með xenon-perur, þau ljós geta verið mjög erfið en maður á auðvitað bara að blikka til aðvörunar, langflestir okkar slökkva á kösturunum áður en við nálgumst bíla.“

Nú er sá árstími þar sem varasamast er að vera á ferð um vegi landsins, skammdegi og hálka. Hlutskipti atvinnubílstjóra er oft mjög erfitt, þeir þurfa oft að fara yst út í kant þegar þeir mæta bílum, jafnvel í roki. Það segir sig sjálft að ef um er að ræða ökutæki upp á tugi tonna með farmi þarf ekki nema eina snögga vindhviðu til að adrenalínið flæði.

> Það má alveg segja að við vinnum stundum við þær aðstæður að kalla megi að daðra við dauðann.


Sigurvin Haraldsson, atvinnubílstjóri

„Það má alveg segja að við vinnum stundum við þær aðstæður að kalla megi að daðra við dauðann,“ segir Sigurvin.

> Hegðunarvandinn er sagður mestmegnis bundinn við yngri bílstjóra.

Hann segir Kjalarnesið í hópi hættulegustu vegkafla.

„Þau eru verst þessi vindmiklu svæði og ekki síst í blindri illfærð. Maður getur lent í vindhöggi sem snýr bílnum. Það tekur langan tíma að hemla og menn halda oft fast um stýrið.

Maður er ekki bara að hugsa um að keyra, við erum stanslaust að hugsa um öryggi þeirra sem verða á vegi okkar.“

Ferðamannasprengjan hefur einnig leitt af sér nýjar áskoranir fyrir atvinnubílstjóra. Erlendir ferðamenn stoppa oft bíla í vegkanti til að taka myndir af norðurljósum eða öðru. Sumir leggja upp á íslenska vegi að vetri án þess að hafa nokkru sinni ekið bíl að sögn Sigurvins.

Desember var mjög erfiður vegna snjóa og oft á tíðum fljúgandi hálku.

„Öll okkar vinna gengur út á að koma farmi á réttum tíma, oft við erfiðar aðstæður. Það er oft mikið stress.“ ■

MARINE COLLAGEN
Arctic Star
Kollagen er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans.
Kollagen er að finna í öllum liðum, liðamótum, vöðvum, sinum og beinum mannslíkamans.


Arctic Star Marine Collagen inniheldur íslensk sæbjúgu, kollagen úr þorskroði og C vítamíni.
C vítamín er þekkt fyrir:
• Stuðlar að eðlilegri myndun kollagens fyrir starfsemi brjósks, beina og húðar.
• Stuðlar að eðlilegri starfsemi taugakerfisins og ónæmiskerfisins.
• Stuðlar að því að verja frumur fyrir oxunarálagi og draga úr þreytu og lúa.
• Stuðlar að endurnýjun afoxaðs forms E-vítamíns og auka upptöku járns.
• Stuðlar að eðlilegum orkugæfum efnaskiptum.
ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA,
Framleiðandi er Arctic Star ehf.
Allar nánari upplýsingar fast á www.arcticstar.is
Arctic Star Marine Collagen
Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum, Hagkaupum, Fjarðakaup og Heimkaup.is
info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavik - S: 562-9018 / 898-5618

Lýsir vonbrigðum með úrskurðinn

bth@frettabladid.is

SKAFTÁRHREPPUR Jóhannes Gissurarson, oddviti í Skaftárhreppi, segir að það séu vonbrigði að fellt hafi verið úr gildi framkvæmdaleyfi fyrir Hnútuvirkjun.

„Sem forsvarsmaður í sveitarfélagi eru það vonbrigði að felld sé úr gildi framkvæmd sem stóð fyrir dyrum. Ég get ekki sagt annað en að mér er alveg sama hvort einkaaðilar eða hið opinbera stuðli að framkvæmdum og uppbyggingu, allt slíkt er af hinu jákvæða og þess vegna eru þetta vonbrigði,“ segir Jóhannes.

Hann segir að framhaldið muni ráðast af vilja framkvæmdaaðilans til að halda áfram með virkjanaáform. Sjálfur hafi hann komið inn í sveitarstjórn eftir að ákvörðun um framkvæmdaleyfi var tekin.

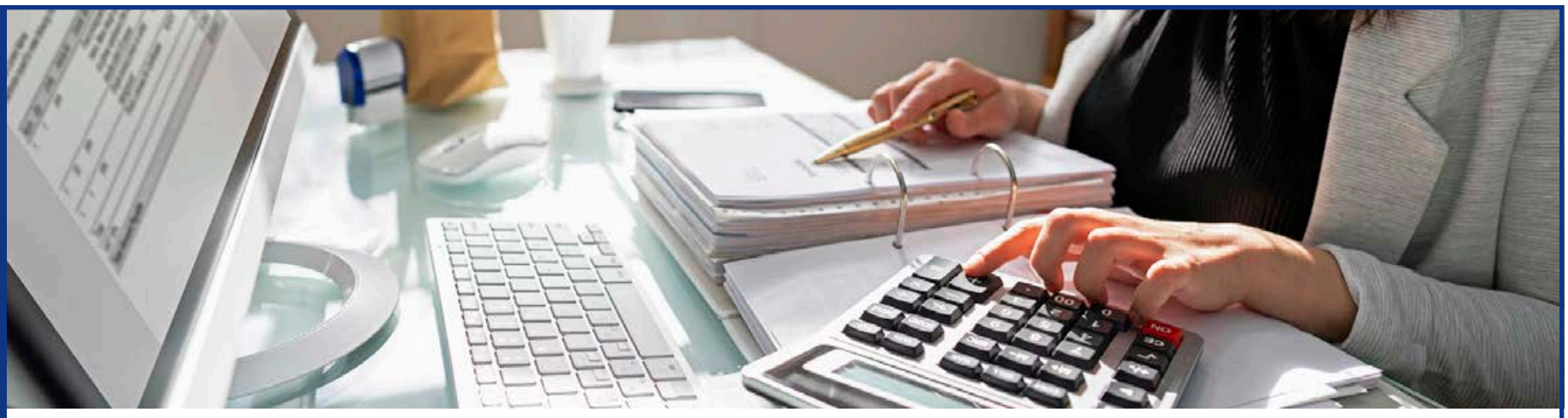
Um gagnrýni í úrskurðinum um að ekki hafi verið nógu vel unnið og rökstuðning hafi skort sem réttlæti virkjunina segir Jóhannes að eflaust hefði verið hægt að halda betur á málum.

> Sem forsvarsmaður í sveitarfélagi eru það vonbrigði að felld sé úr gildi framkvæmd sem stóð fyrir dyrum.


Jóhannes Gissurarson, oddviti í Skaftárhreppi

> Framkvæmdaleyfi fyrir Hnútuvirkjun var fellt úr gildi eftir kærur.

„En með þessari framkvæmd hefði með vissum hætti orðið styrking innviða í þessu sveitarfélagi í formi raforkuöryggis og ekki síst ef kemur til áfalla vegna náttúruhamfara.“ ■



Skil á upplýsingum

Eftirtöldum upplýsingum fyrir tekjuárið 2022 vegna framtalsgerðar 2023 þarf að skila á rafrænu formi á þjónustusíðunni skattur.is

◆ **Launa- og verktakaupplýsingar**
Skilaskyldir eru allir þeir sem innt hafa af hendi launagreiðslur, hlunnindi (þ.m.t. kaup- og söluréttarsamningar), lífeyri, bætur, styrki, greiðslur til verktaka fyrir þjónustu (efni og vinnu) eða aðrar greiðslur (þ.m.t. umsýslu- eða umboðsgreiðslur, s.s. í ferðaþjónustu o.fl.).
Einnig allir þeir sem í rekstri sínum eða annarri starfsemi hafa látið launamönnum eða öðrum vélknúin ökutæki í té til afnota.

◆ **Hlutafjárupplýsingar**
Skilaskyld eru öll hlutafélög, einkahlutafélög, samlagshlutafélög og sparisjóðir.

◆ **Stofnsjóðsupplýsingar**
Skilaskyld eru öll samlagsfélög, sameignarfélög og samvinnufélög, þ.m.t. kaupfélög.

◆ **Viðskipti með hlutabréf/afleiður og önnur verðbréf**
Skilaskyldir eru bankar, verðbréfafyrirtæki og aðrir þeir aðilar sem annast kaup og sölu, umboðsviðskipti og aðra umsýslu með hlutabréf/afleiður og öll önnur verðbréf.

◆ **Innstæður**
Skilaskyldar eru allar fjármálastofnanir og aðrir aðilar sem taka við fjármunum til ávöxtunar, eða hafa milligöngu um ávöxtun, vörslu eða aðra ráðstöfun fjármuna.

◆ **Hlutabréfakaup skv. kaupréttarsamningi**
Skilaskyld eru öll hlutafélög sem gert hafa kaupréttarsamninga við starfsmenn sína samkvæmt staðfestri kaupréttaráætlun.
Sama á við um söluréttarsamninga.

◆ **Takmörkuð skattskylda - greiðsluyfirlit**
Skilaskyldir eru þeir sem innt hafa af hendi hvers konar greiðslur til erlendra aðila og annarra, sem bera takmarkaða skattskyldu hér á landi.

◆ **Lánaupplýsingar**
Bankalán, fasteignaveðlán, bílalán og önnur lán. Skilaskyldar eru allar fjármálastofnanir (bankar, sparisjóðir, lífeyrissjóðir, tryggingafélög, fjármögnunarleigur o.s.frv.) sem hafa lánað fé til einstaklinga og lögaðila.

◆ **Greiðslur fyrir leigu eða afnot**
Skilaskyldir eru þeir sem innt hafa af hendi hvers konar greiðslur fyrir leigu eða afnot af lausafé, fasteignum og fasteignaréttindum eða öðrum réttindum. Einnig þeir sem hafa í atvinnuskyni milligöngu um útleigu.

◆ **Fjármagnstekjur**
Þeir aðilar sem innheimt hafa vexti skulu skila upplýsingum um slíkar fjármagnstekjur og tilgreina sundurliðun á móttakendur og þá staðgreiðslu fjármagnstekjuskatts sem haldið hefur verið eftir. Hér er einkum um að ræða innheimtuaðila, t.d. lögmannsstofur.

◆ **Staðfesting á tilteknum hlutabréfakaupum (listi yfir þátttakendur)**
Skilaskyld eru öll hlutafélög og einkahlutafélög sem fengið hafa staðfestingu ríkisskattstjóra á að þau uppfylli skilyrði fyrir því að kaup einstaklinga á hlutum í hlutafjáraukningu félagsins geti veitt rétt til skattfrádráttar sbr. B-lið 1. mgr. 30. gr. laga nr. 90/2003.

◆ **Mótteknar gjafir og framlög til félaga sem skráð eru á almannaheillaskrá Skattsins**
Skilaskyldir eru allir þeir lögaðilar sem samþykktir hafa verið til skráningar á almannaheillaskrá Skattsins og skal skila upplýsingum um fjárhæðir móttekinna gjafa/framlaga, sundurliðað eftir gefendum ásamt kennitölum.

Skilafrestur er til 20. janúar

Sjá nánar auglýsingu ríkisskattstjóra nr. 1449/2022 í B-deild Stjórnartíðinda.

Skatturinn

skatturinn@skatturinn.is

442 1000

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

Sammála Sólveigu um stéttamismunun

bth@frettabladid.is



Guðmundur Ævar Oddsson, prófessor í félagsfræði við HA

KJARAMÁL Ummæli Sólveigar Önnu Jónsdóttur, formanns Eflingar, um stéttaandúð eru ekki úr lausu lofti gripin að sögn sérfræðings í stéttarannsóknum.

Guðmundur Ævar Oddsson, prófessor í félagsfræði við Háskólann á Akureyri, segir rannsóknir styðja málflutning Sólveigar.

„Við upplifum mikla stéttaandúð, mikla andúð á láglaunakonum og ekki síst aðfluttum láglaunakonum," sagði Sólveig í Fréttablaðinu í gær sem telur ekki hlustað sem skyldi á sjónarmið Eflingar.

„Það eru gild rök fyrir því sem Sólveig segir," segir Guðmundur.

Hann segir að láglaunafólk og ekki síst aðfluttar konur hafi samkvæmt rannsóknum afar lága rödd í samfélaginu. Hinir velmegandi hafa meiri völd en hinir fátæku. Viðmið millistéttar hér á landi séu önnur en hjá þeim sem lægst launin hafa.

„Þetta er hópur sem situr neðst í virðingarstiganum um allan heim," segir Guðmundur Ævar.

Þá fylgi oft fordómar gagnvart láglaunahópum sem jafnvel birtist í mismunun innan heilbrigðiskerfisins.

„Stéttaskipting er sannarlega fyrir hendi hér á landi þótt hún sé kannski ekki eins ýkt og sums staðar annars staðar," segir Guðmundur Ævar. Hann segir að frekari rannsóknir þurfi til hér á landi á högum láglaunafólks og frekari stéttarannsóknir. ■



Hundrað þúsund króna gjafabréf frá Play er dregið út í hverri viku.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Finndu þotu Play og fljúgðu út í heim

gar@frettabladid.is

LEIKIR Fréttablaðið byrjar í dag í samstarfi við flugfélagið Play nýjan gjafaleik þar sem þátttakendur geta á næstu fjórum vikum unnið fjögur eitt hundrað þúsund króna gjafabréf frá Play.

Til að taka þátt þarf að finna Play-þotuna á flugi í Fréttablaði dagsins, skrá sig inn á www.frettabladid.is/lifid/playleikur og segja á hvaða blaðsíðu þotan er. Dregið er vikulega úr lausnum frá allri vikunni. Því oftar sem þú skráir þig, því líklegra er að þú vinnir. ■



HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

Auglýst er eftir umsóknum um styrki vegna vinnustaðanáms á árinu 2022.

Sjóðurinn veitir styrki til fyrirtækja og stofnana vegna vinnustaðanáms og starfsþjálfunar sem er skilgreindur hluti af starfsnámi skv. aðalnámskrá framhaldsskóla.

Umsóknarfrestur er til 20. janúar 2023, kl. 15:00.

Markmið sjóðsins er að hvetja fyrirtæki og stofnanir til þess að taka við nemendum sem stunda vinnustaðanám sem hluta af námi á framhaldsskólastigi og gera þeim kleift að ljúka tilskildu vinnustaðanámi.

Umsóknargögn og leiðbeiningar er að finna á slóðinni
www.rannis.is/sjodir/menntun/vinnustadanamssjodur/
Umsóknum skal skilað á rafrænu formi.

Nánari upplýsingar veitir
Skúli Leifsson, sími 515 5843,
vinnustadanamssjodur@rannis.is

rannís
www.rannis.is



Þórshöfn í Langanesbyggð þar sem sýslumannsfulltrúinn hefur aðsetur í dag.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Eina ríkisstarfið í hættu

Langanesbyggð berst til síðasta blóðdropa fyrir einu ríkisstarfi. Pólitísk spurning hvort öllum opinberum störfum verður sópað undir einn hatt að sögn prófessors.

bth@frettabladid.is

LANGANESBYGGÐ Eina opinbera starfið í Langanesbyggð, starf sýslumannsfulltrúa á Þórshöfn, er á síðasta söludegi og stefnir í að ekkert opinbert starf verði eftir í sveitarfélaginu innan árs.

Kona sinnir starfinu. Ástæða þess að leggja átti niður starf hennar um síðustu áramót er að ekki er kveðið á í nýrri reglugerð um að sýslumaðurinn á Húsavík reki útibú á Þórshöfn að sögn Björns S. Lárussonar, sveitarstjóra Langanesbyggðar.

Verkefni sýslumannsfulltrúa á Þórshöfn hafa falist í skönnun á ýmsum skjölum og fleiri verkefnum á landsvísu. Hluti starfanna felst í staðbundinni þjónustu, útgáfu ökuskírteina, þinglýsingum, vegabréfum og fleira. Það sparar Þórshafnarbúum og öðrum íbúum Langanesbyggðar mikil ferðalög að þurfa ekki að aka til Húsavíkur til að sækja sér þjónustu, enda 320 kílómetra akstur fram og til baka þannig að til mikils er að vinna fyrir íbúana að halda starfinu í heimabyggð.

Heimamenn á Þórshöfn með sveitarstjórnarfólk í broddi fylkingar fóru fram á að reglugerðinni yrði breytt. Það gekk ekki í gegn en dómsmálaráðuneytið féllst á að framlengja samninginn um starfið í Langanesbyggð um eitt ár. Að óbreyttu verður ekkert opinbert starf á Þórshöfn eftir næstu áramót.

> Eiga störf hins opinbera að vera staðsett úti um allt land eða viljum við að öllu landinu verði sinnt frá einum stað?



Þóroddur Bjarnason, prófessor í félagsfræði við HÍ

„Af því að við búum svo afskekkt og höfum mikinn kostnað af því að sækja okkur ýmsa lögbundna þjónustu, sem dæmi bifreiðaskoðun, finnst okkur þessi þróun stinga í stúf," segir Björn.

Hann segir það einnig hafa hleypt illu blóði í heimamenn að innviðaráðherra hafi hróðugur heimsótt Akureyringa fyrir skömmu og fært þeim fjögur ný störf hjá Húsnæðis- og mannvirkjastofnun. Á sama tíma hafi Þórshafnarbúum verið tilkynnt að eina opinbera starfið þeirra yrði lagt niður.

Þóroddur Bjarnason, prófessor í félagsfræði við Háskóla Íslands, segir að tæknibreytingar hafi gjörbreytt aðstæðum í opinberri starfsemi. Fyrir tíma internetsins og nútíma hátta hafi þurft opinbera starfsemi víða um land vegna fjarlægðanna.

„Svo koma þessar miklu tæknibreytingar sem gefa kost á að skipuleggja störf hins opinbera heildstætt," segir Þóroddur. Tæknibreytingarnar bjóði upp á meiri dreifingu starfa en nokkru sinni.

„En tæknibreytingarnar gefa líka kost á meiri samþjöppun en nokkru sinni," segir Þóroddur. „Það er sem sagt hægt að nýta sömu tækni til að ýmist dreifa opinberum störfum út um allt land eða sinna öllu landinu frá einum stað."

Þóroddur segir að eitt opinbert starf skipti miklu máli fyrir fámennt sveitarfélag en þetta mál sé stærra en svo að það snúist bara um það.

„Það snýst um pólitískan vilja og stefnumótun. Eiga störf hins opinbera að vera staðsett úti um allt land eða viljum við að öllu landinu verði sinnt frá einum stað?" ■

Boða skref í átt að nýrri þjóðarhöll

kristinnpall@frettabladid.is

ÍÞRÓTTIR „Þetta er mikilvægt skref, sem undirstrikar að framkvæmdanefndin sem var skipuð á síðasta ári hefur unnið gott og mikilvægt starf. Nefndin er búin að leggja grunn að verkefninu, hefur fundað með mér, ráðherrum ríkisstjórnarinnar og nú borgarráði. Þau eru að funda með sérstökum ráðgjafarhópi allra hagsmunaaðila, íþróttafélaganna í Dalnum og sérsamböndunum á næstunni til þess að fá viðbrögð við drögunum að uppleggi þessa verkefnis," segir Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri Reykjavíkur, spurður út í tíðindi af nýrri þjóðarhöll.

Borgarráð samþykkti í vikunni að veita borgarstjóra umboð til að ganga til samninga við ríkið um verkefnið, stofnkostnað og rekstur á þjóðarhöll í Laugardal. Í bókuninni kemur fram að borgarráð hafi fengið kynningu á starfi framkvæmdanefndar um þjóðarhöll og að borgarstjóri fái heimild til að hefja viðræður við ríkið.

> Þetta er mikilvægt skref, sem undirstrikar að framkvæmdanefndin sem var skipuð á síðasta ári hefur unnið gott og mikilvægt starf.
>
> Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri

„Það er samráð um þessar hugmyndir sem liggja fyrir, en það er líka ljóst að ef þessi metnaðarfulla tímaáætlun á að standast sem er miðað við, þá þurfa ríki og borg að ná samkomulagi um skiptingu stofnkostnaðar og rekstrarkostnaðar til framtíðar. Það er verkefnið sem er að koma inn á okkar borð," segir Dagur sem segir að horft sé til að ný höll verði tilbúin árið 2025.

Borgarráðsfulltrúar Samfylkingarinnar, Framsóknarflokks, Pírata og Viðreisnar lýstu yfir að þetta væri fagnaðarerindi í bókun og töluðu um að þetta myndi stórbæta aðstöðu barna og ungmenna í Laugardal ásamt því að vera lyftistöng fyrir aðstöðu landsliða. Þá auki þetta samkeppnishæfi borgarinnar á alþjóðavettvangi og því sé mikilvægt að ná samningum við ríkið sem fyrst.

„Leiðarljós borgarinnar í þessu er að skapa framúrskarandi aðstæður fyrir börn og unglinga í Laugardalnum ásamt því að vera þjóðarleikvangur í íþróttum. Þetta er hugsað til lengri tíma," segir Dagur. ■

NÝR TOYOTA COROLLA CROSS HYBRID

ALLT Í CROSS



Toyota Corolla Cross Hybrid
Með aldrifi AWD-i
Verð frá 7.350.000 kr.

KINTO ONE langtímaleiga
Verð frá: 150.000 kr. á mán.

Nýr **Toyota Corolla Cross Hybrid** er hinn fullkomni fjölskyldubíll, hærri og stærri útgáfa af Toyota Corolla og byggður á reynslu og árangri. Þetta færðu allt í Cross.

TOYOTA – MEST SELDA BIFREIÐATEGUNDIN Á ÍSLANDI
33
ÁR Í RÖÐ

TOYOTA TRYGGINGAR
vátryggt af TM

7 ÁBYRGÐ · 3 ÁRA ÞJÓNUSTA · SPORLAUS

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
480 8000

2018
UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

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

Vinabæjarboði frá Úkraínu hafnað

kristinnpall@frettabladid.is

REYKJANESBÆR Boð frá úkraínska bænum Tsjortkív um vinabæjarsamstarf við Reykjanesbæ hefur verið afþakkað. Þetta kom fram á fundi bæjarráðs í vikunni en þar var Tsjortkív þakkaður sýndur áhugi.

22 íbúar Tsjortkív særðust í eldflaugaárás Rússa síðasta sumar.

Á vef Reykjanesbæjar kemur fram að bærinn eigi tvo vinabæi, Kerava í Finnlandi og Trollättan í Svíþjóð, en Tsjortkív, tæplega þrjátíu þúsund manna bær í suðurhluta Úkraínu, hlaut ekki náð fyrir augum bæjarráðs. ■



Kröfurnar eru samanlagt 434 talsins.

Afskrifa á fimmta hundrað krafna

kristinnpall@frettabladid.is

AKUREYRI Bæjarráð Akureyrarbæjar samþykkti tillögu fjársýslusviðs um að afskrifa 434 kröfur á nýjasta fundi sínum. Heildarfjárhæðin sem um ræðir er tæplega níu milljónir króna.

Heildarfjárhæðin er tæplega níu milljónir króna.

Í fundargerðinni kemur fram að þarna sé einnig að finna yngri kröfur hjá gjaldþrota aðilum og einstaklingum sem fengið hafa greiðsluaðlögun en Dan Jens Brynjarsson, sviðsstjóri fjársýslusviðs Akureyrarbæjar, segir þetta hafa verið ýmis þjónustugjöld sem ekki voru greidd. ■



Vel er fylgst með landrisinu. Breytingarnar eru hvað augljósastar suðaustanlands þar sem Vatnajökulsfargið er alltaf að minnka. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Landið rís hratt suðaustanlands út af sífellt minnkandi fargi Vatnajökuls

Landið hefur risið um 30 sentimetra við Hornafjörð á 30 árum og tvöfalt meira inn til jöklanna á því svæði. Enda þótt það geti unnið á móti hækkun sjávar er breytingin mikil áskorun fyrir íbúa svæðisins.

ser@frettabladid.is

NÁTTÚRA Landið rís núna um ellefu til fjórtán millimetra á ári við Höfn í Hornafirði og enn meira inn til jökulsporðanna á þeim slóðum, svo mjög raunar yfir lengri tíma litið, að eftir er tekið. Hornfirðingar hafa fyrir vikið þurft að grípa til æ fleiri aðgerða til að tryggja innsiglinguna í firðinum.

„Jökulfargið er alltaf að minnka," segir Þorvarður Árnason, náttúrufræðingur á staðnum, sem fylgst hefur með sköpulagi Vatnajökuls um árabil sem starfsmaður Háskóla Íslands. Hann minnir á síðari tíma jarðsögu, en á litlu ísöldinni, sem hófst á fjórtándu öld, hafi jöklarnir skriðið fram og stækkað, allt fram til 1890.

„Þá koma kaflaskilin," segir Þorvarður og bendir á Breiðamerkurjökul sem hafi hætt að stækka.

Þetta er mikil áskorun fyrir okkur – og kallar á sífellda dælingu úti á Grynnslunum.



Sigurjón Andrésson, bæjarstjóri á Höfn

„Hann hopar fyrst hægt, það glittir í lónið 1932, svo kólnar heldur um skeið, en frá 1990 hefur bráðnunin verið stöðug og hröð – og raunar æ hraðari ár frá ári að undanförnu," útskýrir fræðimaðurinn.

Landið bregðist við með því að lyftast – og það staðfesta tölur úr skjalastafla Guðmundar Valssonar, fagstjóra Landmælinga Íslands.

Við Höfn hefur landið risið um 30 sentimetra á þessum tíma og inn til jökla um 60 sentimetra.



Guðmundur Valsson, fagstjóri Landmælinga

Hann segir landrisið hafa aukist sérstaklega mikið á síðustu fimm árum – og þegar horft sé yfir línulaga þróun síðustu þrjátíu ára sé breytingin augljós.

„Við Höfn hefur landið risið um 30 sentimetra á þessum tíma og inn til jökla um 60 sentimetra. Þetta eru miklar breytingar á ekki lengri tíma," segir hann og bendir á að tvær hliðar séu á öllum málum. Jákvæðu áhrifin geti verið þau að landrisið vinni á móti hækkun sjávar.

Í því mengi starfar Sigurjón Andrésson, bæjarstjóri sveitarfélagsins Hornafjarðar. „Þetta er mikil áskorun fyrir okkur – og kallar á sífellda dælingu úti á Grynnslunum, fyrir utan höfnina, til að viðhalda siglingaleiðinni um ósinn. Og vegna breytinganna erum við núna að vinna forspár með dönskum sérfræðingum um mögulegan efnisburð við ströndina," segir hann.

„Landið er að rísa mjög mikið á þessum slóðum," segir Gunnar Haukur Kristinsson, forstjóri Landmælinga Íslands, en minnir á að vel sé fylgst með svæðinu – og vöktunin sé nákvæm.

„Það má heita að við fylgjumst með þessum andardrætti landsins á sekúndufresti," en nákvæm mælingatæki sé að finna á um 35 stöðum á landinu. „Allar hreyfingar þess eru færðar til bókar jafnóðum og einhver breyting verður svo landsmenn geti gengið að réttu hæðarpunktunum á hvaða tíma sem er," segir Gunnar Haukur Kristinsson. ■

SEÐLABANKI ÍSLANDS

auglýsir eftir umsóknum um styrk tengdan nafni Jóhannesar Nordals

Auglýst er eftir umsóknum um styrk sem tengdur er nafni Jóhannesar Nordals og veittur er af Seðlabanka Íslands.

Tilgangur styrksins, sem veittur er árlega, er að styðja framtak sem miðar að því að varðveita og miðla menningarverðmætum sem núverandi kynslóð hefur fengið í arf.

Styrkfjárhæðin nemur fimm milljónum króna og verður henni úthlutað í maí 2023. Heimilt er að skipta fjárhæðinni á milli tveggja eða fleiri umsækjenda.

Umsóknarfrestur er til og með 17. mars 2023. Sótt er um styrkinn í gegnum heimasíðu bankans: www.sedlabanki.is/menningarstyrkur.

Nánari upplýsingar: Hrafnhildur Ýr Bernharðsdóttir á skrifstofu seðlabankastjóra.

SEÐLABANKI ÍSLANDS
Kalkofnsvegi 1 · 101 Reykjavík · 569 9600 · sedlabanki@sedlabanki.is

Þúsundir blóta hjá íþróttafélögunum

kristinnpall@frettabladid.is

REYKJAVÍK „Það er heldur betur eftirvænting og það eru margir að dusta rykið af dansskónum eftir þriggja ára bið," segir Lísa Björg Ingvarsdóttir, umsjónaraðili Þorrablóts ÍR, sem fer fram í kvöld. Fjölmörg íþróttafélög eru með þorrablót um þessa helgi, enn fleiri um næstu helgi og næstu helgar.

„Þetta er stærsti hverfisviðburður ársins í Breiðholtinu. Þetta markar líka ákveðin tímamót því þetta er fyrsta þorrablótið sem fer fram í nýja íþróttahúsinu," segir Lísa.

Von er á tæplega þúsund manns í Breiðholtið í kvöld. Sama kvöld verður þorrablót hjá KR en FH-ingar héldu blót í gær. Um næstu helgi verða Stjarnan, Fjölnir og Afturelding með þorrablót líkt og Kópavogsblótið, sameiginlegt þorrablót Breiðabliks, Gerplu og HK, sem er titlað fjölmennasta blót heims.



Þorrakræsingar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Lísa segir þetta gríðarlega mikilvæga fjáröflun fyrir félögin.

„Þetta skiptir gríðarlega miklu máli fyrir fjárhag félaganna en um leið er mikill ágóði af þessu samfélagslega. Þarna eru allar deildir félaganna að sameinast." ■


NÆRANDI
HREYFING
Í 25 ÁR
hreyfing.is
HREYFING SPA

Afmæli í kyrrþey



Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Síðasta ár leið á enda án þess að haldið væri upp á eitt af helstu stórafmælum í efnahagssögu landsmanna. Glösum var hvergi klingt af því tilefni – og því síður að nokkur heilvita maður stigi á stokk og fagnaði tímamótunum.

En krónan varð sumsé 100 ára.

Afmælið fór fram í kyrrþey. Og það gat líklega aldrei orðið annað en svo. Það fagnar heldur enginn kvalara sínum. Og þótt meðvirknin með heimilisofbeldi þessa minnsta og ræfilslegasta gjaldmiðils heims hafi verið svo að segja alger um ár og daga, fannst eyjarskeggjum það líklega ekki við hæfi að halda opinberlega upp á daginn hans.

Það hefði sennilega enginn mætt, hvort eð er. Enda var engu að fagna. Krónan hefur rýrnað um 99,995 prósent frá því 1922 og valdið ómældu tjóni og eignarýrnun hjá almenningi og fyrirtækjum.

Þessi ósjálfstæði gjaldmiðill kostar þjóðina hátt í milljarð á dag. Til að halda honum á floti þarf um 900 milljarða varasjóð sem ber enga vexti, en það eru gríðarlegir fjármunir sem fást fyrir vikið ekki til að leysa mörg brýnustu velferðarmál líðandi stundar.

Og þetta er sérislenskur yfirgangur og valdníðsla. Engir íbúar nágrannalandanna myndu sætta sig við krónu eins og þá íslensku sem veldur því að húsnæðislán eru allt að fjórum sinnum dýrari en hjá þeim.

Og ekki er öll vitleysan eins, því engin þjóð í heiminum notar verðlagsvísitölu til að tryggja verðmæti útlána. En andlag þeirra óskapa er að unga fólkið á Fróni þarf að greiða íbúðina sína allt að þrisvar sinnum á ævinni á meðan aðrir Evrópubúar borga hana aðeins rúmlega einu sinni.

Krónan hefur knúið valdstjórnina í heila öld til að fara gegn fólki og fyrirtækjum. Í því efni má líka nefna að hvergi í vestrænum löndum er þróun húsnæðisverðs reiknuð inn í verðbólgumælingum. Önnur lönd mæla rekstrarkostnað húsnæðis þegar verðbólgan er mæld. Íslenska aðferðin hækkar verðtryggt lán óþarflega mikið.

Svo er samið í krónum, en umsamdar launahækkanir þurrkast út með gengisfellingum. Stöðugri gjaldmiðill myndi færa hverju heimili um 100 þúsund á mánuði í sparnað, eftir skatta. Og það þarf engin verkföll til að ná þeim kjarabótum.

Svo hefur krónan reynst besta vörnin gegn samkeppni. Það hvarflar ekki að nokkrum forkólfum stórra banka og tryggingafélaga úti í heimi að hefja starfsemi í svona hagkerfi.

En svo amen sé sagt á eftir efninu. Megi útför krónunnar líka fara fram í kyrrþey. ■

> Afmælið fór fram í kyrrþey. Og það gat líklega aldrei orðið annað en svo. Það fagnar heldur enginn kvalara sínum.



GUNNAR



MÍN SKOÐUN

Tilboð og útboð



Sigmarsdóttir
Sigmarsdóttir

Skorpulifur er vaxandi vandamál hér á landi. Í fréttum vikunnar kom fram að nýgengi hafi margfaldast síðustu ár. Sigurður Ólafsson, meltingar- og lifrarlæknir, segir ástæðuna aukna áfengisneyslu þjóðarinnar. Hann spáir aukinni þörf fyrir lifrarígræðslur á næstu árum.

Margir taka nú þátt í alþjóðlega heilsuátakinu „þurrum janúar“ eða „dry january“ eins og það kallast á ensku. Einn er þó sá angi mannlífsins sem virðist ósnortinn af slíkum tilraunum til sjálfsbetrunar.

Ég var stödd í flugvél Icelandair nýverið þegar kona í sömu sætaröð pantaði sér glas af hvítvíni. Flugfreyjan spurði að bragði hvort ekki mætti bjóða henni tvö því það væri tilboð. Við konan horfðumst í augu. Það var mánudagur. Hábjartur dagur. Hún var ein á ferð. Um leið og konan afþakkaði tilboðið skelltum við upp úr. Flugfreyjan brosti afsakandi – mér fannst ég bara þurfa að nefna þetta.

Maðurinn í sætaröðinni fyrir framan okkur lét sömu forsendur ekki aftra sér. Hann pantaði sér tvær ginflöskur.

> Hvað með þarfir þeirra sem hugsa um heilsuna eða ferðast með börn? Eða okkar sem ferðumst þurr í janúar?

Sjúss eða samloka

Í síðustu viku tilkynntu forsvarsmenn veitingastaðarins Joe & The Juice að þeir hefðu dregið sig út úr útboði um rekstur veitingastaða á Keflavíkurflugvelli. Var ástæðan meðal annars krafa Isavia um að allir veitingastaðir á flugvellinum yrðu að selja áfengi.

Sama dag bárust fréttir af því í Bretlandi að karlmaður hefði verið dæmdur í átta vikna fangelsi fyrir ólæti í flugi frá Alicante til Newcastle. Maðurinn hafði drukkið áfengi í vélinni sem hann hafði haft meðferðis. Áfengið var gert upptækt því aðeins mátti drekka áfenga drykki sem keyptir voru um borð. Maðurinn gerði sér lítið fyrir og sótti veigarnar aftur, skaust inn á klósett, þambaði drykkina og lét í kjölfarið öllum illum látum.

Flugsamgöngur bjóða ekki aðeins þyngdarlögmálinu birginn heldur einnig lögmálum um almennt háttalag. Sæist einhver heima hjá sér skola morgunkorninu niður með stórum Tuborg sætti það tíðindum. En á flugvelli þykir bjór klukkan sex að morgni ekkert tiltökumál.

Íslensk flugfreyja sagði í samtali við mbl.is að íslenska ferðalanga þyrsti í fleira en sólina er þeir legðu land undir fót. Hún sagði það gerast allt of oft að gleðin tæki öll völd svo „að hringja þyrfti á aðstoð og jafnvel hjólastóla til að aðstoða fólk frá borði“.

Undirrituð slær sjaldan hendinni á móti glasi af köldu hvítvíni. En verða allir veitingastaðir á Keflavíkurflugvelli að vera drykkjubúllur? Þurfa þeir allir að bjóða upp á bjór, hvítt, rautt og tækifæri til að verða sér til skammar? Hvað með þarfir þeirra sem hugsa um heilsuna eða ferðast með börn? Eða okkar sem ferðumst þurr í janúar? Hvers vegna má Keflavíkurflugvöllur eins og aðrir flugvellir ekki fanga breidd mannlegra langana?

Fríhafnir flugvalla, þar sem kaupa má Toblerone án þess að greiða tolla og gjöld, eru svæði undanskilin venjubundnum kvöðum samfélagsins. Svo virðist sem sú trú sé útbreidd að flugvallarbarinn sé að sama skapi einhvers konar atferlisfríhöfn, svæði undanskilið afleiðingum gjörða okkar, dómi samborgara og áhrifum á nærumhverfi. En feilspor ferðalangsins verður hvorki eftir á vellinum né í vélinni. Og þótt við séum í frii fær lifrin í okkur ekki frí.

Sölustöðum Joe & The Juice sem nú starfa á Keflavíkurflugvelli verður lokað á næstunni. Senn verður auðveldara að kaupa þar sjúss en samloku. ■

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jón Þórisson **RITSTJÓRI:** Sigmundur Ernir Rúnarsson *ser@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Garðar Örn Úlfarsson *gar@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Lovísa Arnardóttir *lovisa@frettabladid.is*. Fréttablaðið kemur út fimm daga í viku og hægt er að nálgast það ókeypis á 120 fjölförnum stöðum á höfuðborgarsvæðinu, á Suðurnesjum, Árborg, Ölfusi, Akranesi, Borgarnesi, Akureyri og víðar. Að auki er blaðið aðgengilegt í pdf-formi og í appi. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. Issn 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is.* **VEFSTJÓRI:** Einar Þór Sigurðsson *einarthor@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Guðmundur Gunnarsson *ggunnars@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Björk Eiðsdóttir *bjork@frettabladid.is* **MENNING:** Þorvaldur S. Helgason *tsh@frettabladid.is* **ÍÞRÓTTIR:** Hörður Snævar Jónsson *hoddi@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*



VALFRJÁLST TILBOÐ TIL HLUTHAFA ORIGO HF.

AU 22 ehf. gerir hluthöfum Origo tilboð um kaup á hlutum þeirra í félaginu á genginu kr. 101 fyrir hvern hlut

Þann 12. desember 2022 tilkynnti AU 22 ehf. („tilboðsgjafi“) að það hefði ákveðið að gera öðrum hluthöfum Origo hf. („Origo“) valfrjálst tilboð í hluti þeirra í félaginu í samræmi við ákvæði laga nr. 108/2007 um yfirtökur („lög um yfirtökur“).

Tilboðsgjafi er eignarhaldsfélag í fullri eigu Umbreytingar II slhf., framtakssjóðs í rekstri Alfa Framtaks ehf. („Alfa Framtak“). Alfa Framtak er óháður rekstraraðili sérhæfðra sjóða sem leggur áherslu á framtaksfjárfestingar og starfar samkvæmt lögum um rekstraraðila sérhæfðra sjóða nr. 45/2020. Alfa Framtak fjárfestir í fyrirtækjum, oftast sem meirihlutaeigandi og beitir sér markvisst fyrir virðisaukningu. Stefna Alfa Framtaks er að skila fyrirtækjum af sér í betra ástandi en þegar þau voru keypt og þannig skilja eftir jákvæð fótspor í íslensku viðskiptalífi.

Tilboðsgjafi gerir valfrjálst tilboð í samræmi við ákvæði X. og XI. kafla laga um yfirtökur byggt á skilmálum og skilyrðum sem sett eru fram í opinberu tilboðsyfirliti sem verður dagsett og birt 19. janúar 2023 („tilboðsyfirlitið“).

Skilmálar tilboðsins uppfylla skilyrði ákvæða 2.-4. mgr. 103. gr. laga um yfirtökur eins og um skyldubundið yfirtökutilboð væri að ræða. Af því leiðir að tilboðsgjafa verður ekki skylt að gera yfirtökutilboð í samræmi við 100. gr. laga um yfirtökur nái hann yfirráðum í Origo, í skilningi umrædds ákvæðis, í kjölfar tilboðsins.

Tilboðshafar

Tilboðið nær til allra hluta í Origo sem ekki eru í eigu tilboðsgjafa eða félagsins sjálfs við lok viðskiptadags þann 18. janúar 2023. Hluthöfum sem skráðir eru í hlutaskrá Origo í lok viðskiptadags þann 18. janúar 2023 mun verða sent tilboðsyfirlitið, samþykkiseyðublað og svarumslag.

Tilboðið nær ekki til þeirra hluthafa í Origo sem skráðir eru í hlutaskrá Origo eftir lok viðskiptadags 18. janúar 2023. Framangreind skjöl verða einnig aðgengileg hjá Arion banka hf., Borgartúni 19, 105 Reykjavík („Arion banki“) sem er umsjónaraðili með tilboðinu. Jafnframt er hægt að nálgast tilboðsyfirlitið á heimasíðu Origo, www.origo.is, í fréttakerfi Nasdaq Iceland og á heimasíðu Arion banka, www.arionbanki.is/tilbod-origo þar sem hægt verður að samþykkja tilboðið rafrænt.

Umsjónaraðili

Arion banki hefur verið ráðinn umsjónaraðili með valfrjálsa tilboðinu fyrir hönd tilboðsgjafa. Nánari upplýsingar eru veittar hjá Fyrirtækjaráðgjöf Arion banka í gegnum tölvupóstfangið origo@arionbanki.is og í síma 444-7000.

Tilboðsverð og greiðsla

Verð samkvæmt valfrjálsa tilboðinu er 101 króna fyrir hvern hlut í Origo, kvaða- og veðbandslausan. Tilboðsverðið svarar til hæsta verðs sem tilboðsgjafi hefur greitt fyrir hluti í Origo síðustu sex mánuði áður en fyrirætlan um að leggja fram valfrjálst tilboð var birt. Greiðslur fyrir hluti þeirra sem tilboðið samþykkja verða greiddar í íslenskum krónum inn á þann bankareikning sem tengdur er vörslureikning bréfanna. Greiðslan verður innt af hendi eigi síðar en fimm viðskiptadögum eftir að gildistími valfrjálsa tilboðsins rennur út.

Tilboðstímabil

Gildistími valfrjálsa tilboðsins er fimm vikur, frá kl. 09:00 þann 19. janúar 2023 til kl 13:00 þann 22. febrúar 2023. Samþykki valfrjálsa tilboðsins verður að hafa borist umsjónaraðila eigi síðar en kl. 13.00 þann 22. febrúar 2023. Hluthafar bera sjálfir ábyrgð á að skrá samþykki tilboðsins rafrænt á vef valfrjálsa tilboðsins (www.arionbanki.is/tilbod-origo) eða að afhenda samþykkiseyðublaðið til Arion banka í samræmi við skilmála tilboðsyfirlitsins. Tilboðsgjafi áskilur sér einhliða rétt til að samþykkja þau samþykkiseyðublöð sem berast eftir að gildistími tilboðsins rennur út. Framlengja má valfrjálsa tilboðið að því marki sem ákvæði laga um yfirtökur leyfa. Tilboðið er háð þeim skilyrðum sem koma fram í opinbera tilboðsyfirlitinu.

Framtíðaráætlanir

Tilboðsgjafi telur að ákveðin kaflaskil hafi átt sér stað hjá Origo í kjölfar sölu á öllum eignarhlut félagsins í Tempo til fjárfestingasjóðsins Diversis Capital. Alfa Framtak vill taka þátt í þeim umbreytingum sem eru fylgifiskur slíkra kaflaskila í góðri samvinnu við núverandi stjórnendur og aðra hluthafa með því að skerpa enn frekar á þjónustuframboði og skipulagi félagsins – viðskiptavinum og félaginu til hagsbóta. Í þessu gæti meðal annars falist aukið sjálfstæði einstakra rekstrareininga, svo sem notendalausna, og einnig kæmi til greina að skoða að fá inn meðfjárfesta í aðrar einstakar rekstrareiningar félagsins, en í því samhengi mætti til dæmis nefna Syndis og lausnir fyrir ferðaþjónustu. Tækifæri gætu einnig falist í nýtingu á fjármunum félagsins til uppkaupa á hentugum viðbótareiningum við rekstur félagsins ef slík tækifæri sýna sig hratt, eða útgreiðslu hluta fjármunanna til hluthafa. Tilboðsgjafi telur jafnframt að tækifæri geti falist í almennri endurskipulagningu og endurskoðun á húsakosti félagsins. Það er skoðun tilboðsgjafa að hlutabréf félagsins skuli afskráð úr kauphöll í því skyni að skapa aukinn sveigjanleika fyrir þær breytingar sem tilboðsgjafi telur að ráðast þurfi í. Verði hlutirnir teknir úr viðskiptum, sem er meðal annars háð samþykki Nasdaq Iceland hf., verða þeir ekki skráðir á neinum viðurkenndum verðbréfamarkaði eða markaðstorgi fjármálagerninga og upplýsingagjöf félagsins verður takmarkaðri. Líkur eru því á að enginn virkur markaður verði með hlutina sem dregur úr seljanleika hlutabréfanna.

Reykjavík, 14. janúar 2023
AU 22 ehf.

Arion banki

ALFA

Sófahelgi allra sófahelga

Það er íþróttahátíð um helgina þar sem hver stórviðburðurinn á fætur öðrum fer fram hér á landi sem og erlendis. Fyrst ber að nefna íslenska handboltalandsliðið sem mun á laugardagskvöld mæta Ungverjum í áhugaverðri rimmu á heimsmeistaramótinu. Bikarúrslitahelgi er á Íslandi þar sem leikið verður til þrautar og þá eru stórleikir í enskum fótbolta. Íþróttaáhugafólk hefur í nægu að snúast um helgina og allt eins líklegt að fólk komist aðeins rétt svo á klósettið á milli stórviðburða.

hordur@frettabladid.is



Laugardagur – 12.00
Man. Utd – Man. City
Enska úrvalsdeildin
Síminn Sport

Helgin fer af stað með látum þegar einn stærsti leikur hvers árs fer fram í Manchester-borg. Bláa liðið fer þá í stutt ferðalag og heimsækir Rauðu djöflana á Old Trafford. Manchester City lék sér að United í fyrri leik liðanna og eiga þeir rauðu harma að hefna. United hefur undir stjórn Erik ten Hag verið á góðu skriði en nú er komið að stóra prófinu, Manchester City kemur sært til leiks eftir að hafa fallið úr leik í deildarbikarnum á miðvikudag. Erling Haaland skoraði þrennu í fyrri leik liðanna og er líklegur til afreka á Old Trafford.



Laugardagur – 13.30
Haukar – Keflavík
Bikarúrslit kvenna i körfubolta
RÚV

Það er alvöru tvíhöfði í Laugardalshöll þegar bikarúrslit í kvenna- og karlaflokki fara fram. Konurnar ríða á vaðið með stórleik Hauka og Keflavíkur. Bæði lið unnu sannfærandi sigra í undanúrslitum og má búast við jöfnum leik. Um er að ræða tvö efstu liðin í deildarkeppni en Keflavíkur situr á toppnum með 14 sigra í 15 leikjum, Haukar hafa unnið leik minna. Það verður því ekkert gefið eftir á parketinu í Laugardalnum þegar stálin stinn mætast.



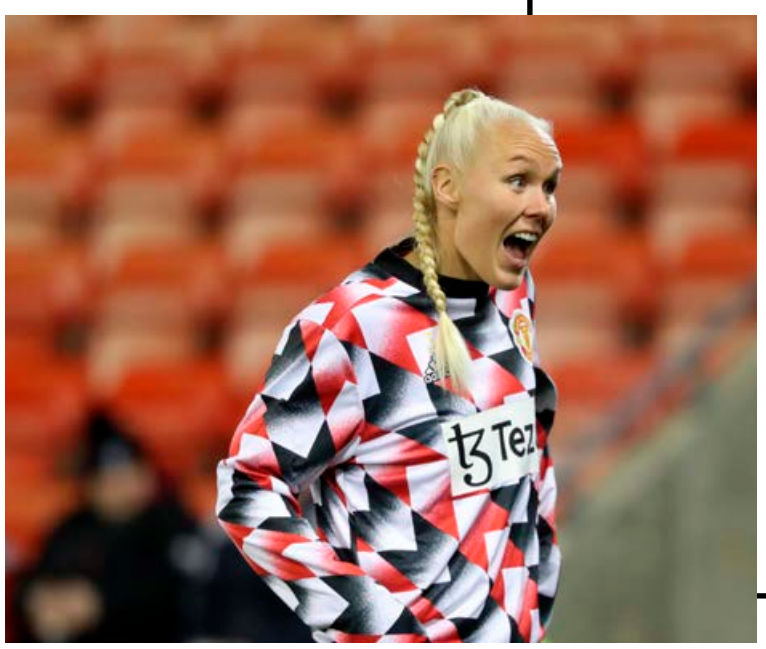
Laugardagur – 16.15
Stjarnan – Valur
Bikarúrslit karla í körfubolta
RÚV

Íslandsmeistarar Vals mæta til leiks í úrslitum bikarsins gegn liði sem hefur siglt þessa leið ítrekað á undanförnum árum. Stjarnan vann afar sannfærandi sigur á Hetti í undanúrslitum en Valur rétt marði sterkt lið Keflavíkur. Valur er á toppnum í deildinni með 20 stig, helmingi fleiri en Stjarnan hefur sópað til sín í deildinni. Búist er við góðri mætingu í Laugardalshöllina en þeir sem ekki komast geta sest í sófann og fylgst með öllu sem gerist í Laugardalnum í dag.



Laugardagur – 19.30
Ísland – Ungverjaland
HM í handbolta
RÚV

Eftir góðan sigur á Portúgal í fyrsta leik á HM kemur íslenska liðið fullt sjálfstrausts til leiks gegn Ungverjalandi. Margir eru enn að jafna sig eftir sárgrætilegt tap gegn Ungverjum á Ólympíuleikunum í London árið 2012. Nú er komið að hefndardögum og munu lærisveinar Guðmundar Þ. Guðmundssonar leggja allt í sölurnar til að vinna. Fari liðið með sigur af hólmi er nánast öruggt að liðið fer með fullt hús stiga í milliriðil. Það er líklegt að þjóðhátíðarstemming verði úti um allt land á laugardagskvöld ef vel fer.



Sunnudagur – 14.00
Man United – Liverpool
FA Women's Super League
Viaplay

Grannaslagur af bestu gerð í kvennaboltanum á Englandi fer fram á sunnudag. Manchester United er að berjast á toppi deildarinnar á meðan Liverpool er í neðri hlutanum. Rígurinn á milli félaganna er gríðarlegur en í liði Manchester United er hin íslenska María Þórisdóttir sem er alla jafna í byrjunarliði United sem vinstri bakvörður.



Sunnudagur – 16.00
Tottenham – Arsenal
Enska úrvalsdeildin
Síminn Sport

Síðasti stóri viðburðurinn þessa helgina er svo viðureign Tottenham og Arsenal, orrustan um Norður-London svíkur sjaldan. Blóð, sviti og tár einkenna oftast þessa leiki sem alla jafna vinnast á heimavelli. Tottenham vann eftirminnilegan sigur á Arsenal á þessum sama velli á síðustu leiktíð sem reyndist örlagavaldur á tímabilinu. Tottenham fór í Meistaradeildina en Arsenal sat eftir með sárt ennið. Arsenal hefur aðeins tapað einum deildarleik á þessu tímabili á meðan Tottenham hefur hikstað hressilega.



Skoda
Enyaq 80 & 80X
Enyaq 80X Coupé
RS Enyaq Coupé



Mitsubishi
Eclipse Cross



Audi
e-tron
e-tron GT
Q4 e-tron
e-tron Sportback



Volkswagen
ID.Fjölskyldan
ID.Buzz Pro
ID.Buzz Cargo
Multivan T7

Rafmögnuð vetrarsýning!

Í dag blásum við til rafmagnaðrar vetrarsýningar. Þar getur þú kynnt þér allt sem viðkemur rafbílum og hleðslulausnum.

Gestum og gangandi verður boðið upp á ljúffengan ís frá Valdísi og rjúkandi kaffi frá Te og kaffi.

Líttu við milli kl. 12 og 16 á Laugavegi 174 og taktu þátt í rafmagnaðri bílasýningu með okkur!

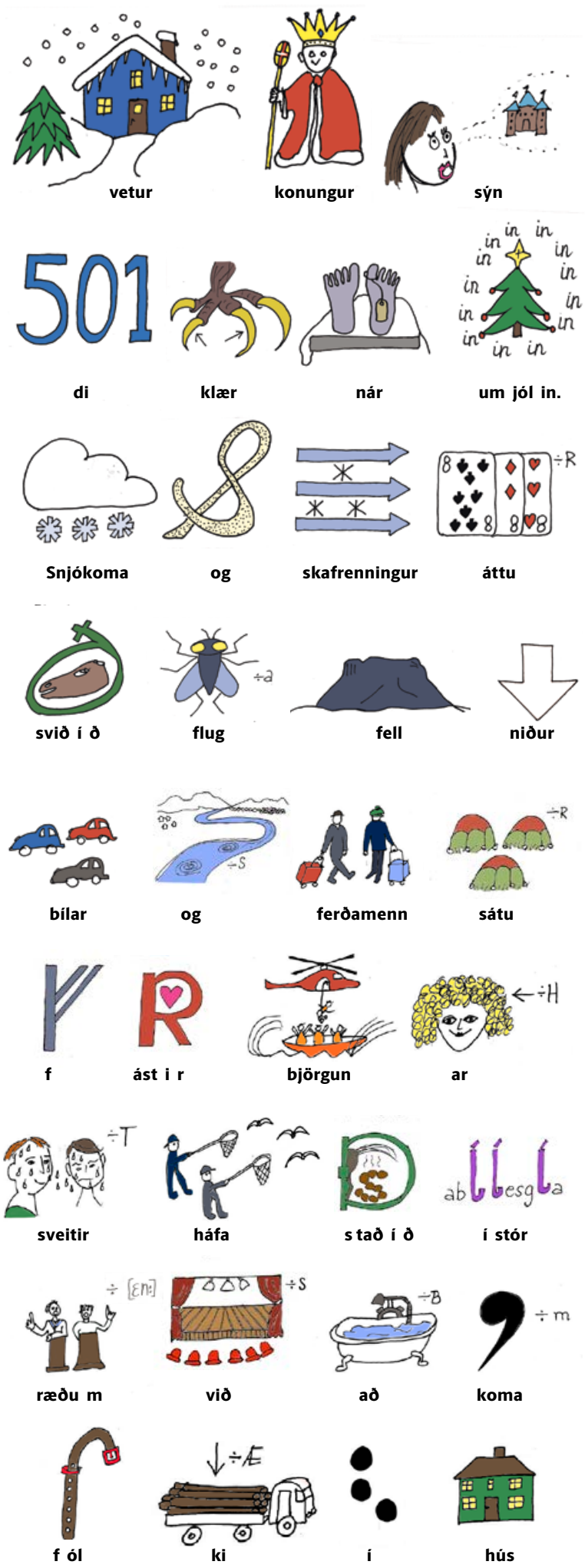
Hekla

www.hekla.is

ÁRAMÓTAMYNDAGÁTAN

Lausn á myndagátu Fréttablaðsins 2022

Vetur konungur sýndi klærnar um jólin. Snjókoma og skafrenningur áttu sviðið. Flug féll niður. Bílar og ferðamenn sátu fastir. Björgunarsveitir hafa staðið í stórræðum við að koma fólki í hús



Hefð að leysa gátuna

„Í alvöru?! Æðislegt, takk kærlega," segir Steinar Mar Ásgrímsson sigurvegari í áramótamyndagátu Fréttablaðsins þegar honum eru færðar fréttir af sigrinum. „Það er hefð hjá tengdafjölskyldunni að leysa þessa gátu og við gerum það alltaf á milli jóla og nýárs," segir Steinar.

„Við leysum þetta sitt í hvoru horninu og berum svo saman bækur okkar," bætir hann við.

Steinar segir gátuna hafa verið heldur erfiða í ár. „Sérstaklega byrjunin en þegar ég var kominn af stað þá varð þetta lítið mál," segir hann. ■



Kjartan, Þórunn, Sigga Eyrún og Hansa við æfingar fyrir tónleikana sem fram fara á morgun. Á myndina vantar Margréti Eir sem nú er við æfingar á söngleiknum Chicago á Akureyri. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Dívurnar saman að nýju

Söngdívurnar Þórunn Lárusdóttir, Margrét Eir, Sigga Eyrún og Hansa syngja lög úr ýmsum söngleikjum á tónleikum í Salnum í kvöld.

birnadrofn@frettabladid.is

Þetta er æðislegur hópur og svo erum við góðar vinkonur líka svo þetta er rosalega gaman," segir söngkonan Þórunn Lárusdóttir. Hún kemur fram á tónleikum í Salnum í kvöld ásamt dívunum Sigríði Eyrúnu Friðriksdóttur, Margréti Eir Hönnudóttur og Jóhönnu Vigdísi Arnardóttur, þekktri sem Hönsu. Kjartan Valdemarsson spilar á píanó og segir glettin Þórunn hann fimmtu dívuna.

Á tónleikunum: Sendið inn dívurnar – aftur, syngja dívurnar lög úr söngleikjum. Tónleikarnir voru á dagskrá í október 2021 og snúa nú aftur vegna mikillar eftirspurnar.

„Okkur fannst kominn tími til að endurtaka þetta," segir Þórunn. „Þetta var svo gaman síðast og við erum virkilega spenntar."

Þórunn segir engar reglur um það hvaða lög séu sungin á tónleikunum nema að lögin séu úr söngleikjum.

> Mér sjálfri finnst þetta svo gaman. Bæði að syngja þessi lög sjálf og hlusta á stelpurnar sem eru svo æðislegar.

Bæði skiptist dívurnar á að syngja, syngi allar saman og taki dúetta. Hún segir prógrammið hafa tekið einhverjum breytingum svo að þau sem hafi komið síðast geti vel komið og skemmt sér aftur.

„Mér sjálfri finnst þetta svo gaman. Bæði að syngja þessi lög sjálf og hlusta á stelpurnar sem eru svo æðislegar, ég elska að hlusta á þær syngja," segir Þórunn.

Spurð að því hvert sé uppáhalds söngleikjalag hennar segir hún ómögulegt að svara því. „Það fer svo mikið eftir því hvað er að gerast hjá manni og hvernig manni líður," segir hún. „Ég myndi segja að öll lögin sem ég er að syngja á laugardaginn séu uppáhaldslögin mín."

Þórunn segist hafa verið söngleikjaaðdáandi lengi. „Mamma mín er leikkona og var svolítil söngleikjadíva," segir Þórunn en móðir hennar er Sigríður Þorvaldsdóttir sem var brautryðjandi í íslenskri söngleikjamenningu. „Mamma var í þessum helstu söngleikjum og ein breytingin á tónleikunum er að ég syng eitt lag sem hún söng í gamla daga," segir hún.

„Það er úr söngleiknum Gæjar og píur sem var hittari í Þjóðleikhúsinu árið 1985. Ég sá þetta ótrúlega oft. Mamma og Bessi Bjarnason voru þarna upp á sitt besta og þetta lagði grunninn að mínum söngleikjaáhuga," segir hún.

Þegar ljósmyndara bar að garði á æfingu hjá dívunum vantaði Margréti Eir en hún er við æfingar á söngleiknum Chicago á Akureyri. „Hún er að æfa þetta núna en þegar Chicago var sýnt síðast fór Hansa með hlutverk þar og mamma mín var í Chicago þegar það var fyrst sett upp á Íslandi," segir Þórunn. Spurð að því hvort tekið verði lag úr Chicago á tónleikunum segir hún það verða að koma í ljós. „Það gæti læðst inn eitt lag," segir hún. ■

Í VIKULOKIN

Verkföll nú skaða mest fólkið sjálft



Ólafur Arnarson

Maður kemst ekki hjá því að velta fyrir sér hvað formanni Eflingar gengur til með því að keyra allt í hnút í kjaraviðræðum og efna til verkfalla sem munu stórskaða íslenskt atvinnulíf en þó helst hennar eigið félagsfólk.

Nú ríkir skilningur á því að nákvæmlega sú útfærsla sem samið var um í skammtímasamningi Starfsgreinasambandsins við SA hentar ekki félagsmönnum Eflingar. Í samningum Starfsgreinasambandsins mun áhersla vera lögð á starfsaldurstengdar hækkanir sem ekki hentar Eflingarfólki.

Vandalítið hefði átt að vera að finna útfærslu með sams konar hækkunum sem henta Eflingarfólki hefði samningsvilji verið fyrir hendi.

Íslenskt atvinnulíf er brothætt eftir erfið ár þegar allt fór úr skorðum vegna Covid-faraldursins og afleiðinga hans. Ofan á bættust svo afleiðingar árásarstríðs Rússa í Úkraínu.

Sumar þær atvinnugreinar sem fóru verst út úr faraldrinum eru einmitt greinar sem reiða sig á störf félagsfólks Eflingar.

Hér má til að mynda nefna ferðaþjónustuna, sem virðist vera að ná vopnum sínum á nýjan leik með endurkomu erlendra ferðamanna

> Engum dylst að SA munu ekki semja um meiri hækkanir til Eflingar en þeirra sem þegar hefur verið samið við.

til landsins. Flest fyrirtækin í þeirri grein eru þó mjög löskuð eftir stöðvun starfsemi í vel á þriðja ár. Þau eru skuldsett og ekki má mikið út af bregða til að illa fari.

Hvað gengur formanni Eflingar til?

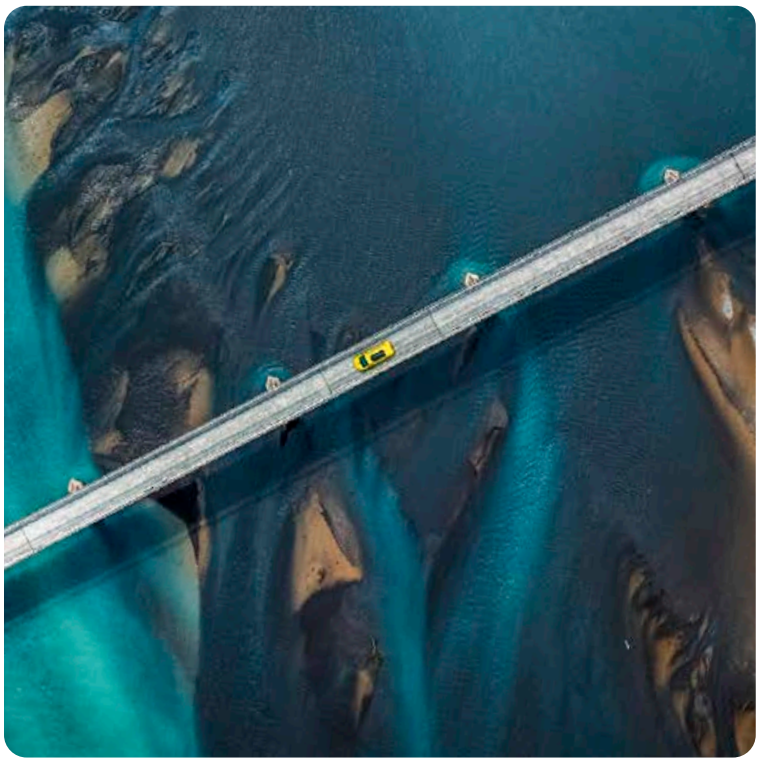
Engum dylst að SA munu ekki semja um meiri hækkanir til Eflingar en þeirra sem þegar hefur verið samið við. Þetta mætti Sólveigu Önnu Jónsdóttur vera jafnljóst og öðrum.

Hún sýnir fullkomið ábyrgðarleysi með því að etja sínu fólki út í verkföll sem engu munu skila nema tjóni fyrir fyrirtækin sem fólkið vinnur hjá og skaðar mest það sjálft.

Umhyggja fyrir Eflingarfólki ræður greinilega ekki þeirri för sem Sólveig Anna er á. Hún misskilur illa hlutverk sitt ef hún heldur að það valdefli hana að klæðast bomberjakka og steyta hnefann framan í heiminn öllum stundum.

Mikið glapræði er að boða verkföll nú þegar viðkvæmt atvinnulíf virðist vera að ná sér á strik á nýjan leik og vonir standa til að mikil verðbólga fari hjaðnandi.

Glórulaust með öllu er að stefna Eflingarfólki í verkfall sem fyrir fram er vitað að engu skilar. Því verður að afstýra með öllum þeim ráðum sem tiltæk eru. ■






Útboðsþing SI 2023

Þriðjudaginn 24. janúar kl. 13–16 í Háteig á Grand Hótel Reykjavík

Á Útboðsþingi SI verða kynnt fyrirhuguð útboð ársins 2023 á verklegum framkvæmdum opinberra aðila.



Ávarp
Árni Sigurjónsson
formaður SI



Framkvæmdasýslan-Ríkiseignir
Guðrún Ingvarsdóttir
forstjóri



Vegagerðin
Óskar Örn Jónsson
forstöðumaður framkvæmdadeildar



Reykjavíkurborg
Dagur B. Eggertsson
borgarstjóri



Samtök sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu
Páll Björgvin Guðmundsson
framkvæmdastjóri



Landsvirkjun
Ásbjörg Kristinsdóttir
framkvæmdastjóri framkvæmda



Landsnet
Unnur Helga Kristjánsdóttir
forstöðumaður framkvæmda



Ávarp
Sigurður Ingi Jóhannsson
innviðaráðherra



Veitur
Heimir Hjartarson
sérfræðingur í fjárfestingum hitaveitu



Isavia
Páll Svavar Pálsson
forstöðumaður flugvallarþróunar og uppbyggingar



NLSH
Gunnar Svavarsson
framkvæmdastjóri



Samantekt
Sigurður Hannesson
framkvæmdastjóri SI



Fundarstjórn
Björg Ásta Þórðardóttir
sviðsstjóri mannvirkjasviðs SI

Skráning á **si.is**

FÉLAG VINNUVÉLAEIGENDA

MANNVIRKI
FÉLAG VERKTAKA

SI Samtök iðnaðarins

Konan á lífi vegna þess sem hann gerði



Jón Þór Stefánsson
jonthor
@frettabladid.is

Snorri Þrastarson vann hetjudáð þegar skotárás var framin í verslunarmiðstöðinni Field's þann 3. júlí í fyrra. Nú, sex mánuðum síðar, lítur hann til baka og veltir fyrir sér hvað hann hafi lært af árásinni, hvað hafi breyst í lífi hans, og tjáir sig um vináttu sína við konu sem hann bjargaði þennan dag.



„Ég er bara í mínu daglega amstri. Það er lítið búið að breytast hjá mér. Ég er enn þá bara að hugsa um mína fjölskyldu, að sjá um mín börn," segir Snorri Þrastarson hálfu ári eftir skotárás í Kaupmannahöfn þar sem hann kom fjölda fólks í öruggt skjól og bjargaði konu sem hafði verið skotin.

Snorri er Íslendingur sem er búsettur í Svíþjóð og starfar í Danmörku. Fjölskylda hans hefur rekið KFC í Danmörku um árabil, og þar starfar hann til að mynda við innkaup og starfsmannamál.

Daginn örlagaríka í júlí var hann staddur á KFC í verslunarmiðstöðinni Field's. Á venjulegum sunnudegi hefði hann ekki verið á þeim stað á þessum tíma, en vegna stórtónleika sem áttu að fara fram í grenndinni þetta kvöld var meira að gera í þessu tiltekna útibúi.

„Maður getur ekki undirbúið sig fyrir þennan atburð í einu eða neinu. Maður getur ekki menntað sig fyrir svona lagað," segir hann. „Við sem vorum þarna og lentum í þessu vorum bara venjulegt fólk."

Einn árásarmaður hóf skothríð og endaði á að drepa þrjá og særa fjóra alvarlega. Í viðtali við Fréttablaðið nokkrum dögum eftir árásina lýsti Snorri viðbrögðum sínum. Hann heyrði hvell og í kjölfarið öskur. Hann hjálpaði fólki að koma sér fyrir í bakherbergjum og skrifstofum KFC-staðarins og telur að þar hafi verið fimmtíu til sextíu manns.

Síðan ákvað Snorri að taka málin í sínar hendur og fór á flakk um verslunarmiðstöðina. Þar sá hann til að mynda fólk frosið af hræðslu og sjálfan árásarmanninn í mikilli fjarlægð. Þá kom hann, ásamt fjórum öðrum, að konu sem hafði verið skotin og ungri stúlku sem var látin.

Þeim tókst að hlúa að konunni, með því að stoppa blæðingu úr læri og halda henni vakandi. Síðan, þegar viðbragðsaðilar komu á vettvang, hjálpaði Snorri við að búa að sárum konunnar. Að lokum skildu leiðir þeirra þegar konan var flutt á brott með sjúkrabíl.

Þurfti að grípa til aðgerða

„Maður spyr sig: Gerði maður virkilega það sem maður gerði?" segir Snorri. Þó líkir hann atburðunum að einhverju leyti við dag í vinnunni. „Ég lít eiginlega svolítið á þetta eins og venjulegan vinnudag þar sem það var mikið að gera, mikið álag. Ég þurfti bara að gera þetta," segir hann.

„En það viðhorf á við um mig, það er eflaust ekki staðan hjá öðrum," segir Snorri sem telur að margir þeirra sem lentu í árásinni og aðstandendur þeirra líti þennan dag allt öðrum augum.

Stundum segist hann velta fyrir sér hvort hann hefði getað gert meira. „Ég hugsa til þeirra sem létust. Hvar voru þeir? Maður á auðvitað ekki að hugsa þetta, en hefðum við getað bjargað, einum í viðbót, tveimur eða þremur?" spyr hann sig.

Snorri segist hafa rætt um þetta í skýrslutöku hjá lögreglu. Lögregluþjónninn hafi sagt honum að pæla ekki í þessu. „En þessi hugsun kemur upp inni á milli," segir hann og bætir við: „Maður verður bara að læra af þessu og vera ánægður með það sem maður gerði."

Þrátt fyrir það vill hann meina að atburðirnir hafi tekið merkilega lítið á sig. Honum finnst sérstakt að hann hugsi ekki um atburðarásina klukkutímum saman. „Það er enginn kvíði þegar ég fer að sofa," segir hann.

> Við sem vorum þarna og lentum í þessu vorum bara venjulegt fólk.

Ætti ég að vera niðurbrotinn?

Fólki sem var í Field's þann 3. júlí árið 2022 var boðið upp á áfallahjálp sem Snorri sótti. Þar segist hann hafa spurt sálfræðing hvort sér ætti ekki að líða verr með það sem átti sér stað.

„Ætti ég ekki að vera niðurbrotinn? Ætti ég ekki að vera með stærsta PTSD sem fyrirfinnst?" segist hann hafa spurt sálfræðinginn sem hafi svarað með því að benda á að fólk bregðist á ólíkan hátt við áföllum.

„Ef það sama kemur fyrir hundrað manns þá geta komið hundrað mismunandi viðbrögð," segir hann sálfræðinginn hafa útskýrt fyrir sér. Snorri segist ekki hafa leitað sér frekari hjálpar.

Þó minnist hann útskýringar sálfræðingsins á þremur hópum sem fólk skipist í í erfiðum aðstæðum líkt og þeim sem Snorri lenti í.

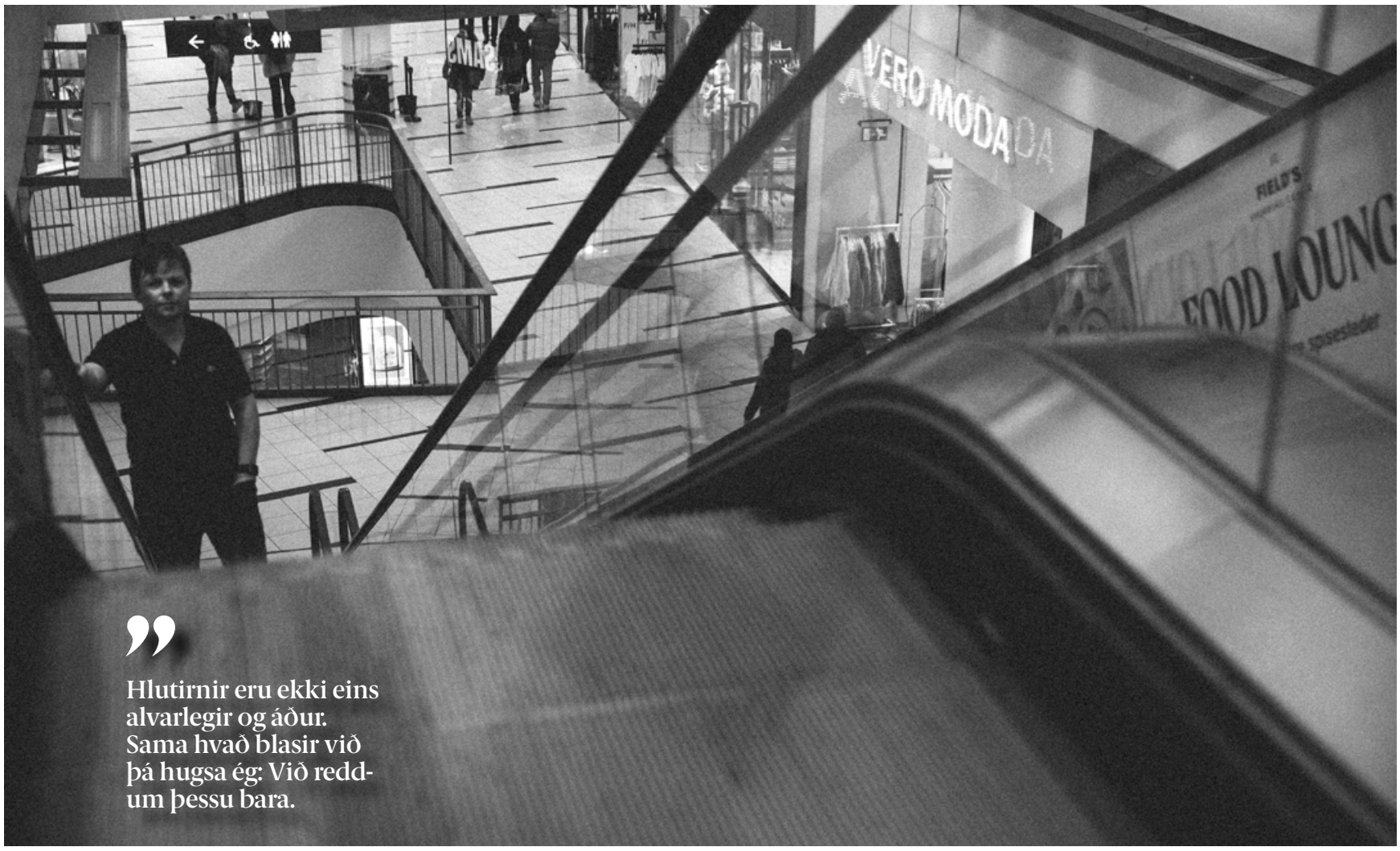
„Það eru þeir sem eru hræddir og hlaupa í burtu. Síðan eru það þeir sem eru hræddir og frjósa. Og í þriðja lagi eru það þeir sem ákveða að gera eitthvað í þessu, hvort sem það er heimskulegt eða ekki, en þeir geta alveg verið hræddir líka."

Samkvæmt sálfræðingnum tilheyrir Snorri síðastnefnda hópnum. „Af einhverri ótrúlegri ástæðu tilheyri ég þessum síðasta þriðjungi. Mann hafði ekki órað fyrir því. Auðvitað hafði maður vonast til þess þegar maður var að horfa á teiknimyndir eins og Transformers þegar maður var lítill, en ég bjóst ekki við því."

Honum skilst að heilinn í sumum

Það var ekki vaninn að Snorri væri staddur í Field's á sunnudegi líkt og þann örlagaríka dag, 3. júlí í fyrra. Þá hóf maður skotárás í verslunarmiðstöðinni og Snorri bjargaði meðal annars konu sem hafði orðið fyrir tveimur skotum.

MYND/BRYNDÍS ÞORSTEINSDÓTTIR



Snorri er ekki á neinum samfélagsmiðlum og segist þess vegna hafa sloppið við mörg skilaboð. Konan sem hann bjargaði, Anja Rune, hafi þó ekki fengið frið.

MYND/BRYNDÍS ÞORSTEINSDÓTTIR

”

Hlutirnir eru ekki eins alvarlegir og áður. Sama hvað blasir við þá hugsa ég: Við reddum þessu bara.



Hér eru Snorri og Anja Rune saman en vinátta hefur tekist með þeim.

bregðist við á annan hátt. „Sálfræðingar segja að hjá þessari þriðju týpu, þeim sem gera eitthvað í málunum, sem ég tilheyri víst, vinni heilinn betur úr þessum atburðum. Hann setur það ljóta í aftursætið og það góða í framsætið," segir hann og bætir við: „Þó að ég hafi séð dáið fólk, séð árásarmanninn og allan þennan viðbjóð, þá fer það að ég hafi bjargað þessari konu yfir allt hitt ljóta."

Ánægður að sjá hana á lífi

„Ef þessi kona mun lifa af einungis vegna þess sem við gerðum, þá verð ég kannski ánægður með það sem ég gerði," sagði Snorri nokkrum dögum eftir árásina.

Anja Rune, konan sem hann kom til bjargar, slasaðist mikið í árásinni. Hún var skotin tvisvar, í öxl og læri, og hlaut fyrir vikið mikla áverka og hefur þess vegna þurft að fara í sex skurðaðgerðir. Hún glímir við eftirköst, er með vandamál í öðrum handleggnum og þarf að ganga við staf.

Ljóst er að björgin sem Snorri og hinir mennirnir veittu skipti sköpum, en líkt og áður segir stöðvuðu þeir blæðingu úr læri hennar, sem kom úr slagæð.

Að sögn Snorra er vonin sú að hún muni ná sér með endurhæfingu. „Ef hún nær því ekki þá fékk hún samt lífið. Það er betra en ekki neitt. Miðað við að hafa verið skotin tvisvar þá slapp hún vel. Í flestum tilfellum hefði maður bara dáið," segir hann nú.

Í upphafi ágústmánaðar hittust Snorri og Anja Rune í fyrsta skipti eftir daginn örglagaríka. Hann segir það hafa verið tilfinningaþrungna stund, þó sérstaklega fyrir hana. „Hún brast svolítið í grát, sem var skiljanlegt," segir hann og játar að hafa sjálfur verið nálægt því.

„Ég var mest ánægður að sjá að hún var þarna, að hún var til," bætir hann við.

Sú stund sem snerti hann þó meira var fyrsta símtalið frá Anja Rune, þar sem hún kynnti sig, útskýrði hvað hefði gerst eftir að hún fór í sjúkrabílinn og hversu mikilvæg hans hjálp hefði verið. „Það var mjög sérstök stund."

Óvænt vinátta

Á meðan Snorri var að hlúa að henni segist hann ekki hafa órað fyrir því að seinna ættu hann og þessi kona eftir að verða vinir. „Menn búast kannski ekki við þessu í þessum aðstæðum. En síðan höfum við bara spjallað saman og við einhvern veginn klikkum bara saman," segir hann.

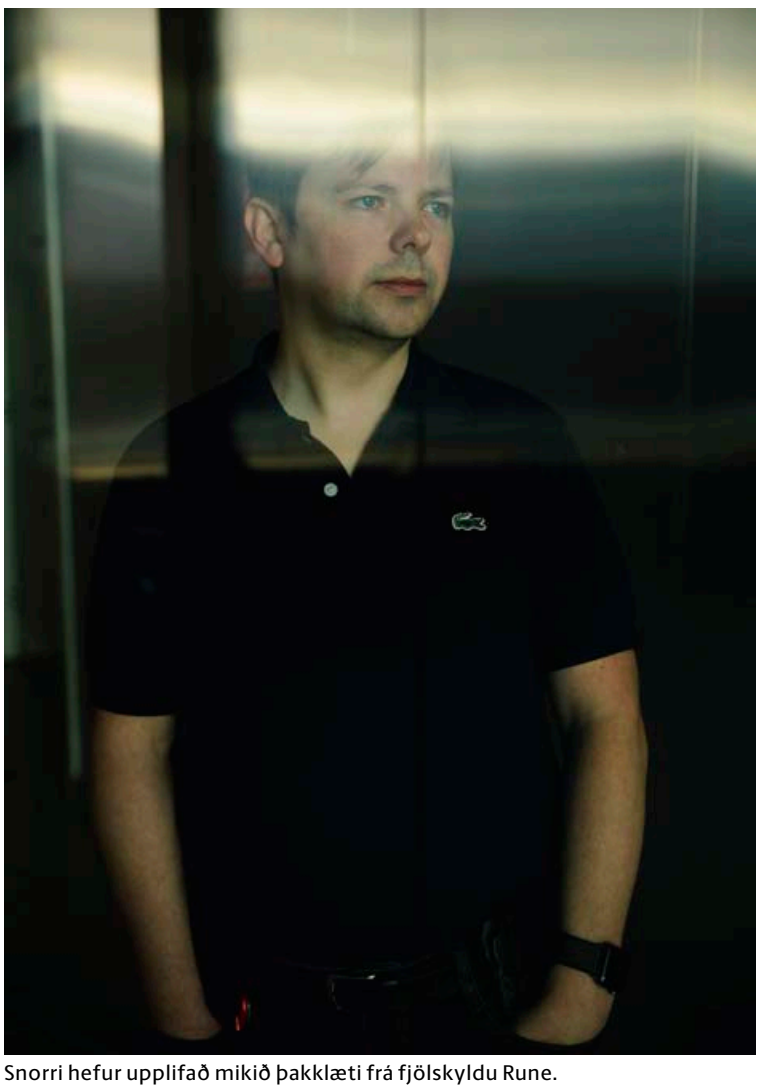
„Hún er bara mjög næs. Hún er mjög lík mér," segir Snorri en bendir þó á að þau eigi ekki sömu áhugamál. Þau eigi þó auðvelt með að tala saman og eru nokkuð dugleg að senda hvort öðru skeyti.

Áður en þau hittust fyrst eftir árásina segist Snorri hafa óttast að hann yrði táknmynd árásarinnar í huga hennar.„Í hvert skipti sem ég sé Snorra líður mér illa. Hann minnir mig á þessa atburði," var hann hræddur um að hún myndi hugsa. „En sem betur fer fór það í hina áttina. Ég virðist vera jákvæð táknmynd."

Er á lífi vegna þess sem hann gerði

Snorri hefur einnig hitt fjölskyldu Anja Rune og upplifað mikið þakklæti af fjölskyldunnar hálfu.

„Þá er sagt við mann: „Þessi kona er á lífi vegna þess sem þú gerðir. Vegna þess erum við með eiginmann sem er enn giftur, krakka sem eiga enn þá mömmu sína og vini sem eiga enn vinkonu. Það verða afmælisdagar, jól og sólarlandaferðir. Í staðinn fyrir börn sem sakna mömmu sinnar, eiginmann sem saknar eiginkonu sinnar og vini og fjölskyldu sem sakna hennar.""



Snorri hefur upplifað mikið þakklæti frá fjölskyldu Rune.

”

Þá er sagt við mann: „Þessi kona er á lífi vegna þess sem þú gerðir. Vegna þess erum við með mann sem er enn giftur, krakka sem eiga enn mömmu sína."

Hann segir auðvelt að láta tilfinningarnar taka völdin þegar hann hugsar til þessa. „Þegar maður hugsar þetta þá taka tilfinningarnar yfir. En þá hugsa ég til sjálfs mín: Þú gerðir vel, þú mátt vera stoltur af því, en farðu nú að gera eitthvað annað."

Fyrir áramótin var Snorra og Anja Rune boðið í sérstakan annálsþátt dönsku sjónvarpsstöðvarinnar TV2. Þar ræddu þau um atburðina í Field's og samband þeirra í kjölfar atburðanna. „Þetta er eiginlega það eina jákvæða sem gerðist í Field's," segir Snorri um sögu sína og Anja.

„Ég var gerður að svona „posterboy" fyrir þessa atburði. Þar var reynt að gefa því jákvæða sem gerðist þarna athygli frekar en öllu því neikvæða."

Þar fjallaði Anja Rune um návígi sitt við árásarmanninn. Í kjölfar þess að hún var skotin, og áður en Snorri kom og hlúði að henni, kom árásarmaðurinn að henni. Hann stóð upp við hana, á hári hennar, á meðan hún þóttist vera látin.

„Það tekur ekkert smá mikið á að þykjast vera dauð þrátt fyrir allan þennan sársauka," segir Snorri um vinkonu sína. „Þetta hlýtur að hafa verið hrikalega erfitt og sársaukafullt."

Snorri hefur nú tjáð sig um málið nokkrum sinnum í dönskum miðlum. Hann segist hafa lent í því einstaka sinnum að fólk beri kennsl á hann og spyrji hann út í málið.

„Þrisvar sinnum hafa krakkar komið til mín og spurt hvort ég sé ekki maðurinn á YouTube, eða maðurinn sem bjargaði konunni," segir Snorri og vísar þar til viðtals sem birtist á myndbandaveitunni. „Og einu sinni kom kona til mín með dætur sínar. Hún þakkaði mér fyrir og fannst mjög mikilvægt að útskýra fyrir börnunum sínum hvað ég hefði gert."

Snorri er ekki á neinum samfélagsmiðlum og vegna þess segist hann hafa sloppið við mörg skilaboð vegna málsins. Hins vegar fái Anja Rune ekki frið. „Það er alltaf einhver að reyna að ná í hana. Ég hef ekki þurft að fá athyglina á sama hátt og hún."

Breytt lífsviðhorf

Spurður um hvað atburðirnir í Field's hafi skilið eftir sig og hvort hann geti dregið einhvern lærdóm af þessari reynslu segir Snorri: „Ég er ekki að fara að stoppa stórar hryðjuverkaaðstæður ef þær koma upp. En ég mun kannski getað komið til bjargar."

Stærsta breytingin að hans mati er þó breytt lífsviðhorf hans. „Ég finn fyrir gleði í garð lífsins, þakklæti fyrir lífið," segir Snorri og útskýrir: „Allt í einu eru þessi smáu vandamál allt öðruvísi. Hlutir eins og að gleyma að kaupa eitthvað úti í búð pirra mig ekki lengur. Maður sér næstum því engin vandamál lengur," segir hann.

„Fólk verður pirrað út í minnstu smáhluti. Ef einhver á í smávægilegum vandræðum hugsa ég: Ég redda þér bara, ég hjálpa þér. Ég hjálpaði konu fyrir hálfu ári síðan sem hafði verið skotin. Auðvitað get ég hjálpað þér. En ég segi það þó ekki. Ég segi bara: Minnsta mál."

Þrátt fyrir að hann segi að lítið hafi breyst í lífi sínu eftir árásina 3. júlí, segir hann hana hafa opnað augu sín.

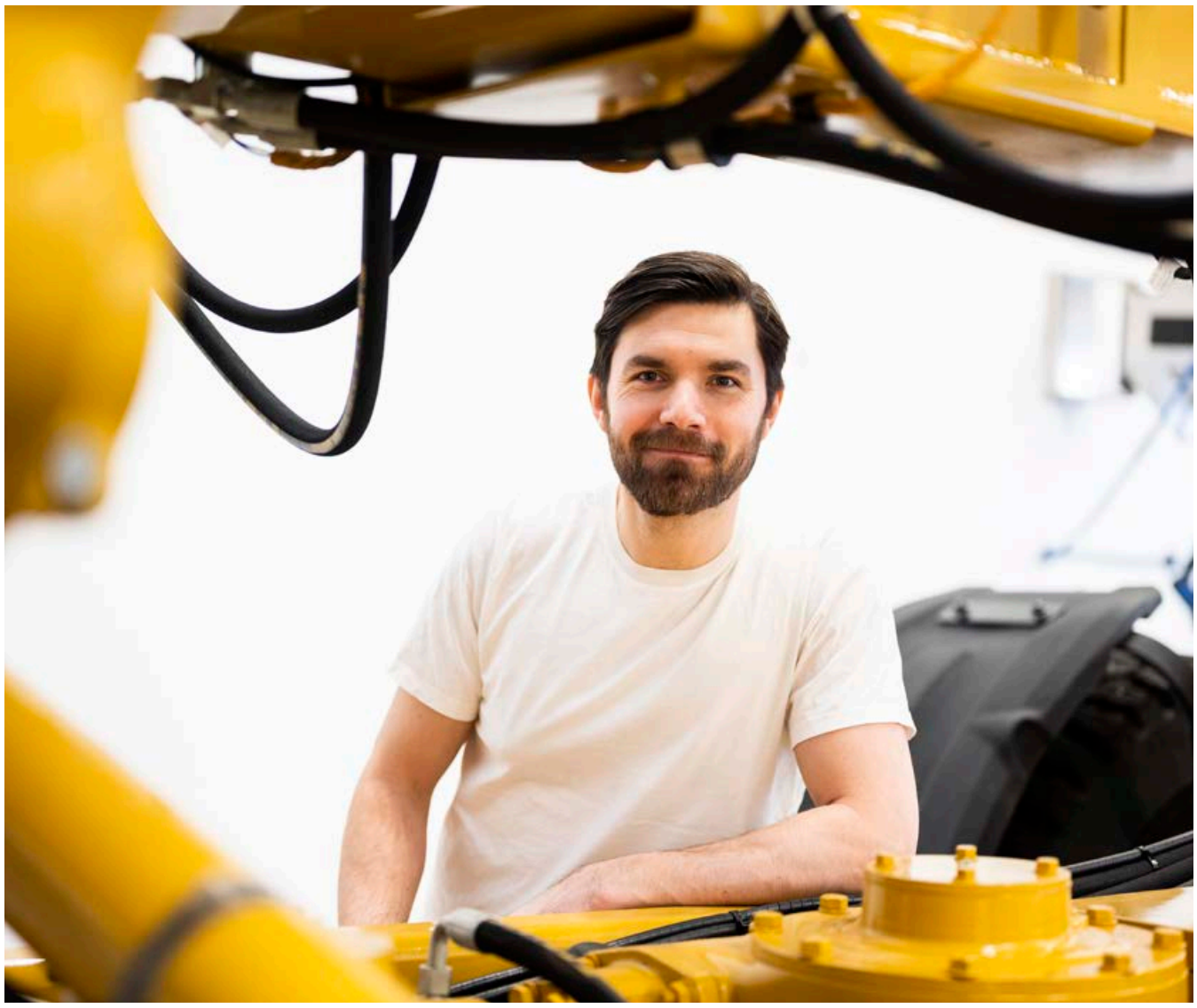
„Ég veit ekki alveg hvernig maður segir þetta á íslensku, en þessi lífsreynsla var „augnaopnandi". Hlutirnir eru ekki eins alvarlegir og áður. Sama hvað blasir við þá hugsa ég: Við reddum þessu bara." ■

Besta hlutverkið að vera fjölskyldufaðir

Leikarinn Ingi Hrafn Hilmarsson hefur verið starfandi í leiklistarbransanum í tæplega fjórtán ár. Í sumar kemur út hans veigamesta verkefni til þessa, kvikmyndin Fanga, sem byggir á ævintýrinu um Fríðu og dýrið.



Erla María Davíðsdóttir
erlamaria@frettabladid.is



Ingi hefur starfað sem leikari í tæplega fjórtán ár, eða allt frá árinu 2009. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ég lærði leiklist í London frá 2006 til 2009 í skóla sem heitir Rose Bruford College og í beinu framhaldi af útskrift kem ég heim og byrja að vinna sem „freelance“ leikari. Til að byrja með var ég meira í leikhúsunum að vinna, skrifa leikrit og setja upp leiksýningar, en svona í seinni tíð hef ég fært mig meira út í kvikmyndir og auglýsingar, að leika, framleiða og leikstýra. Þannig að ég hef komið víða við síðustu árin,“ segir leikarinn Ingi Hrafn Hilmarsson. Í sumar kemur út hans veigamesta verkefni hingað til, kvikmyndin Fanga, en auk þess að leika annað aðalhlutverk myndarinnar er hann einnig framleiðandi.

Heillaður af töfrum leikhússins

Að sögn Inga stóð leiklistin alltaf nærri hjarta hans, allt frá barnsaldri. Hins vegar hafi það tekið hann dágóðan tíma að átta sig á því hvað hann virkilega langaði til að gera.

„Ég var búinn að prófa alls konar, til dæmis fór ég í Iðnskólann í Hafnarfirði að læra trésmíði. Ég átti tvö ár eftir þegar ég fann að þetta var ekki alveg það sem ég vildi gera. Svo prófaði ég líka að fara í íþróttafræði þar sem ég hef mikinn áhuga á íþróttum, fótbolta sérstaklega, en fann mig ekki alveg þar,“ segir Ingi og heldur áfram:

„Þá fór ég að hugsa til baka, hvað það var sem heillaði mig alltaf svo mikið og leikhúsið kom strax upp í hugann. Ég var duglegur að fara í leikhús þegar ég var lítill og heillaðist mikið af þessum svokölluðu leikhústöfrum sem maður upplifir í barnaleikhúsi.“

Í kjölfarið hafi hann skráð sig á leiklistarnámskeið og segir Ingi að þá hafi eitthvað smollið hjá honum.

„Ég hugsaði: Þetta er það sem ég vil gera til framtíðar. Út frá því var stefnan sett á leiklistina. Ég fer út í nám, útskrifast og hér er ég í dag,“ segir Ingi.

Ingi segir leiklistarbransann harðan bransa og að erfitt sé að lifa á leiklistinni einni saman. Íslendingar eigi svo mikið af hæfileikaríku fólki og margir séu að berjast um sömu bitana.

„Það er náttúrulega hark að vera í þessu, en það sem ég hef lært sem „freelance“ leikari er að maður verður að vera duglegur að búa sér til sitt eigið efni. Það þýðir ekkert að sitja heima og bíða eftir að fá eitthvað upp í hendurnar. Maður verður að hugsa fram í tímann, hvað vil ég gera og hvernig á ég að fara að því. Það er kannski „bjútíið“ við það að vera „freelance“, maður getur svolítið valið hvað maður vill gera hverju sinni. En ég er alltaf með allar klær úti,“ segir Ingi.

Gåsmamman í uppáhaldi

Unnendur sænska spennuþáttarins Gåsmamman, eða Gæsamamman, sem sýndur var á Stöð 2 kannast eflaust við Inga. Þar var hann í hlutverki glæpamannsins Hrafns, sem gerði allt vitlaust í þriðju þáttaröðinni.

„Við vorum tveir íslenskir leikarar sem fórum þarna út, ég og Guðmundur Ingi Þorvaldsson, en við lékum íslenska glæpona í Stokkhólmi. Þetta er svakalega stórt batterí þessir þættir, en ég held að sjötta sería sé í sýningu núna. Upp á sýnileika er þetta eitt stærsta verkefnið sem ég hef tekið þátt í og eitt af mínum uppáhalds hingað til,“ segir Ingi.

Í sumar kemur út bíómyndin Fanga, sem Ingi segir að sé eitt veigamesta verkefni sem hann hafi tekið þátt í á sínum ferli. Söguþráðurinn byggir á ævintýrinu um Fríðu og dýrið, en auk þess að framleiða myndina leikur Ingi annað aðalhlutverkið, dýrið sjálft.

Myndin var tekin upp á Íslandi sumarið 2019 og segir Ingi handritshöfund og leikstjóra myndarinnar, Max Gold, hafa fallið fyrir landi og þjóð á ferðalagi sínu um Ísland fyrir nokkrum árum.

„Max kemur fyrst hingað til lands til að skoða landslagið og var alltaf með þetta handrit í huga og hvort hann gæti tekið upp hér. Hann heillaðist af Íslandi og ákvað í þeirri ferð að halda prufur fyrir íslenska leikara. Hann var þá búinn að halda prufur úti í Bandaríkjunum, en þegar hann kom heim og fór yfir allar prufurnar small þetta hjá honum og hann tók ákvörðun um að taka myndina upp hér,“ segir Ingi.

Þrátt fyrir að myndin sé á alfarið á ensku eru allir leikararnir íslenskir, en að sögn Inga var það meðvituð ákvörðun leikstjórans.

„Sögusviðið er Ísland á víkingatímanum, í kringum árið 800. Max var búinn að vera að horfa á þættina Vikings og vildi fá þennan íslenska grófleika í enska hreimnum. Þetta er úrvalslið af leikurum sem er þarna með mér og maður vonar bara að þetta eigi eftir að heilla áhorfendur,“ segir Ingi.

Að sögn Inga er Fanga í söluferli í Bandaríkjunum um þessar mundir og því ekki komið á hreint hvar hún verður tekin til sýningar fyrir almenning.

„Til þess að stýra væntingum er þetta „low budget“ bíómynd og fólk þarf að hafa það svolítið bak við eyrað þegar það horfir á hana. Hún hefur þó farið á þó nokkrar kvikmyndahátíðir, meðal annars í Bandaríkjunum og Brasilíu, og almennt fengið góða dóma. En ég er gríðarlega stoltur af þessu verkefni og öllum sem tóku þátt í því,“ segir Ingi.



Að sögn Inga var leikstjóri myndarinnar, Max Gold, afar heillaður af íslensku landslagi, það varð til þess að myndin var tekin upp hér. Hér má sjá þau Guðmund Inga Þorvaldsson, Bertu Andreu Snædal, Max og Inga Hrafn. MYND/AÐSEND

> Það sem ég hef lært sem „freelance“ leikari er að maður verður að vera duglegur að búa sér til sitt eigið efni. Það þýðir ekkert að sitja heima og bíða eftir að fá eitthvað upp í hendurnar.

Fyrst og fremst fjölskyldufaðir

Að sögn Inga hefur líf hans sem leikara breyst talsvert á þessum tæplega fjórtán árum sem hann hefur verið starfandi, þá mest þegar hann varð faðir.

„Áður en drengirnir mínir tveir fæddust var maður duglegur að búa til efni, jafnvel langt fram eftir kvöldi að búa til söluvöru eða skapa eitthvað skemmtilegt. En það hefur breyst, það er minni tími til að skjótast til útlanda og taka þátt í einhverjum lengri verkefnum þar. Það fer meiri orka í að vera heima og vera fjölskyldufaðir,“ segir Ingi.

„Maður vaknar fyrir allar aldir og er helst kominn upp í rúm klukkan tíu að kvöldi til þess að vakna snemma og vera tilbúinn í daginn. En það er samt mitt besta hlutverk, af öllu því sem ég hef gert, að vera fjölskyldufaðir,“ bætir hann við.

Ingi segist sjaldnast sitja auðum höndum, hvort sem er í leik eða starfi. Hann er með mörg járn í eldinum þessa dagana, en hann er meðal annars að vinna að tónlist fyrir barnaleikrit og skrifa handrit.

„Ég hef gaman af svo mörgu og er alltaf að pæla eitthvað og gera eitthvað. Ég væri mikið til í að leikstýra meira, færa mig inn í leikhúsin og nýta krafta mína þar.

Svo hef ég rosa gaman af því að smíða, en ég fór á sínum tíma í húsasmíði. Ég hafði plön um að smíða garðhúsgögn við tækifæri, ef ég kemst einhvern tímann í það,“ segir Ingi.

„Það gefur mér svo mikið að búa eitthvað til, að skapa, og ég finn að ég verð svolítið órólegur ef ég er ekki í einhverju verkefni. Ég þarf alltaf að vera með puttana í einhverju, hvort sem það er að leika eða skrifa. En maður veit ekkert hvert tíminn og lífið leiðir mann, og það er aldrei að vita nema maður geri eitthvað allt annað en ég hef verið að gera,“ bætir hann við. ■

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 14. janúar 2023

FORLAGIÐ
Alltaf opið á www.forlagid.is



Geggjað snarl yfir handboltaleiknum.

Handboltaeðla sem hittir í mark

starri@frettabladid.is

Stór hluti landsmanna mun án efa fylgjast með strákunum okkar á HM í handbolta í kvöld og á mánudag. Hér er skotheld uppskrift að handboltaeðlu sem er í senn ljúffeng og saðsöm.

Handboltaeðla

- 900 g nautahakk
- 2 jalapeno, fræhreinsuð og skorin smátt
- 1 laukur, saxaður smátt
- 4 hvítlauksgeirar, saxaðir smátt
- 2 tsk. hveiti
- 2 tsk. salt
- 1 tsk. svartur pipar
- 1 tsk. cayenne-pipar
- 2 bollar kjúklingasoð
- 1 bolli tómatar úr dós (saxið niður)
- 1 msk. Dijon-sinnep
- 1 tsk. Worcestershire-sósa
- 1 bolli Cheddar-ostur

Steikið hakkið á pönnu með jalapeno, lauk og hvítlauk ásamt salti, pipar og cayenne-pipar. Bætið næst út í kjúklingasoði, tómötum, sinnepi og Worcestershire-sósu. Sjóðið í um 25 mínútur. Hellið í eldfast mót og stráið ostinum yfir. Setjið undir grill þar til ostur er fallega brúnn. Borið fram með kartöfluflögum, kexi eða þunnt skornu snittubrauði. ■





Jónína Birna segir að Nourkrin hafi reynst einstaklega vel fyrir bæði konur og karla. „Árangur í prófunum hefur verið ótrúlega góður," segir hún.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Nourkrin vinnur gegn hárlosi

Nourkrin hefur fengist á Íslandi frá árinu 2018 og hjálpað fjölda manns sem hafa glímt við mikið hárlos. Rannsóknir sýna að einstakt innihaldsefni í Nourkrin stöðvar/minnkar hárlos, eykur hárvöxt og gerir hárið mun líflegra. 2



Jónína Birna segir að fljótlega komi einnig á markað sjampó og næring frá Nourkrin sem hentar fyrir alla.

Jónína Birna Björnsdóttir, vörumerkjastjóri hjá OJK-ÍSAM, segir að um 60% kvenna verði fyrir hárlosi í lengri eða skemmri tíma á ævinni. „Sérstaða Nourkrin er Marilex, einkaleyfisvarða innihaldsefnið sem unnið er úr fiskiþykkni, ensími úr sjávarríkinu, og próteóglýkönum. Það er efnið sem hársekkina vantar þegar hárvaxtarhringurinn brenglast. Nourkrin er einnig eina hárbætiefnið sem hefur undirgengist klínískar rannsóknir en þær eru yfirleitt ekki til staðar hjá bætiefnum," upplýsir hún.

„Nourkrin hárbætiefnið var fundið upp árið 1986 og kom á markað stuttu síðar. Varan hlaut strax góðar viðtökur enda er hárlosvandamál algengara en maður heldur og ekki mikið talað um það," segir Jónína en OJK-ÍSAM hefur verið með nokkra Nourkrin-prófanahópa til að sýna fram á virknina.

Mikill áhugi á Nourkrin-hópum

„Á Íslandi hafa fjölmargir verið í prófunum hjá okkur síðan varan kom á markað árið 2018. Við höfum auglýst eftir þátttakendum á Facebook og í Fréttablaðinu og margir sótt um. Það eru greinilega margir að kljást við hárlos," segir Jónína og bætir við: „Í þessari meðferð prófa þátttakendur vöruna í sex mánuði. Teknar eru myndir áður en hún hefst, síðan aftur eftir þrjá mánuði og svo í lokin eftir sex mánuði.

Nær allir sem hafa verið í prófunum finna mun til hins betra á hárinu á sér, minna hárlos, aukinn hárvöxt og meira líf í hárinu. Fólk með sjálfsofnæmis-sjúkdóminn alopecia hefur til dæmis náð mjög góðum árangri með Nourkrin. Í síðasta prófanahóp var einn þátttakandi með alopecia areata, eða blettaskalla. Hann getur myndast í kjölfarið á miklu álagi. Annar þátttakandi var með mjög bólgna hársekki og því fylgdi mikill pirringur í hársverði, svo mikill að ómögulegt var að setja hárið í tagl eða nota derhúfu. Pirringur fór eftir um það bil þrjá mánuði með Nourkrin og líðanin var miklu betri," segir Jónína enn fremur.

Hún segir það einstaklega gefandi að fylgjast með þátttakendum í prófanahópunum, sérstaklega fólki sem var búið að gefa upp alla von um árangur en sá loksins eitthvað fara að gerast. „Árangur hefur verið finnanlegur hjá næstum öllum og sjáanlegur hjá mjög mörgum eins og myndirnar sýna. Mismikið eftir því sem við erum mörg," segir hún. „Um 60% kvenna glíma við hárlos í lengri eða skemmri tíma á lífsleiðinni og um 80% karla. Algengasta ástæðan er erfðir. Ef karlar byrja að taka inn Nourkrin um leið og skallamyndun hefst er hægt að seinka henni. Nourkrin Man inniheldur Marilex-M sem búið er aðlaga fyrir karla, með sérstökum próteóglýkönum sem draga úr rýrnun hársekkja, örva og lengja vaxtarskeiðið."

Margar ástæður fyrir hárlosi

Þegar Jónína er spurð hvers vegna hárlos sé svo almennt vandamál, svarar hún: „Hárlos hefur líklega alltaf verið til staðar en nú er farið að fylgjast betur með ástæðum þess og meira talað um það. Komið hefur í ljós að þættir eins og álag eða stress eru ein algengasta ástæðan fyrir hárlosvandamálum kvenna og sá þáttur er sífellt að aukast. Einnig hafa hárlosvandamál aukist mikið í kjölfar Covid og búið er að gera vísindalega rannsókn þar sem sýnt er fram á mikinn árangur þeirra sem tóku inn Nourkrin eftir að hafa misst mikið hár í kjölfar Covid."

Jónína bendir á að innihaldsefnið Marilex sé einkaleyfisvarið og því eingöngu í Nourkrin vörum. „Það er vísindalega sannað að Marilex er það efni sem hársekkina vantar þegar hárvaxtarhringurinn brenglast. Virkni Nourkrin hefur verið rannsakaður með klínískum rannsóknum sem ekki er þekkt hjá öðrum bætiefnum fyrir hár.

Helstu ástæður fyrir hárlosi geta verið eftirfarandi:

- Stress/álag
- Veikindi
- Sykursýki
- Mataræði
- Vanvirkur skjaldkirtill
- Hjáveituaðgerð
- Lyfjaneysla
- Reykingar
- Meðganga fæðing, brjóstagjöf
- Covid-veikindi
- Slæm hármeðhöndlun og fleira

Við miðum alltaf við að það taki einn hárvaxtarhring til að sjá mun og það tekur hárvaxtarhringinn 6 mánuði að ná jafnvægi. Hársekkirnir geta verið á misjöfnum stað í hringnum þegar meðferð hefst og því tekur þetta þennan tíma. Hjá flestum sést munur strax eftir 3 mánuði og jafnvel fyrr hjá öðrum. Það þarf þolinmæði og tíma til að takast á við hárlos, þetta vandamál læknast ekki á einni nóttu. Nauðsynlegt er að taka inn 2 hylki á dag

> **Komið hefur í ljós að þættir eins og álag eða stress er ein algengasta ástæðan fyrir hárlosvandamálum kvenna og sá þáttur er sífellt að aukast.**

til að hársekkirnir fái það magn af Marilex sem þeir þurfa til að snúa hringnum við."

Jónína segir að hún fái mikil og sterk viðbrögð frá fólki sem tekur inn Nourkrin. „Já, við fáum reglulega fréttir um frábæran árangur. Fólk sendir okkur tölvupóst eða skilaboð og segir okkur frá ánægju sinni. Við erum líka í sambandi við þá sem voru í prófanahópum og fáum að fylgjast með árangri hjá þeim."

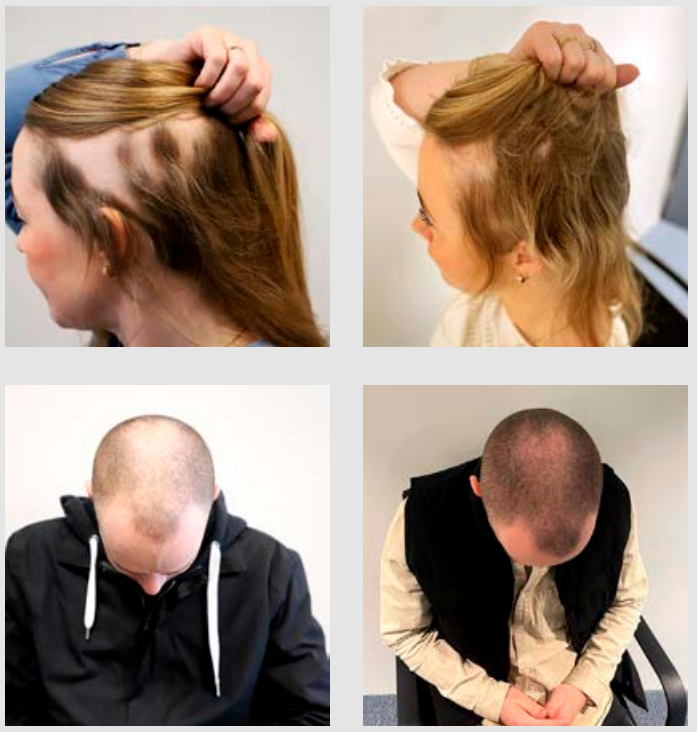
Nourkrin sjampó og næring

Nourkrin sjampó og hárnæring er væntanlegt í sölu í apótekum á næstunni. Jónína segir það vera frábærar vörur sem gefa hárinu mikið líf og aukinn glans. „Það geta allir notað Nourkrin sjampó og hárnæringu, líka þeir sem hafa engin hárlosvandamál. Allir sem vilja fá smá líf í hárið og aukinn glans ættu endilega að prófa. Vörurnar verður bæði hægt að kaupa einar og sér en svo verður líka kynningartilboð þegar þær koma í sölu, þeir sem kaupa þriggja mánaða skammt af Nourkrin fá sjampó og hárnæringu frítt með sem er ansi góður kaupauki," segir hún.

Þegar Jónína er spurð hvort þetta sé dýr meðferð segir hún það fara eftir því við hvað er miðað. „Mér finnst gott að miða Nourkrin meðferð við klippingu/litun sem þarf að gera reglulega fyrir hárið. Margir sem eru með hárlosvandamál voru vanir að eyða ákveðinni upphæð í klippingu/litun sem er kannski ekki lengur í boði. Ef keyptur er þriggja mánaða skammtur af Nourkrin er fólk að fá þrjá mánuði á verði tveggja svo það margborgar sig og ég tala ekki um þegar sjampó og hárnæring fylgir með," segir hún. ■

Nourkrin fæst í öllum helstu apótekum. Nánari upplýsingar á isam.is/nourkrin

Fyrir **Eftir**



Af hverju hárlos?

Hárvaxtarhringur er hringrás hárvaxtar líkamans. Í eðlilegum hárvaxtarhring eru 85-90% hársekkjanna á vaxtarstigi á meðan 10-15% þeirra eru á hvíldarstigi áður en þau losna. Hver hárvaxtarhringur er 6 mánuðir.

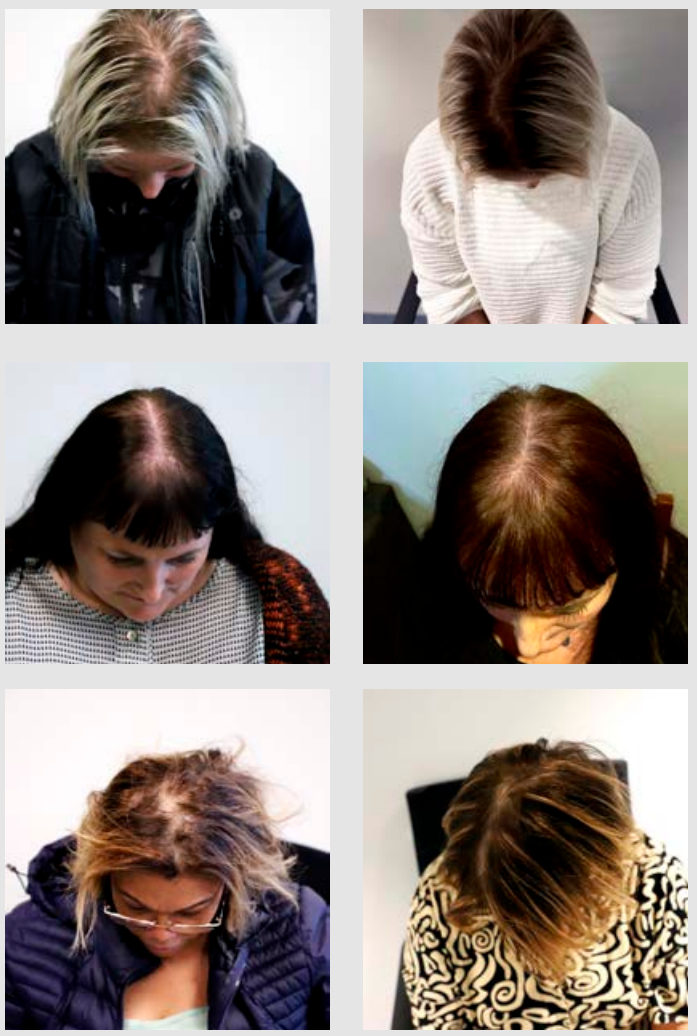
Próteóglýkanar er sérstök gerð af próteini sem sannað hefur verið vísindalega að stjórni vexti í hársekkjum. Þegar hárlosvandamál kemur upp þá hefur hinn hefðbundni hárvaxtarhringur brenglast vegna þess að hlutfall próteóglýkana í hársekkjunum verður of lágt. Helstu ástæður fyrir að hlutfall próteóglýkana lækkar eru meðal annars: stress, álag, veikindi, sykursýki, lyf, reykingar, sjúkdómar, meðganga, hjáveituaðgerð, Covid, fæðing, hármeðhöndlun og fleira.

Hið einstaka Marilex innihaldsefni er vísindalega þróuð lífvirk (bioactive) próteóglýkan-formúla sem er einkaleyfisvarin og eingöngu í Nourkrin vörum. Marilex var þróað til að styðja við eðlilegan, heilbrigðan hárvöxt með því að takast á við próteóglýkan-skort í hársekkjum sem er undirliggjandi ástæða fyrir næstum öllum hárlosvandamálum. Marilex hefur verið prófað um allan heim og er samþykkt af heilbrigðisyfirvöldum í öllum heimsálfum.

Með því að nota próteóglýkan-meðferð sem inniheldur mikið af sérstökum hárvaxtar-próteóglýkönum (vaxtarprótein) líkt og Nourkrin er hægt að örva hársekkina svo hárvaxtarhringurinn verði aftur eðlilegur.

Nourkrin er algjörlega öruggt og allir, nema þeir sem eru með ofnæmi fyrir fiski eða skelfiski, geta notað það.

Fyrir **Eftir**



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

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jón Þórisson

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **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

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.

ENN MEIRI VERÐLÆKKUN Á ÚTSÖLUNNI

50-70%

Pantaðu í netverslun www.curvy.is

Curvy















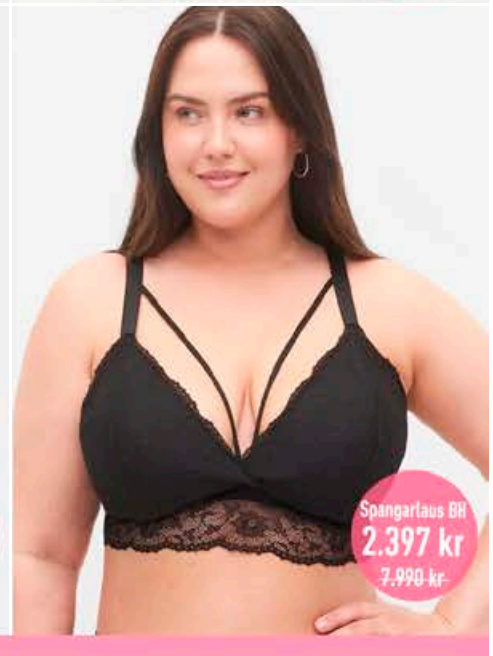












Verslunin Curvy * Fellsmúli 26 v/Grensásveg * 108 RVK * Sími 581-1552 * www.curvy.is

Miklu meiri lífsgæði með Protis Liðum

Protis – nordic nutrition er íslenskt vörumerki sem sérhæfir sig í hágæða fæðubótarefnum. Formúlur Protis eru háþróaðar fyrir hámarksvirkni. Undirstaða vörunnar Protis Liðir er kraftur úr íslensku hafi.



Pétur segir að Protis Liðir hafi hentað honum frábærlega og gert honum kleift að fara aftur að hreyfa sig og hjóla, en áður voru allir „demparar“ farnir úr hnjánum. Hann fann mikinn mun á sér eftir fimm daga notkun og honum versnar fljótt ef hann sleppir því að taka Liði.

MYND/AÐSEND

Lífsgæði Péturs Björnssonar gjörbreyttust eftir að hann byrjaði að taka Protis Liði.

Protis Liðir er náttúrulegt fæðubótarefni sem unnið er úr kollagen-ríkum skrápi sæbjúgna með viðbættu vatnsrofnu þorskprótíni, fyrir viðhald vöðva og túrmeriki fyrir bólgueyðandi áhrif.

Pétur er búsettur á Sauðárkróki og starfar sem kerfisstjóri hjá tölvufyrirtækinu Fjölneti, sem hann á og rekur. Pétur hefur alla tíð stundað íþróttir enda segist hann vera keppnismaður. Ástæða þess að hann byrjaði að taka inn Protis Liði var ónýt hné.

Áhrifin komu á óvart

„Ætli ég hafi ekki byrjað að taka Protis Liði vegna verkja í hné. Það var fyrir um það bil sex árum. Annað hnéð er brjósklaust og klippa þurfti til liðþófa. Ég hef farið í tvær aðgerðir vegna þess. Þá hef ég einnig farið í aðgerð út af hinu hnénu. Þar hafa liðþófar einnig verið klipptir auk þess sem sprunga er í brjóski. Þegar ég reyndi að hreyfa mig urðu hnén stokkbólgin, líkt og handbolti að stærð. Þessu fylgdu miklir verkir, til dæmis þegar ég gekk upp tröppur. Mér fannst líka erfitt að sitja lengi í bíl eða flugvél. Það var virkilega erfitt fyrir mig að keyra frá Sauðárkróki til Reykjavíkur,“ útskýrir Pétur.

„Ég hafði ekki mikla trú á Protis Liðum í upphafi, en ákvað að prófa að taka inn fjórar töflur á dag með morgunmatnum. Um sama leyti hætti ég að gleypa Voltaren rapid, sem er bólgueyðandi lyf og fer ekki vel í maga. Það kom mér mikið á óvart að eftir stuttan tíma minnkuðu bólgurnar mikið og verkirnir eiginlega hurfu. Ég veit svo sem ekkert hvernig ég á að útskýra þetta, en það er eins og eitthvað læknist í hnénu með Protis Liðum. Ég gat allt í einu skokkað smávegis og hreyft mig. Áður voru allir „demparar“ farnir úr hnjánum,“ segir hann.

Fór að geta hjólað

Pétur er kyrrsetumaður þar sem hann starfar við tölvur og finnst því mikilvægt að hreyfa sig. „Ég hjóla mikið. Það gat ég illa gert fyrir sex árum. Það var í rauninni alveg magnað að strax á fimmta degi eftir að ég byrjaði á Liðum var ég farinn að finna mikinn mun á mér. Sömuleiðis versnaði mér fljótt þegar ég sleppti að taka inn Liði og fékk aftur vonda verki. Protis Liðir hafa hentað mér frábærlega og ég er ekkert að liggja á skoðunum mínum um að þetta gerir mér mjög gott. Ef ég myndi hætta alveg að taka Liði væri ekkert annað í stöðunni en að fara í hnjáliðaskipti. Á meðan þetta er í lagi er ég ekkert að hugsa um slíkt.“

Þegar Pétur er spurður hvort hann viti um ástæðu þess að hnén gáfu sig, svarar hann: „Ég slasaðist fyrir rúmum 28 árum þegar ég var að hlaupa utanvegar í Noregi þar sem ég var í námi. Steig illa niður og reif liðþófa, átti síðan að fara í aðgerð sem aldrei varð úr, þannig að fóturinn varð alltaf verri og verri. Ég fór að setja allan þungann á hinn fótinn og skemmdi hann líka. Það má segja að þetta séu týpísk íþróttameiðsli. Ég hljóp mikið á þessum árum og tók þátt í hinum og þessum íþróttum. Þegar maður er vanur að hreyfa sig kemur upp eirðarleysi og pirringur ef það er ekki hægt af einhverjum orsökum. Ég hef reynt ýmislegt en á mjög erfitt með hlaup. Ég hef hins vegar fundið mig á reiðhjólinu enda gerir það mér gott að hjóla. Það er frábært að hjóla hér um sveitirnar, lítil umferð og fátt sem truflar,“ segir Pétur. „Ég fer því út að hjóla á hverjum degi.“

> Það kom mér mikið á óvart að eftir stuttan tíma minnkuðu bólgurnar mikið og verkirnir eiginlega hurfu.
>
> Pétur Björnsson



Sæbjúgu eru gjarnan kölluð „ginseng hafsins“ en þau innihalda lífvirka efnið sapónín sem er í Protis Liðum.

Ginseng hafsins

Skrápur sæbjúgna inniheldur lífvirka efnið kondroitín súlfat. Skrápur sæbjúgna inniheldur einnig hátt hlutfall af sinki, joði og járni og eru sæbjúgu gjarnan kölluð „ginseng hafsins“ en þau innihalda lífvirka efnið sapónín. Kollagenið sem unnið er úr sæbjúgum inniheldur hátt hlutfall af mikilvægum amínósýrum, sérstaklega tryptófan, auk mangans og nauðsynlegra vítamína fyrir heilbrigð bein, brjósk og liðvökva. ■

Verslaðu á protis.is eða í öllum helstu stórvörumörkuðum og apótekum.

Skrýtin tilfinning að halda með báðum liðunum

Jón Kr. Gíslason og Auður Sigurðardóttir eiga tvo stráka sem spila hvor með sínu liðinu í bikarúrslitaleiknum í körfubolta í dag. Spennan er mikil og það eina sem er ljóst er að annar kemur heim með gull en hinn með silfur.

starri@frettabladid.is



Jón Kr. Gíslason og Auður Sigurðardóttir, lengst til hægri, ásamt sonum og tengdadóttur í Austurríki 2019.

Úrslitaleikir karla og kvenna í VÍS-bikarnum í körfubolta fara fram í dag. Kvennalið Hauka og Keflavíkur leika klukkan 13.30 og karlalið Stjörnunnar og Vals hefja leik klukkan 16.15 en báðir leikirnir fara fram í Laugardalshöll.

Foreldrar úr Garðabænum, Jón Kr. Gíslason og Auður Sigurðardóttir, eru í þeirri óvenjulegu stöðu að eiga fulltrúa sitt í hvoru liðinu í karlaleiknum. Elsti sonurinn, Dagur Kár Jónsson, leikur með Stjörnunni og miðsonurinn, Daði Lár Jónsson, leikur með Val. Þriðji og yngsti sonurinn, Dúi Þór Jónsson, leikur með Álftanesi í 1. deildinni en bræðurnir hófu allir körfuboltaferilinn hjá Stjörnunni í Garðabæ þar sem þeir ólust upp.

Jón Kr. og Auður hafa því sótt ansi marga körfuboltaleiki með sonum sínum gegnum árin en þetta er í fyrsta sinn sem þau mæta á úrslitaleik þar sem synir þeirra spila hvor með sínu liðinu. „Það verður skrýtin tilfinning fyrir okkur að halda með báðum liðunum,“ segir Auður. „Við vitum þó fyrir víst að annar kemur heim með gull og hinn silfur.“

Dagskrá dagsins fram að leik er ekkert sérstaklega skipulögð að sögn Jóns Kr. „Dagurinn er ekkert planaður að öðru leyti en að við ætlum öll að mæta tímanlega í Höllina. Við förum alla vega ekki í nein upphitunarpartí en við gætum þó skipt liði og mætt hvort hjá sínu liðinu ef út í það er farið.“

Skipta leikjum á milli sín

Auður og Jón Kr. hafa verið mjög dugleg að elta synina út um allar trissur. „Við setjum oftast upp Excel-skjal fyrir veturinn til að vita hvert við eigum að mæta og skiptum þannig stuðningnum bróðurlega á milli þeirra,“ segir Auður.

> Það verður sennilega ekki mikið um hvatningaróp frá okkur þennan daginn. Að leik loknum er alveg ljóst að við fögnum með vinningshafanum og drífum okkur síðan í að peppa silfurhafann.
>
> Jón Kr. Gíslason

Strákarnir fóru allir í gegnum yngri landsliðin og hafa þau því farið í ófáar ferðir víða um heim til að fylgjast með þeim. „Þessar ferðir hafa verið ómetanlegar því það er ótrúlega gaman og mikil forréttindi að fá að upplifa þennan þátt í lífi þeirra með þeim. Síðan hefur það verið mikill bónus að við hjónin höfum eignast frábæra vini í foreldrahópunum í þessum ferðum,“ bætir Jón Kr. við.

Það skiptast á skin og skúrir í íþróttum og á það við um bræðurna þrjá eins og allt íþróttafólk. Auður og Jón Kr. segja strákana alla hafa fengið að upplifa stóra sigra og meðbyr ásamt því að glíma við ýmiss konar mótlæti. „Stemningin á heimilinu hefur því óneitanlega sveiflast í takt við það sem gengur á hverju sinni hjá hverjum og einum og við erum orðin ansi sjóuð í þessum veltingi.“

Á leiknum sjálfum stefna þau á að koma sér vel fyrir á miðju hlutlausa svæðisins. „Við sleppum því að mæta í stuðningstreyjum og klöppum fyrir öllum skemmtilegum tilburðum. Það verður sennilega ekki mikið um hvatningaróp frá okkur þennan daginn. Að leik loknum er alveg ljóst að við fögnum með vinningshafanum og drífum okkur síðan í að peppa silfurhafann,“ segir Jón Kr.

Öfundar syni sína í dag

Jón Kr. átti sjálfur langan og farsælan feril í körfuboltanum, bæði sem leikmaður og þjálfari. Hann lék lengst af með liði Keflavíkur, þar sem hann ólst upp, og varð meðal annars þrefaldur Íslandsmeistari og tvöfaldur bikarmeistari með liðinu auk þess að vinna danska bikarinn 1990. Hann segir það einstaka tilfinningu að taka þátt í bikarúrslitaleik. „Allir þrír bikartitlarnir eru jafn eftirminnilegir, bikarsigur með SISU í Danmörku 1990, sigur okkar Keflvíkinga gegn Snæfelli 1993 þar sem við unnum með rúmlega 30 stiga mun og sigur gegn erkifjendunum í Njarðvík 1994 þar sem sigur hafðist á lokasekúndum. Það er fátt skemmtilegra en fá að taka þátt í bikarúrslitaleik, enda segi ég drengjunum að ég öfundi þá í dag!“ ■

FRÉTTABLAÐIÐ

Atvinnublaðið job

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

Lyfjafræðingar

Fyrirtæki sem er í takti við tímann leitar að lyfjafræðingum til starfa á dag-, kvöld- og næturvaktir.

Lögð er áhersla á að viðkomandi búi yfir metnaði og sveigjanleika til að veita framúrskarandi faglega þjónustu.

Markmið okkar er að mæta þörfum viðskiptavinarins og þjónusta hann sem best.

Allar fyrirspurnir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.

Upplýsingar veitir Katrín S. Óladóttir, **katrin@hagvangur**.

Umsóknarfrestur er til og með **23. janúar nk.**

Sótt er um störfin á hagvangur.is

hagvangur.is

HAGVANGUR

Olíudreifing

Framkvæmdastjóri Olíudreifingar

Meginstarfsemi Olíudreifingar er dreifing og birgðahald á fljótandi eldsneyti. Félagið rekur einnig þjónustuverkstæði sem sinnir viðhaldi á rafbúnaði og vélbúnaði. Starfsmenn félagsins eru um 130 talsins á starfsstöðum víðsvegar um landið.

Við leitum að öflugum, árangursdrifnum leiðtoga sem er lausnamiðaður og býr yfir forystuhæfileikum til þess að stýra Olíudreifingu.

Framkvæmdastjóri stýrir daglegum rekstri félagsins. Þá tekur framkvæmdastjóri þátt í stefnumótun, framkvæmir stefnu og ákveður stjórnskipulag í samráði við stjórn félagsins. Framkvæmdastjóri er talsmaður félagsins og annast samskipti við hagsmunaaðila.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Yfirumsjón með daglegum rekstri félagsins.
- Mótun og eftirfylgni með stefnu félagsins og framtíðarsýn þess.
- Samskipti við viðskiptavini, samstarfsaðila og hagsmunaaðila.
- Áhættustýring, gæðastjórnun, fjármálastjórnun.
- Stjórnun framkvæmda.
- Yfirsýn með þróun á orkumörkuðum.
- Yfirsýn og ábyrgð á fjárhagslegum- umhverfis-, og samfélagslegum þáttum.
- Yfirsýn og ábyrgð á öryggismálum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Farsæl og árangursrík reynsla af stjórnun, stefnumótun og rekstri.
- Þekking á og reynsla af orkumálum.
- Þekking á eða reynsla af umhverfismálum og nýtingu náttúruauðlinda er kostur.
- Leiðtogahæfileikar og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Sjálfstæð vinnubrögð, jákvætt viðhorf og hæfni til að taka ákvarðanir undir álagi.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti.

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

Umsóknarfrestur er til og með 24. janúar nk.

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

Nánari upplýsingar veita Hilmar G. Hjaltason, hilmar@vinnvinn.is og Margrét Stefánsdóttir, margret@vinnvinn.is hjá Vinnvinn.

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

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

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

Fjarskiptastofa

Hlutverk Fjarskiptastofu er að stuðla að netöryggi ásamt hagkvæmri, öruggri og aðgengilegri fjarskiptaþjónustu og efla virka samkeppni á markaði. Hjá Fjarskiptastofu starfa um 40 manns, aðallega sérfræðingar við úrlausn verkefna á sviði netöryggis, tæknimála, viðskipta og laga sem tengjast hlutverki stofnunarinnar.

Verkefnastjóri á innviðasvið Fjarskiptastofu

Fjarskiptastofa óskar eftir að ráða í stöðu verkefnastjóra fjarskiptainnviðasviðs. Verkefnastjóri innviðasviðs hefur það hlutverk að stýra stærri verkefnum sviðsins og er um leið faglegur leiðtogi verkefnahópsins.
Innviðasvið Fjarskiptastofu ber ábyrgð á kortlagningu og greiningum á núverandi og fyrirhuguðum innviðum fjarskipta ásamt tengdum innviðum og stuðlar að uppbyggingu innviða í samstarfi við stjórnvöld og markaðsaðila. Innviðasvið stýrir skipulagi auðlinda fjarskipta (tíðna og númera) og úthlutar heimildum fyrir þær auðlindir.
Einnig viðhefur sviðið eftirlit með ljósvakanum sem felur í sér mælingar, viðbragð og úrvinnslu truflana.
Verkefnastjóri stýrir verkefnum sem snúa að hlutverki sviðsins, þróun á starfsemi sviðsins og nýsköpun á fagsviðinu, hvort sem er innan Fjarskiptastofu eða með samstarfsaðilum.
Meðal mikilvægra verkefna er aðkoma að því að efla starfsemi innviðasviðs varðandi fjarskiptanet, þróun þeirra, öryggi, áfallaþol og uppbyggingu ásamt því að vinna að því að móta samstarf og samvinnu á fjarskiptamarkaði um uppbyggingu fjarskiptainnviða.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Taka virkan þátt í að efla starfsemi innviðasviðs varðandi fjarskiptanet, kortlagningu þeirra, öryggi, áfallaþol og uppbyggingu
- Koma að því að móta samstarf og samvinnu á fjarskiptamarkaði
- Þátttaka í innlendu og alþjóðlegu samstarfi um uppbyggingu fjarskiptainnviða
- Ráðgjöf og upplýsingagjöf varðandi fjarskiptanet og uppbyggingu þeirra
- Vinna náið með sviðsstjóra að því að innviðasvið framfylgi markmiðum og stefnu varðandi þróun fjarskiptaneta landsins

Hæfnikröfur

- Háskólanám sem nýtist í starfi, t.d. á sviði verk-, tækni- eða tölvunarfræði
- Brennandi áhugi á fjarskiptatækni, nýsköpun og tækniþróun
- Reynsla af verkefnastjórnun
- Reynsla af vinnu tengdum fjarskiptanetum
- Þarf að hafa gott vald á íslensku og ensku, og búa yfir ríkulegri samskiptafærni meðal annars að geta miðlað tæknilegum upplýsingum.
- Samstarfshæfni, jákvætt viðhorf og eiga auðvelt með að vinna í hóp.
- Hæfni til ákvarðanatöku við flóknar og krefjandi aðstæður

Frekari upplýsingar um starfið:

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.
Fjarskiptastofa leggur áherslu á jafnrétti og hvetur öll áhugasöm til að sækja um starfið.
Krafist verður sakavottorðs. Við ráðningu þarf að gangast undir og standast bakgrunnsskoðun og öryggisvottun Ríkislögreglustjóra.

Umsóknarfrestur er til og með 17. janúar 2023.
Fjarskiptastofa lítur svo á að umsókn gildi í 6 mánuði frá dagsetningu hennar, nema umsækjandi ákveði umsókninni skemmri gildistíma.

Sótt er um starfið á www.starfatorg.is Nánari upplýsingar um starfið veitir Þorleifur Jónasson, sviðsstjóri, thorleifur@fjarskiptastofa.is



Kynnisferðir er öflugt ferðaþjónustufyrirtæki með ríflega 400 starfsmenn sem starfar undir vörumerkinu ICELANDIA. Við erum leiðandi í skipulagningu og rekstri dagsferða með erlenda og innlenda ferðamenn um Ísland.

Framkvæmdastjóri fjármála

Hlutverk framkvæmdastjóra er meðal annars ábyrgð á daglegri fjármálastjórn, þróun á nýtingu gagna og mótun stjórnendaupplýsinga ásamt stuðningi við áframhaldandi mótun og vöxt félagsins. Starfið heyrir beint undir forstjóra og er hluti af framkvæmdastjórn.

Hæfniskröfur:

- Víðtæk þekking á fjármálum og fjármálaumhverfi fyrirtækja
- Góð þekking á fjármálahugbúnaði og nýtingu gagna í rekstri
- Reynsla og þekking á stefnumótunarvinnu og innleiðingu
- Reynsla af stjórnun og stjórnunarstörfum
- Háskólamenntun sem nýtist í starfinu
- Framúrskarandi samskiptafærni og þjónustulund

Framkvæmdastjóri ferðasviðs

Hlutverk framkvæmdastjóra er meðal annars yfirumsjón með ferðasviði og rekstur þess. Stefnumótun, innleiðing og framfylgd stefnu ásamt vöruþróun og verðstýringu. Starfið heyrir beint undir forstjóra og er hluti af framkvæmdastjórn.

Hæfniskröfur:

- Víðtæk þekking á stefnumótun og umbótavinnu
- Góð þekking á greiningu og túlkun gagna
- Reynsla af stjórnun og stjórnunarstörfum
- Háskólamenntun sem nýtist í starfinu
- Framúrskarandi samskiptafærni og þjónustulund

Nánari upplýsingar veitir Sverrir Briem hjá Hagvangi, **sverrir@hagvangur.is**
Tekið er á móti umsóknum á **https://www.hagvangur.is/**

Umsóknarfrestur til og með **25. janúar 2023**

Reykjavik Excursions · flybus · ICELANDIC MOUNTAIN GUIDES · ICELAND ROVERS · ACTIVITY ICELAND · DIVE.IS

Klettagörðum 12 • 104 Reykjavík • Iceland • 580 5400 • www.icelandia.com

Heimilistæki

Mannauðsstjóri

Heimilistæki fagnaði á síðasta ári 60 ára afmæli, en fyrirtækið hefur verið leiðandi í innflutningi og sölu á raf- og heimilistækjum um árabil. Stefna Heimilistækja er að hjá fyrirtækinu starfi metnaðarfullt og þekkingarsækið starfsfólk og leggur fyrirtækið áherslu á jákvætt og vinalegt starfsumhverfi.

Í janúar 2022 hlaut Heimilistæki viðurkenningu fyrir að mælast með ánægðustu viðskiptavinina á raftækjamarkaði.

Auk fimm verslana Heimilistækja um allt land, eru Tölvulistinn, Rafland, Byggt og búið, Kúnígúnd, @tt.is og heildsalan Ásbjörn Ólafsson í samstæðunni. Heildarfjöldi starfsfólks er um 200, þar af tæpur helmingur í hlutastarfi.

Heimilistæki leita að öflugum mannauðsstjóra til að leiða einstakan hóp starfsmanna. Um er að ræða krefjandi starf í líflegu umhverfi. Viðkomandi þarf að búa yfir forystuhæfni, samskiptafærni og frumkvæði til að ná árangri í starfi.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Ábyrgð og framkvæmd á mótun stefnu í mannauðsmálum.
- Yfirumsjón með fræðslumálum og starfsþróun.
- Ráðningar, móttaka nýliða og nýliðaþjálfun í samstarfi við stjórnendur.
- Hagnýting mannauðsmælikvarða sem styðja við ákvarðanatöku.
- Ábyrgð á þróun, innleiðingu og nýsköpun á sviði mannauðsmála.
- Ábyrgð á jafnlaunastaðli og eftirfylgni.

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun á sviði mannauðsmála kostur.
- Þekking og marktæk reynsla á sviði mannauðsmála.
- Framúrskarandi samskiptafærni og jákvætt viðhorf.
- Reynsla af umbótaverkefnum, teymisvinnu og breytingastjórnun er kostur.
- Frumkvæði og fagleg vinnubrögð.
- Drifkraftur og metnaður til að ná árangri.

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

Umsóknarfrestur er til og með 24. janúar nk.

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

Umsjón með starfinu hafa Jensína K. Böðvarsdóttir (jensina@vinnvinn.is) og Margrét Stefánsdóttir (margret@vinnvinn.is).

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

FSRE

FRAMKVÆMDASTJÓRI FJÁRMÁLA OG STAFRÆNNA INNVIÐA

Framkvæmdasýslan - Ríkiseignir (FSRE) óskar eftir að ráða öfluga og framsýna manneskju í stöðu framkvæmdastjóra fjármála og stafrænna innviða. Við leitum að drífandi leiðtoga sem hefur færni til að leiða metnaðarfullan hóp fagfólks til árangurs. Við bjóðum upp á frábæran vinnustað í stöðugri framþróun og tækifæri til að taka þátt í að auka velsæld og verðmætasköpun í íslensku samfélagi.

Undir svið fjármála og stafrænna innviða falla fjárhagsleg stjórnun og reikningshald, launavinnsla og verkbókhald, rekstur skrifstofu, rekstur og þróun stafrænna innviða og gæða- og ferlamál. Sviðið gegnir stoðhlutverki þvert á FSRE og sinnir jafnframt formlegri skýrslugerð til ytri aðila. Framkvæmdastjóri sviðsins situr í framkvæmdastjórn FSRE og er jafnframt staðgengill forstjóra.

Helstu menntunar- og hæfniskröfur

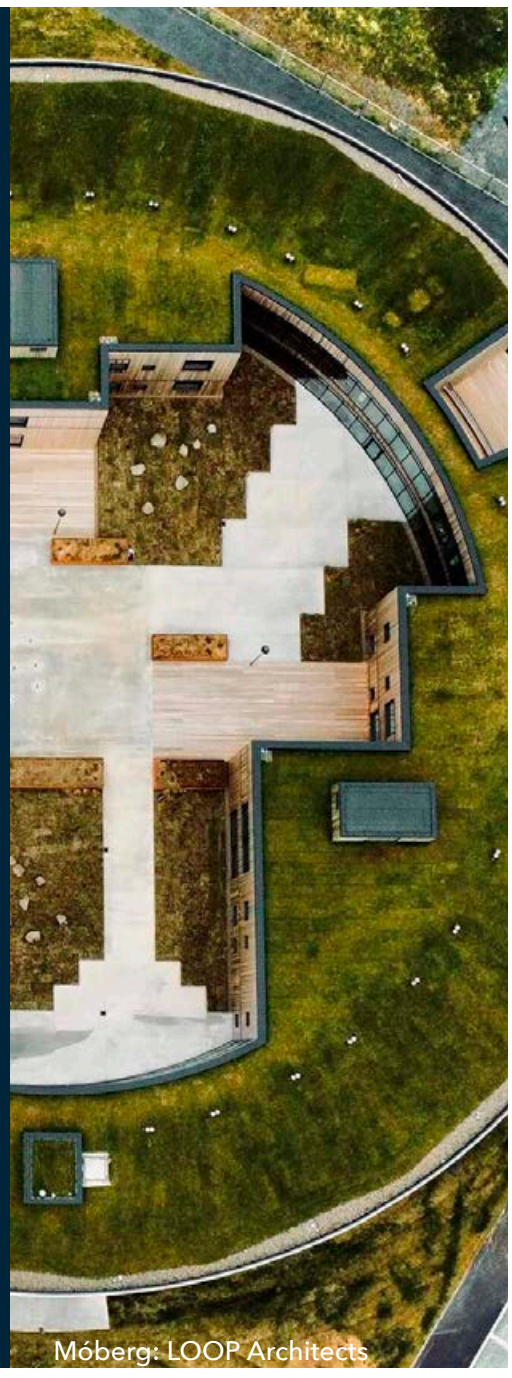
- Háskólapróf sem nýtist í starfi, s.s. á sviði viðskipta eða fjármála
- Meistaragráða í fjármálum fyrirtækja eða endurskoðun er kostur
- Leiðtogahæfileikar og farsæl stjórnunarreynsla ásamt reynslu af því að leiða breytingar
- Þekking og reynsla af fjármálastjórn og stefnumörkun á sviði fjármála
- Reynsla af áætlanagerð, fjárhagslegum greiningum og rekstrar- og verkbókhaldi
- Reynsla af fjármögnun framkvæmda eða eignastýringu er kostur
- Þekking á opinberri stjórnsýslu og opinberum fjármálum er kostur
- Þekking eða reynsla af stafrænni þróun er kostur

Nánari upplýsingar um starfið og hæfniskröfur má finna á www.intellecta.is

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL OG MEÐ 30. JAN
Öll áhugasöm eru hvött til að sækja um. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is

Nánari upplýsingar í síma 511 1225:
Thelma Kristín Kvaran, thelma@intellecta.is

intellecta


Móberg: LOOP Architects

AÐSTAÐA Í ALLRA ÞÁGU

FRAMKVÆMDASÝSLAN - RÍKISEIGNIR

Við hjá FSRE mótum og rekum aðstöðu sem nýtist öllum íbúum landsins með einum eða öðrum hætti. Við önnumst fasteignir og jarðir ríkisins, öflum húsnæðis og stýrum framkvæmdum við breytingar, endurbætur og nýbyggingar.

FSRE heldur utan um stærsta fasteignasafn landsins sem samanstendur af 530 þúsund m² húsnæðis í 380 eignum auk um 300 jarða og landsvæða. Við vinnum jafnframt að fjölbreyttum fasteignaþróunarverkefnum sem snerta flest svið mannlífsins s.s. heilbrigðis- og velferðarmál, menningu, menntun, dómskerfi, löggæslu, náttúru og friðlýst svæði.

Hjá FSRE starfa 74 sérfræðingar með breiða þekkingu á sviði fasteignaþróunar, framkvæmda og rekstrar. Við erum spennandi vinnustaður á fleygiferð inn í framtíðina, bjóðum upp á verkefnamiðað vinnuumhverfi og sveigjanlegan vinnutíma. Við leggjum áherslu á að styðja starfsfólk okkar í þekkingaröflun, m.a. í gegnum alþjóðlegt tengslanet. Við bjóðum upp á markvissa stjórnendaþjálfun, brennum fyrir jafnrétti, frábærri vinnustaðamenningu og fjölskylduvænum vinnustað.

FSRE.IS

Framkvæmdastjóri

Alzheimersamtökin leita að hugmyndaríkum og drífandi einstaklingi sem brennur fyrir málefnum fólks með heilabilun. Framkvæmdastjóri ber ábyrgð á öllum rekstri. Hann situr fundi stjórnar og vinnur samkvæmt ákvörðunum hennar. Starfið er mjög fjölbreytt og þarf framkvæmdastjóri að vera tilbúinn til að ganga í nánast öll störf.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á daglegum rekstri og stjórnun samtakanna
- Framkvæmd ákvarðana stjórnar
- Skipulag innra starfs
- Stefnumótunarvinna og áætlanagerð
- Hagsmunagæsla gagnvart yfirvöldum
- Stuðningur við stjórnendur rekstrareininga
- Samskipti við hagaðila

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Talsverð reynsla af stjórnun og rekstri
- Gott vald á íslensku, ensku og einu norðurlandamáli
- Mjög góð færni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, drifkraftur og metnaður
- Þekking á opinberri stjórnsýslu er mikill kostur

ALZHEIMER SAMTÖKIN Á ÍSLANDI

Alzheimersamtökin reka sérhæfðar dagþjálfanir í þremur húsum fyrir fólk með greindan heilabilunarsjúkdóm, Fríðuhús, Maríuhús og Drafnarhús. Þá rekur félagið Seigluna í Hafnarfirði en þangað sækja einstaklingar sem eru nýgreindir eða skammt á veg komnir með sinn sjúkdóm og aðstandendur þeirra.

Í dag starfa alls um 50 manns hjá samtökunum sem fluttu fyrir ári í nýtt húsnæði í Lífsgæðasetrinu St.Jó.

Sótt er um starfið á hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með **23. janúar nk.**

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

Umsóknir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.

Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá auk kynningarbréfs þar sem gerð er grein fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

hagvangur.is

HAGVANGUR

SUMAR 2023

Sumarstörf hjá Landsvirkjun

Í boði eru spennandi störf á nær öllum sviðum fyrirtækisins og starfsstöðvum okkar um landið. Starfsstöðvar Landsvirkjunar eru í Reykjavík, á Sogssvæði, Þjórsársvæði, í Fljótsdal, Mývatnssvæði, við Láxárstöðvar og Blöndustöð.

Kynntu þér þau fjölbreyttu störf sem eru í boði!

Opið er fyrir umsóknir
Umsóknarfrestur er til og með 16. febrúar

Sótt er um störfin á vef Landsvirkjunar
landsvirkjun.is/sumarstorf



Landsvirkjun

JAFNVÆGISVOG
FKA 2022

JAFNLAUNAVOTTUN
2022 - 2025



Sumar í Bláa Lóninu

Það gerist ekki betra – gakktu til liðs við okkur

Sumarstörf

Bláa Lónið er einstakt náttúruundur þar sem sjálfbærni er ávallt höfð að leiðarljósi. Við leitum að öflugu og skemmtilegu fólki í spennandi störf í sumar. Starfsandinn er frábær, umhverfið ómótstæðilegt og verkefnin fjölbreytt.

Ef þú vilt starfa í fallegri náttúru og vera partur af sterkri liðsheild þá er Bláa Lónið rétti staðurinn.

Kynntu þér spennandi störf Bláa Lónsins á storf.bluelagoon.is eða með því að skanna QR kóðann.

Það sem við höfum meðal annars upp á að bjóða

- ★ Skemmtilegt félagslíf
- ★ Frábær fríðindi
- ★ Góðar samgöngur – rútuferðir til og frá vinnu
- ★ Markviss þjálfun og fræðsla
- ★ Vaktavinna eða dagvinna
- ★ Fjölbreyttur og hollur matur

Umsóknarfrestur er til og með 15. mars 2023 og æskilegt er að umsækjendur hafi náð 18 ára aldri.

Bláa Lónið er leiðandi þekkingarfyrirtæki með 30 ára sögu og víðtæka starfsemi. Það er í hópi fremstu heilsulinda heims og hefur hlotið fjölmörg alþjóðleg verðlaun og viðurkenningar.

BLUE LAGOON

Lyfjafræðingar og aðstoðarlyfjafræðingar

Vegna aukinna verkefna vantar okkur lyfjafræðinga og aðstoðarlyfjafræðinga til starfa.

Okkur vantar ennfremur lyfjafræðinga og aðstoðarlyfjafræðinga til sumarafsleysinga.

Áhugasamir sendi fyrirspurnir eða umsóknir ásamt ferilskrá á netfangið svanur@lyfjaval.is fyrir 26. janúar.

Viltu vera með okkur í spennandi vegferð?

Lyfjaval
HEILSA & HAMINGJA

Atvinnublaðið
— Mest lesna atvinnublað Íslands —



FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN

Beinn sími: 550 5625

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





Sérfræðingur í umhverfismálum

Viltu hafa raunveruleg og jákvæð áhrif í umhverfismálum?

Við leitum að einstaklingi með brennandi áhuga á umbótum í umhverfismálum sem er tilbúinn að leiða umbótastarf og daglegan rekstur í málaflokknum, leita lausna við áskorunum og fá teymi með sér í lið.

Elkem Ísland starfar eftir gæða- og umhverfisstjórnkerfum ISO 9001, ISO 14001 og öryggisstjórnkerfi móðurfélagsins.

Um er að ræða starf sem heyrir undir framkvæmdastjóra öryggis-, heilsu- og umhverfismála. Starfið er krefjandi og snýr m.a. að rekstri umhverfisstjórnkerfisins, verkefnastýringu, skipulagi umhverfismála og viðhaldi vottana.

Umsóknarfrestur er til og með 23. janúar nk.

Við hvetjum öll áhugasöm til að sækja um óháð uppruna, aldri eða kyni.

Nánari upplýsingar veitir Elín Dögg Ómarsdóttir, **elin@hagvangur.is**.

Elkem

Elkem á Íslandi er hluti af sterkri alþjóðlegri heild, Elkem ASA, sem er einn af helstu framleiðendum heims á kísilafurðum. Áherslur fyrirtækisins eru að hafa fjölbreytileikann að leiðarljósi og eru einkunnarorð okkar þátttaka, nákvæmni, virðing og stöðugar framfarir.

Elkem Ísland er eftirsóknarverður og lifandi vinnustaður þar sem áhersla er lögð á að skapa sterka liðsheild og vinnuumhverfi sem veitir fólki tækifæri til að vaxa og þróast í starfi.

Sótt er um starfið á hagvangur.is

Forritari

Almenni lífeyrissjóðurinn óskar eftir að ráða öflugan forritara til að þróa með okkur nýjar lausnir hjá sjóðnum. Verkefnin eru fjölbreytt og unnin í nánu samstarfi við starfsmenn sjóðsins.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun í tölvunarfræði eða önnur sambærileg menntun
- Reynsla á sviði forritunar
- Auðvelt með að tileinka sér ný tól og forritunarmál
- Þekking og reynsla af .NET, MS SQL, REST og SOAP vefþjónustum
- Metnaður og áhugi fyrir gagnaöryggi
- Frumkvæði, fagleg vinnubrögð og færni í samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 25. janúar nk.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir Briem,
sverrir@hagvangur.is.

ALMENNI LÍFEYRISSJÓÐURINN

Almenni lífeyrissjóðurinn er fullgildur lífeyrissjóður og hefur starfsleyfi samkvæmt lögum um skyldutryggingu lífeyrisréttinda og starfsemi lífeyrissjóða. Hjá sjóðnum starfar samheldinn hópur starfsmanna sem leggur metnað sinn í að vinna vel fyrir sjóðfélaga og veita úrvalsþjónustu. Í boði er vinnustaður sem hlúir að starfsfólki með góðri vinnuaðstöðu og áhugaverðum og fjölbreyttum verkefnum.

Sótt er um starfið á hagvangur.is

HAGVANGUR





Verk- eða tækni-fræðingur í vélbúnaði

Elkem Ísland leitar að öflugum liðsfélaga í viðhaldsteymi sitt. Við leitum að einstaklingi með reynslu af viðhaldsverkefnum, tæknilegri umsjón og skipulagi.

Starfið felst í fjölbreyttum og krefjandi verkefnum á tæknisviði. Á tæknisviði er starfandi hópur faglegra og lausnamiðaðra iðnaðarmanna og sérfræðinga sem sinna viðhaldi og fjárfestingarverkefnum Elkem Íslands.

Umsóknarfrestur er til og með 23. janúar nk.

Við hvetjum öll áhugasöm til að sækja um óháð uppruna, aldri eða kyni.

Nánari upplýsingar veitir mannauðsstjóri Elkem,
Íris Ösp Bergþórsdóttir, **iris@elkem.com**.

Elkem

Elkem á Íslandi er hluti af sterkri alþjóðlegri heild, Elkem ASA, sem er einn af helstu framleiðendum heims á kísilafurðum. Áherslur fyrirtækisins eru að hafa fjölbreytileikann að leiðarljósi og eru einkunnarorð okkar þátttaka, nákvæmni, virðing og stöðugar framfarir.

Elkem Ísland er eftirsóknarverður og lifandi vinnustaður þar sem áhersla er lögð á að skapa sterka liðsheild og vinnuumhverfi sem veitir fólki tækifæri til að vaxa og þróast í starfi.

Sótt er um starfið á heimasíðu Elkem

HAGVANGUR



Sérnám í heimilislækningum

Lausar eru til umsóknar sex sérnámsstöður lækna í heimilislækningum hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins.

Sérnám í heimilislækningum hefur verið starfrækt í fjölda ára á Íslandi og hefur Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins verið leiðandi í því námi. Sérnámið fer fram undir virkri handleiðslu sérfræðings í heimilislækningum sem fylgir sérnámslækni eftir allan námstímann. Sérnámslæknir skipuleggur nám sitt í samráði við kennslustjóra.

Kostir sérnáms í heimilislækningum:

- Einstaklingsmiðuð námsáætlun
- Starfsnám undir virkri handleiðslu reyndra sérfræðinga
- Samningur við Landspítala varðandi spítalahluta sérnámsins
- Hópkennsla hálfan dag í viku
- Þátttaka í rannsóknar- og/eða gæðastarfi
- Sameiginlegar námsferðir innanlands og utan
- Rafræn sérnámsmappa sem heldur utan um framgang í námi

Nánari upplýsingar veitir Elínborg Bárðardóttir – elinborg.bardardottir@heilsugaeslan.is
Sjá nánar á www.starfatorg.is og á www.heilsugaeslan.is undir laus störf.

hagar

Skrifstofustjóri og aðstoðarmaður framkvæmdastjóra

Hagar leita að jákvæðum, sjálfstæðum og duglegum einstakling til að sjá um daglegan rekstur skrifstofu Haga og aðstoða forstjóra og framkvæmdastjórn Haga með almenna skipulagningu, s.s. vegna funda, ferðalaga, o.fl.

Helstu verkefni:
- ábyrgð á rekstri skrifstofu Haga, m.a. utanumhald og pantanir á skrifstofuvörum og öðrum aðföngum
- undirbúningur funda framkvæmdastjórnar og stjórnar Haga
- skipulagning viðburða
- móttaka gesta, símsvörun o.fl.
- almenn skrifstofustörf og tilfallandi verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Þjónustulund og góð færni í mannlegum samskiptum
- Nákvæm og skipulögð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Bílpróf

Hagar hf. eru fjölskylda af fyrirtækjum sem starfa á íslenskum smásölumarkaði. Meginstarfsemi Haga er á sviði smásölu með mat-, sérvöru og eldsneyti og tengdum rekstri vöruhúsa. Hagar starfrækja samtals 38 matvöruverslanir undir vörumerkjum Bónus og Hagkaups, 22 Olís þjónustustöðvar, 45 ÓB-stöðvar, umfangsmikla vöruhúsastarfsemi, birgðaverslun, netverslun með matarpakka auk verslunar með sérvöru.
Hjá Högum og dótturfélögum starfa um 2.500 manns sem hafa það að markmiði að stuðla að bættum lífskjörum viðskiptavina í gegnum framúrskarandi verslun.

Umsóknum skal fylgja starfsferilskrá. **Umsóknir skal senda inn á alfred.is en umsóknarfrestur er til og með 22. janúar nk.**

Skagafjörður

Í Skagafirði búa rúmlega 4.300 manns þar sem lögð er áhersla á fjölskylduvænt og heilsueflandi samfélag með öflugu fræðslustarfi og góðri frístunda- og velferðaþjónustu. Skagafjörður er framsækið sveitarfélag þar sem atvinnumöguleikar eru miklir og þjónusta mjög góð. Íþrótta- og tómstundalíf er með miklum blóma sem og menning og önnur afþreying.

Fjölskyldusvið Skagafjarðar samanstendur af þremur meginstoðum sem starfa samþætt; félagsþjónustu, frístundaþjónustu og fræðsluþjónustu, ásamt öflugri stoðþjónustu sérfræðinga sem vinna þvert á sviðið. Á fjölskyldusviði starfa tæplega 400 manns á um 40 starfsstöðvum víðs vegar um sveitarfélagið og teygir starfsemin sig um allt Norðurland vestra. Sveitarfélagið Skagafjörður er leiðandi sveitarfélag í barnaverndarþjónustu á Mið-Norðurlandi, sem og leiðandi í málefnum fatlaðs fólks á Norðurlandi vestra.



Sviðsstjóri fjölskyldusviðs

Skagafjörður óskar eftir að ráða drífandi og framsýnan leiðtoga í starf sviðsstjóra fjölskyldusviðs. Sviðsstjóri veitir sviðinu faglega og stjórnunarlega forystu og starfar í samræmi við stefnu sveitarfélagsins ásamt lögum og reglugerðum sem varða starfsemina. Sviðsstjóri er stjórnendum til ráðgjafar og stuðnings í verkefnum og ákvörðunum sem þeir fást við. Sviðsstjóri hefur yfirumsjón með öllu faglegu starfi og rekstri fjölskyldusviðs og starfar náið með sveitarstjóra og öðrum sviðsstjórum.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Umsjón með starfs- og fjárhagsáætlunum á sviðinu.
- Yfirumsjón og eftirlit með faglegu starfi á sviðinu og samræmingu og samþættingu á milli eininga.
- Umsjón með starfsemi nefnda og ráða á fjölskyldusviði.
- Ráðgjöf og stuðningur til annarra stjórnenda á sviðinu í störfum þeirra og stjórnun.
- Samskipti við fagnefndir og hagsmunaaðila.
- Þátttaka í stefnumótun og nýsköpunarverkefnum þvert á fagsvið sveitarfélagsins.
- Stuðlar að úrbótaverkefnum í öllum þáttum starfsemi sviðsins.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Meistaragráða sem tengist starfsvettvangi sviðsins er kostur.
- Góð fagþekking á málefnum sviðsins.
- Farsæl rekstrar- og stjórnunarreynsla er skilyrði.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er skilyrði.
- Reynsla af straumlínustjórnun og samþættingu verkefna er kostur.
- Skýr sýn á leiðir til að styrkja skólaumhverfi, frístundaþjónustu og velferðarmál í sveitarfélaginu.
- Þekking og reynsla af snemmtækum stuðningi og samþættingu þjónustu er kostur.
- Leiðtoga-, samstarfs- og samskiptahæfni.
- Metnaður til að ná árangri í starfinu.

Gerð er krafa um hreint sakavottorð við ráðningu.

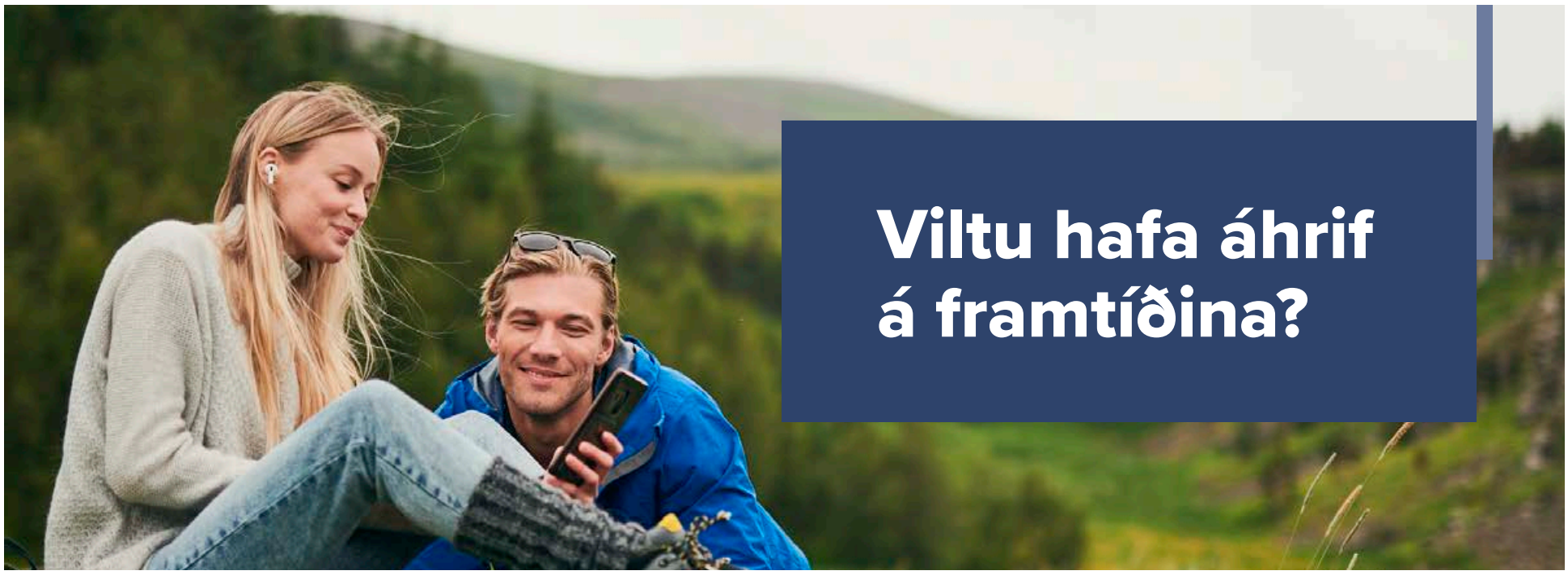
Nánari upplýsingar veita Sigfús Ingi Sigfússon, sveitarstjóri, sigfus@skagafjordur.is, 455 6000 og Geirlaug Jóhannsdóttir, ráðgjafi hjá Hagvangi, geirlaug@hagvangur.is, 520-4700.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 30. janúar 2022

Einungis er tekið á móti rafrænum umsóknum á heimasíðu sveitarfélagsins www.skagafjordur.is. Prófskírteini og greinargóð ferilskrá fylgi umsókn ásamt stuttu kynningarbréfi þar fram kemur af hverju sótt er um starfið og hvernig viðkomandi uppfyllir þær kröfur sem gerðar eru til þess.

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



Viltu hafa áhrif á framtíðina?

Sérfræðingur í gagnagreiningu

Við óskum eftir að ráða drífandi einstakling í nýtt starf sérfræðings í gagnagreiningu hjá rekstri flutningsvirkja. Viðkomandi kemur inn í teymi sérfræðinga í viðhaldi flutningskerfisins og mun halda utan um gögn um ástand flutningskerfisins, vinna greiningar á ástandi og viðhaldsþörf þess ásamt greiningum á kostnaði viðhalds- og endurnýjunarverkefna. Rekstur flutningsvirkja sér um viðhald og rekstur flutningskerfisins og rekur rúmlega 3.300 km af háspennulínum og yfir 80 tengivirki.

Næsti yfirmaður er Þórarinn Bjarnason, yfirmaður reksturs flutningsvirkja.

Við leitum að starfskrafti með

- Háskólamenntun á sviði raunvísinda.
- Áhuga og reynslu af meðhöndlun og vinnslu gagna.
- Góða almenna tölvukunnáttu.
- Skipulagshæfileika.
- Frumkvæði, drifkraft og sjálfstæði í starfi.
- Jákvætt, uppbyggilegt og lausnamiðað viðhorf.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum og staðfestu við úrvinnslu verkefna.

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.

Starfsmaður í raflínuteymi

Við leitum að fjölhæfum og framúrskarandi einstaklingi í línuteymið okkar. Um er að ræða fjölbreytt starf með það að markmiði að tryggja örugga afhendingu rafmagns á Íslandi. Helstu verkefni starfsins fela í sér eftirlit og viðhald á háspennulínum og strengjum. Meginstarfsstarfstöð er í Reykjavík en starfsvettvangur um allt land.

Næsti yfirmaður er Smári Jónasson, forstöðumaður netþjónustu.

Við leitum að starfskrafti með

- Menntun í rafvirkjun, rafveituvirkjun eða aðra menntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af vinnu við háspennu er æskileg.
- Sterka öryggisvitund.
- Öguð og nákvæm vinnubrögð.
- Frumkvæði, drifkraft og sjálfstæði í starfi.
- Jákvætt, uppbyggilegt og lausnamiðað viðhorf.

Vinnuvélastjórn og -umsjón

Við erum spennt fyrir því að auglýsa nýtt starf sem felst í vinnuvélastjórn ásamt umsjón vinnuvéla og bifreiða hjá netþjónustu Landsnets. Viðkomandi gengur til liðs við samhentan hóp sem vinnur að viðhaldi og viðgerðum í raforkuflutningskerfinu. Starfið hentar vandvirkum og úrræðagóðum einstaklingi.

Næsti yfirmaður er Smári Jónasson, forstöðumaður netþjónustu.

Við leitum að starfskrafti með

- Mikla og góða þekkingu á viðhaldi og rekstri tækja.
- Meirapróf og vinnuvélaréttindi – réttindi til að stjórna kranatækjum.
- Iðnmenntun sem nýtist í starfi, s.s. bifvélavirkjun eða vélvirkjun.
- Sterka öryggisvitund.
- Öguð og nákvæm vinnubrögð.
- Frumkvæði, drifkraft og sjálfstæði í starfi.
- Jákvætt, uppbyggilegt og lausnamiðað viðhorf.

Umsóknarfrestur er til og með 29. janúar 2023. Sótt er um störfin á landsnet.is.
Við hvetjum öll áhugasöm til að sækja um óháð uppruna, aldri eða kyni. Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem þú segir okkur af hverju þig langar til að bætast í hópinn. Nánari upplýsingar veitir Jason Már Bergsteinsson, mannauðssérfræðingur, mannaudur@landsnet.is. Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál.

Við erum lykilinnviður þjóðarinnar og allt okkar starf snýst um að miðla orku sem drífur 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 | Gylfaflöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | landsnet@landsnet.is | www.landsnet.is

LANDSNET



ARKÍS arkitektar er framsækin arkitektastofa á sviði byggingarlistar, hönnunar og skipulags. Frá stofnun, árið 1997, hefur ARKÍS starfað bæði innanlands og á alþjóðamarkaði og unnið að fjölbreytilegum verkefnum fyrir einkaaðila og opinberar stofnanir.

Í dag starfa 40 starfsmenn hjá fyrirtækinu bæði í Kópavogi og á Selfossi.

Þá er fyrirtækið vottað samkvæmt ISO 9001:2015 og ISO 14001:2015 ásamt því að vera með jafnlaunavottun ÍST-85.

ARKÍS starfar eftir þeirri meginhugsun að öll hönnun mannvirkja snúist um að skapa umhverfi og aðstæður sem auka lífsgæði. Þá skuldbindur ARKÍS sig til að stuðla að sjálfbærni byggðar.

www.ark.is

Vegna aukinna verkefna leitum við að arkitektum til þess að verða hluti af þverfaglegu teymi ARKÍS arkitekta.

Framundan eru mörg spennandi verkefni jafnt á Íslandi sem erlendis og því um skemmtileg og gefandi atvinnutækifæri að ræða.

Við leitum að arkitektum með nokkurra ára reynslu og gott vald á flestum þáttum arkitektahönnunar. Rík áhersla er lögð á frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð en jafnframt áhersla á að geta unnið vel í teymi. Þá er góð reynsla af Revit mikill kostur.

Umsækjendur þurfa að geta hafið störf sem fyrst.

Umsóknum skal skilað til ARKÍS arkitekta ehf. með tölvupósti á netfangið arkis@ark.is. Farið verður með umsóknir sem trúnaðarmál.

Umsóknir skulu berast fyrir 23. janúar.

ARKÍS
arkitektar

Fasteignasalar óskast til starfa

Fasteignasali - skjalagerð

Við óskum eftir að ráða til starfa reyndan fasteignasala til að annast skjalagerð. Í starfinu felst gerð kaupsamninga, uppgjöra og allra skjala sem tengjast sölu fasteigna.

Starfssvið
- Ábyrgð á skjalagerð, uppgjörum, samskipti við viðskiptavini.

Hæfniskröfur
- Löggilting til sölu fasteigna.
- Reynsla af skjalagerð.
- Lipurð í samskiptum og góðir skipulagshæfileikar.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Hreint sakavottorð.

Fasteignasali – sala fasteigna

Við óskum eftir að ráða fasteignasala til að annast sölu fasteigna. Viðkomandi þarf að vera löggiltur fasteignasali eða í námi til löggiltingar. Spennandi verkefni eru framundan.

Starfssvið
- Sala fasteigna, samskipti við viðskiptavini.

Hæfniskröfur
- Reynsla af sölu fasteigna.
- Löggilting fasteignasala eða vera í námi til löggiltingar.
- Gott skipulag og sjálfstæði í starfi.
- Eiga auðvelt með mannleg samskipti.
- Hreint sakavottorð

Heimili fasteignasala er rótgrón og traust fasteignasala sem byggir á áratuga reynslu. Fasteignasalan er staðsett í björtu og fallegu húsnæði við Grensásveg 3, miðsvæðis í Reykjavík. Mjög góð vinnuaðstaða og jákvætt starfsumhverfi.

Þeir sem hafa áhuga vinsamlegast sendið inn umsókn með upplýsingum um menntun og fyrri störf til Finnboga Hilmarssonar, fasteignasala, á netfangið finnbogi@heimili.is

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál.
Öllum umsóknum verður svarað.

heimili
fasteignasala
– á traustum grunni

STARF

Hefurðu gaman af jarðvegsstíflum?

Við hjá deild Þróunar vatnsafls hjá Landsvirkjun leitum að sérfræðingi sem hefur þekkingu og áhuga á jarðtækni. Við rekum fjölmargar jarðvegsstíflur, göng og skurði og öryggi þessara mannvirkja er ein af megin áherslum í rekstri fyrirtækisins.

Helstu verkefni:
- Hafa umsjón og eftirlit með mælakerfum stíflueftirlits, úrvinnslu mæligagna og sértækum greiningum
- Vakta ástand og öryggi jarðvegsstíflna
- Taka virkan þátt í teymi stífluöryggis

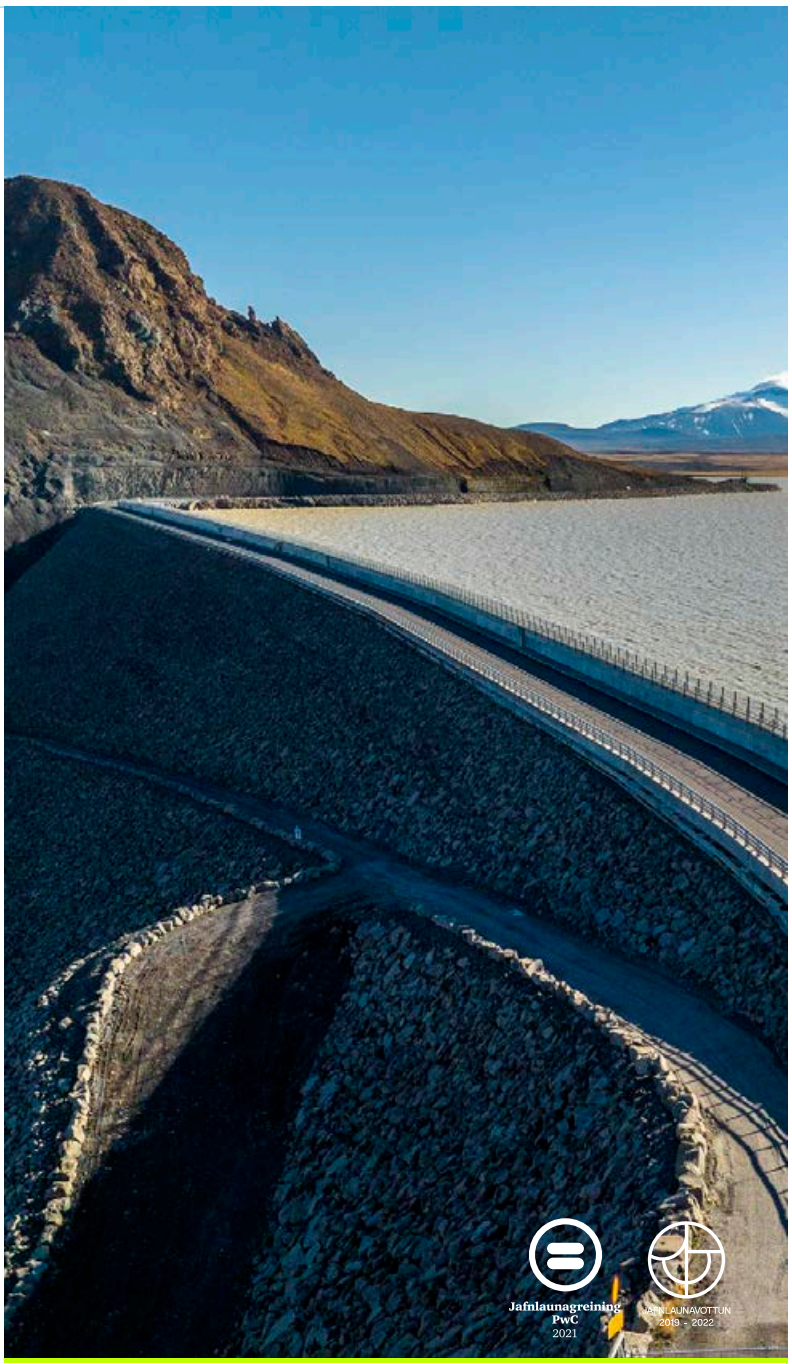
Hæfni og reynsla:
- Grunnmenntun á háskólastigi á sviði jarðeðlisfræði, jarðfræði eða byggingarverkfræði
- Reynsla af uppsetningu og rekstri mælitækja ásamt úrvinnslu gagna
- Reynsla af umsjón og þátttöku í verkefnum á sviði jarðtækni
- Lipurð í mannlegum samskiptum og hæfni til að vinna í þverfaglegum hópum

Umsóknarfrestur er til og með 24. janúar

Sótt er um starfið á vef Landsvirkjunar
landsvirkjun.is/laus-storf

Landsvirkjun er orkufyrirtæki í eigu íslensku þjóðarinnar og vinnur rafmagn úr endurnýjanlegum orkugjöfum, vatnsafli, jarðvarma og vindi. Hjá fyrirtækinu starfa rúmlega 300 manns, víða um land. Fyrirtækið hefur metnaðarfulla jafnréttis- og mannauðsstefnu, hugar að vellíðan starfsfólks og leggur áherslu á að viðhalda orkumikilli fyrirtækjamenningu.

Landsvirkjun







Viltu vera hluti af góðri liðsheild?

Faxaflóahafnir sf. óska eftir að ráða hafnsögumenn, skipstjóra, vélstjóra og hafnarverði í afleysingar sumarið 2023 í hafnarþjónustu.

Starf **hafnsögumanns** felst í leiðsögu og hafnsögu skipa auk annarra verkefna tengdum hafnarþjónustu við viðskiptavini.

Starf **skipstjóra** felst í skipstjórn á dráttarbátum Faxaflóahafna auk annarra verkefna tengdum hafnarþjónustu við viðskiptavini.

Starf **vélstjóra** felst í vélstjórn dráttarbáta, viðhaldi dráttarbáta sem sinna þarf hverju sinni, afgreiðslu rafmagns auk annarra tilfallandi verkefna tengdum hafnarþjónustu við viðskiptavini.

Starf **hafnarvarðar** felst í móttöku á skipum, umhirðu hafnarsvæða, afgreiðslu vatns auk annarra tilfallandi verkefna tengdum hafnarþjónustu við viðskiptavini.

Faxaflóahafnir sf. er stærsta höfn landsins þar sem starfa um 80 manns og er umráðasvæði hennar í Reykjavík, Akranesi, Grundartanga og Borgarnesi. Fyrirtækið leggur áherslu á að vera leiðandi í umhverfis- og öryggismálum auk þess að vera í vegferð að þróa snjallar og grænar hafnir.

Hæfniskröfur hafnsögumanns

- Skipstjórnarréttindi D – skipstjóri á skipum af ótakmarkaðri stærð
- Reynsla af siglingum fraktskipa
- Öryggisnám Slysavarnarskóla sjómanna
- Góð íslensku-, ensku- og tölvukunnátta

Hæfniskröfur skipstjóra

- Skipstjórnarréttindi B - skipstjóri á skipum að 45 metrum
- Þekking og reynsla af skipstjórn á dráttarbát með Azimuth stjórnbúnaði nauðsynleg
- Öryggisnám Slysavarnarskóla sjómanna
- Góð íslensku-, ensku- og tölvukunnátta

Hæfniskröfur vélstjóra

- Vélstjóraréttindi VF1
- Reynsla af yfirvélstjórn skipa
- Öryggisnám Slysavarnarskóla sjómanna
- Góð íslensku-, ensku- og tölvukunnátta

Hæfniskröfur hafnarvarða

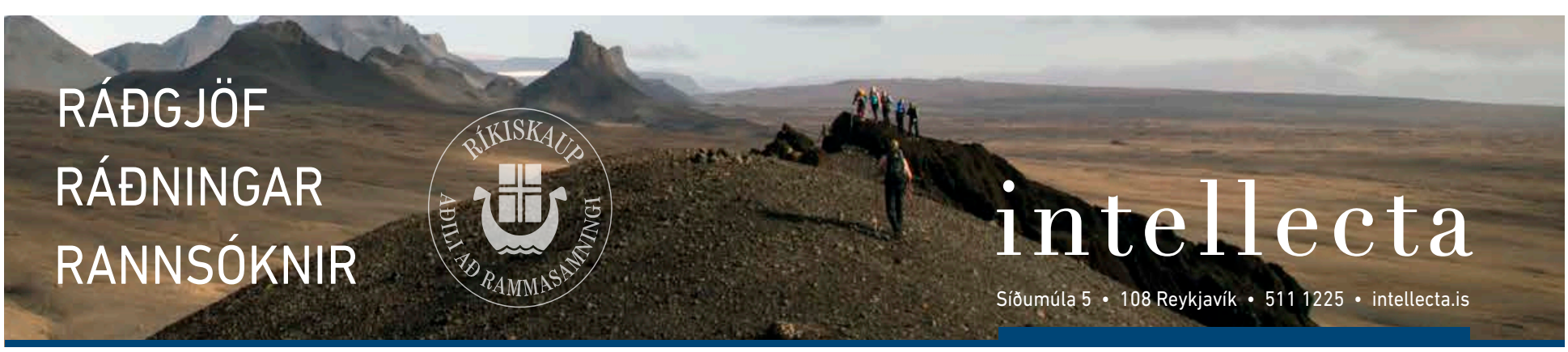
- Gilt ökuskírteini
- Öryggisnám Slysavarnarskóla sjómanna er kostur
- Gild vinnuvélaréttindi er kostur
- Gild vigtarréttindi eru kostur

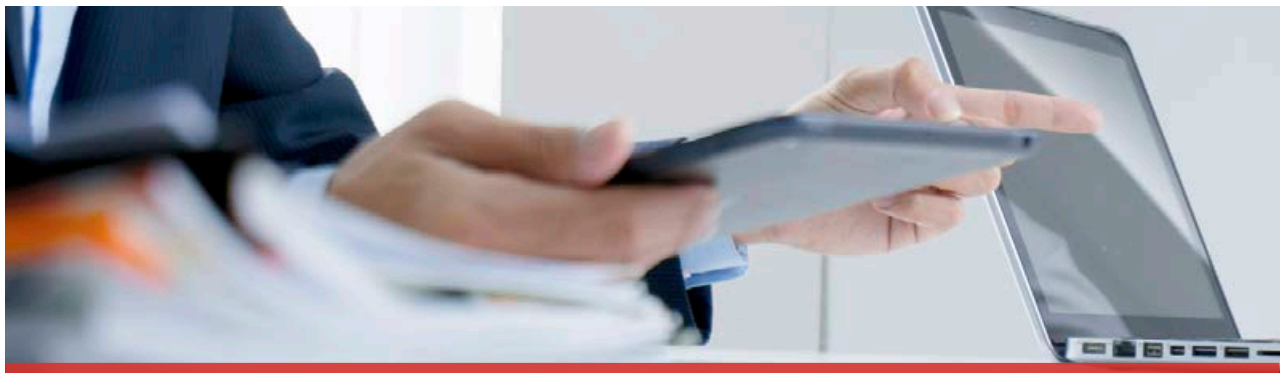
Þar sem í gildi eru ákvæði laga um hafnavernd þá er óskað eftir að umsækjandi geti lagt fram sakavottorð.
Öll kyn eru hvött til að sækja um en fyrirtækið hefur skýr jafnréttismarkmið og vill auka fjölbreytileika í starfsliði sínu. Starfsstöð er í Reykjavík.
Nánari upplýsingar um starfið gefur Gísli Jóhann Hallsson yfirhafnsögumaður **gisli@faxafloahafnir.is**
Umsókn ásamt ferilskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið **olafur@faxafloahafnir.is**, eigi síðar en föstudaginn **3. febrúar n.k.**

faxafloahafnir.is

ISO 14001 Environmental Management CERTIFIED · ISO 45001 Occupational Health and Safety Management CERTIFIED · ÍST 85:2012 Equal Wage Management System CERTIFIED · JAFNLAUNAVOTTUN 2022 - 2025

Faxaflóahafnir sf
Associated Icelandic Ports





Skjalastjóri óskast

Rannís óskar eftir skjalastjóra í fullt starf. Starfið felur í sér ábyrgð á skjala- og gagnastjórnun. Umsjón með skjalastjórnunarkerfi og viðhaldi á skjalahandbók, málaskrá og málalyklum. Þjónusta við starfsfólk stofnunarinnar, miðlun þekkingar í gegnum leiðsögn og fræðslu. Stofnun teyma og viðhald skipulags í M365. Undirbúningur og eftirfylgni við rafræn skil til Þjóðskjalasafns. Viðhald og mótun skjalastjórnunarstefnu Rannís.

HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf á sviði skjalastjórnunar og/eða haldbær reynsla á sviði skjalastjórnunar
- Þekking á GoPro eða sambærilegu skjalastjórnunarkerfi áskilin
- Þekking á M365 (Teams, Sharepoint) og færni í helstu Office forritum
- Skipulögð og öguð vinnubrögð og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Góð kunnátta í íslensku og ensku, bæði í tal- og ritmáli
- Kunnátta í einu Norðurlandamáli er kostur
- Góð samskiptafærni áskilin ásamt frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Samviskusemi og metnaður til að ná árangri í starfi með því að veita góða þjónustu og leiða verk áfram

Upplýsingar um starfið veitir Herdís Þorgrímsdóttir, sviðstjóri rekstrarsviðs, herdis.thorgrimsdottir@rannis.is eða í síma 515 5804.

Umsóknarfrestur er til og með 23. janúar 2023.

Sækja skal um starfið á heimasíðu Rannís, www.rannis.is/starfsemi/laus-storf/. Umsóknin skal fylgja ferilskrá, kynningarbréf ásamt prófskírteinum og upplýsingar um meðmælendur.

Rannís er líflegur vinnustaður með um 60 sérfræðingum sem starfa eftir gildum stofnunarinnar: Áhrif, fagmennska og samstarf. Hlutverk Rannís er að treysta stoðir íslensks samfélags með stuðningi við rannsóknir, nýsköpun, menntun og menningu og styðja þekkingarsamfélagið með rekstri samkeppnissjóða, aðstoð og kynningu á alþjóðlegum sóknarfærum og samstarfsmöguleikum. Rannís greinir og kynnir áhrif rannsókna, menntunar og menningar á þjóðarhag og þjónustar undirbúning vísinda- og tæknistefnu.

rannís
Borgartúni 30, 105 Reykjavík,
sími 515 5800, rannis@rannis.is
www.rannis.is

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

Við leiðum fólk saman

hagvangur.is

HAGVANGUR

HAGVANGUR

Lögfræðingur

Lögfræðiteymi á skrifstofu borgarstjóra og borgarritara leitar að öflugum lögfræðingi. Í boði er krefjandi og fjölbreytt starf sem reynir á ýmis réttarsvið lögfræðinnar.

Gríðarleg uppbygging er fyrirhuguð í Reykjavík á komandi árum og fær viðkomandi tækifæri til að vinna að framgangi hennar í spennandi og krefjandi verkefnum. Teymið ber ábyrgð á gerð uppbyggingarsamninga og sér um úthlutun lóða hjá Reykjavíkurborg. Auk þess tekur teymið virkan þátt í fjölbreyttum borgarþróunarverkefnum og innleiðingu Græna plans Reykjavíkurborgar. Teymið er hluti af skrifstofu borgarstjóra og borgarritara og er staðsett í Ráðhúsi Reykjavíkur.

Helstu verkefni:

- Samningagerð, stefnumótun, verkefnastjórnun og fyrirsvar vegna þróunar- og uppbyggingarverkefna.
- Gerð úthlutunarskilmála fyrir lóðir.
- Lögfræðilegar álitsgerðir, ráðgjöf og umsagnir vegna verkefna lögfræðiteymis.
- Meðferð stjórnsýslumála og annarra mála sem heyra undir verkefni lögfræðiteymis.
- Undirbúningur mála fyrir borgarráð.

Hæfniskröfur:

- Meistarapróf eða embættispróf í lögfræði.
- Haldbær þekking og reynsla af samningagerð og skjalagerð.
- Þekking og reynsla af vinnu á sviði eignarréttar auk samninga- og kröfuréttar er æskileg.
- Sjálfstæð vinnubrögð, frumkvæði, ábyrgð, sveigjanleiki, samskiptalipurð og góð framkoma.
- Góð færni til framsetningar máls í ræðu og riti á íslensku og ensku.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu, stjórnsýslurétti og þinglýsingum er kostur.

Um er að ræða 100% starf og er umsóknarfrestur er til og með **31. janúar nk.**

Nánari upplýsingar veitir Ívar Örn Ívarsson í síma 411 1111 eða í gegnum tölvupóstfangið **ivar.orn.ivarsson@reykjavik.is**

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.
Sótt er um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar **www.reykjavik.is/storf**

Reykjavík

HÖNNUNARSAFN ÍSLANDS
GARÐATORG 1
210 GARÐABÆR

SÉRFRÆÐINGUR SAFNEIGNAR

Hönnunarsafn Íslands auglýsir til umsóknar starf sérfræðings safneignar. Í starfinu felst skráning safngripa, umsjón með safnkosti og varðveislurýmum safnsins ásamt því að miðla á skapandi hátt þessari áhugaverðu hlið safnsins.

Leitað er að lausnamiðuðum og jákvæðum einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á safnastarfi og hönnun.

Helstu viðfangsefni
- Umsjón með safnkosti og varðveislurými safnsins
- Skráning á safnkosti í Sarp skráningarkerfi
- Eftirlit og umsjón með aðstæðum í sýningasölum
- Miðlun safnkosts á samfélagsmiðlum
- Svörun fyrirspurna
- Þátttaka í gerð sýninga
- Önnur verkefni sem safnstjóri felur starfsmanni

Hæfniskröfur
- Óskað er eftir einstaklingi með háskólapróf og reynslu sem tengist starfssviði safnsins
- Reynsla af safnastarfi æskileg
- Reynsla af skráningu í skráningarkerfi æskileg
- Góð almenn tölvufærni og gott vald á upplýsingatækni og miðlun
- Vandvirkni, nákvæmni, sjálfstæði, útsjónarsemi og góð þjónustulund
- Góðir samskipta- og skipulagshæfileikar
- Góð færni í íslensku og ensku
- Hugmyndaauðgi varðandi miðlun safnkosts

Umsóknarfrestur er til og með 29. janúar 2023

Nánari upplýsingar um starfið veitir Sigríður Sigurjónsdóttir forstöðumaður Hönnunarsafns Íslands (sigridurs@honnunarsafn.is) eða í síma 617 15 25.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og hlutaðeigandi stéttarfélags.

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

Umsóknum skal fylgja ítarleg starfsferilskrá, kynningarbréf og upplýsingar um umsagnaraðila. Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um starfið á ráðningarvef Garðabæjar https://starf.gardabaer.is/rcf3/Default.aspx

HONNUNARSAFN.IS



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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF



TORG

BLAÐAMAÐUR

ÚTGÁFUFÉLAGIÐ TORG EHF. ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA BLAÐAMANN Á RITSTJÓRN FRÉTTABLAÐSINS

Starfssvið:

- Almenn fréttaskrif í blað og á vef
- Úttektir og fréttaskýringar
- Viðtöl í blað og á vef

Hæfniskröfur:

- Góð íslenskukunnátta
- Þekking á uppbyggingu íslensks samfélags
- Geta til að vinna undir álagi og standast tímamörk
- Hugmyndaauðgi og útsjónarsemi við öflun áhugaverðs efnis
- Sveigjanleiki
- Umsækjandi þarf að geta gengið vaktir
- Þarf að geta hafið störf hið fyrsta

Umsókn ásamt ferilskrá skal senda á elisabet@torg.is

Umsóknarfrestur er til og með 23. janúar 2023.

FRÉTTABLAÐIÐ MARKAÐURINN HRINGBRAUT FRÉTTABLAÐIÐ.IS DV

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

hagvangur.is

HAGVANGUR

SVIÐSSTJÓRI MANNAUÐS

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður leitar að öflugum og reynslumiklum aðila í starf sviðsstjóra mannauðs. Um er að ræða mjög krefjandi starf sem unnið er í nánu samstarfi við framkvæmdastjóra VIRK sem og aðra stjórnendur. Verkefnin eru afar fjölbreytt og varða m.a. mannauðsþróun starfsfólks og ráðgjafa VIRK sem og þróun gæðakerfis mannauðsmála ásamt því að bera ábyrgð á þjónustuveri VIRK.

Sviðsstjóri mannauðs heyrir beint undir framkvæmdastjóra.

Helstu verkefni

- Þróun og framkvæmd mannauðsmála starfsmanna og ráðgjafa VIRK í samstarfi við stjórnendur innan og utan VIRK
- Að stuðla að góðum starfsanda og velferð starfsmanna í samstarfi við aðra stjórnendur
- Stefnumótun, áætlanagerð og umbótastarf
- Aðstoð og ráðgjöf í mannauðsmálum
- Gerð og viðhald gæðaferla um mannauðsmál
- Yfirumsjón með jafnlaunavottun
- Upplýsingagjöf og skráning
- Umsjón með þjónustuveri VIRK s.s. þróun, umbótastarf og starfsmannamál
- Önnur verkefni sem honum eru falin af framkvæmdastjóra

Menntunar- og hæfnikröfur

- Stjórnunarreynsla
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Leiðtoga- og stjórnunarhæfni
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfinu er kostur
- Framúrskarandi samskiptahæfni, frumkvæði og metnaður
- Þekking á gæðakerfum er kostur
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í ræðu og riti
- Mjög góð tölvukunnátta

Hlutverk VIRK er að efla starfsgetu einstaklinga með heilsubrest sem stefna að aukinni þátttöku á vinnumarkaði.

VIRK hefur í samstarfi við fagaðila, fyrirtæki og stofnanir skilað samfélagslegum ávinningi með aukinni þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði og er leiðandi í rannsóknum og þróun á sviði starfsendurhæfingar. Að VIRK standa öll helstu samtök launamanna og atvinnurekenda á vinnumarkaði.

VIRK er metnaðarfullur vinnustaður þar sem lögð er áhersla á jákvæðan starfsanda og sterka liðsheild. VIRK kappkostar að skapa jákvæða menningu með traustu fagfólki. Gildi VIRK eru fagmennska, virðing og metnaður og er starfsfólk hvatt til að hafa gildin að leiðarljósi í störfum sínum.

Upplýsingar veitir

Geirlaug Jóhannsdóttir
geirlaug@hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 18. janúar 2023.
Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is



Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og einnar blaðsíðu kynningarbréf þar sem á kerfisbundinn hátt er gerð grein fyrir því hvernig viðkomandi uppfyllir hæfnikröfur starfsins.

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2022

bsi ISO 9001 Quality Management Systems CERTIFIED ISO/IEC 27001 Information Security Management CERTIFIED ÍST 85:2012 Equal Wage Management System CERTIFIED

HEILSUEFLANDI vinnustaður 2023

VILTU NJÓTA VEÐURSÆLDAR EINS OG HÚN GERIST BEST!







Á Flúðum eru til úthlutunar eftirfarandi lóðir við Fannborgartanga:

- **4 lóðir fyrir parhús**
- **2 lóðir fyrir 4 íbúða raðhús**
- **2 lóðir fyrir 3 íbúða raðhús**
- **3 lóðir fyrir einbýlihús.**

Úthlutun fer fram á fundi sveitarstjórnar þann 2. febrúar 2023. Umsóknir berist í síðasta lagi 30. janúar. Við úthlutun verður farið eftir reglum Hrunamannahrepps um úthlutun lóða. Vakin er athygli á að lóðirnar verða byggingarhæfar í júní næstkomandi.

Nánari upplýsingar um lóðir, gjöld, skilmála og umsóknareyðublöð er að finna á heimasíðu Hrunamannahrepps, ***www.fludir.is*** og hjá sveitarstjóra í síma ***488-6600*** eða tölvupósti á ***hruni@fludir.is***

Sveitarstjóri

Hrunamannahreppur er þekktur fyrir veðursæld allt árið um kring.

Sólríkir, heitir og notalegir sumardagar eru freistandi en fallegir dagar í froststillu á Flúðum eru einnig heillandi.

Í Hrunamannahreppi eru íbúar um 880.

Á Flúðum býðst íbúum öll nauðsynleg þjónusta. Leik-, grunn- og tónlistarskóli er á staðnum. Einstakur golfvöllur, sundlaug, íþróttahús og góðar gönguleiðir. Hótel, veitingastaðir og verslanir.

Í Hrunamannhreppi blandast sveitin og þéttbýlið með skemmtilegum hætti og þar má upplifa takt bænda-samfélagsins í bland við góða þjónustu þéttbýlisins.

Hrunamannahreppur

RÁÐGJAFI
á sviði starfsendurhæfingar

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður

VIRK Starfsendurhæfingarsjóður leitar að metnaðarfullum einstaklingi í starf ráðgjafa hjá VIRK. Um er að ræða mjög krefjandi og fjölbreytt starf og einstakt tækifæri til þátttöku í þróun og þjónustu á sviði starfsendurhæfingar á vinnumarkaði.

Helstu verkefni

- Ráðgjöf, stuðningur og hvatning við einstaklinga með skerta starfsgetu
- Upplýsingaöflun, skráning og mat samkvæmt gildandi verkferlum
- Umsjón og eftirfylgd með einstaklingsbundnum áætlunum sem gerðar eru í samvinnu við þverfagleg teymi VIRK
- Vinnur í nánu samstarfi við sérfræðinga VIRK, fagaðila í starfsendurhæfingu og vinnustaði
- Samskipti við stéttarfélög og atvinnurekendur

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda, s.s. á sviði félagsráðgjafar, hjúkrunar, iðjuþjálfunar, sálfræði eða sjúkraþjálfunar
- Víðtæk reynsla og þekking á sviði einstaklingsráðgjafar og/eða starfsendurhæfingar
- Framúrskarandi samskiptahæfni, jákvætt viðmót og þjónustulund
- Sveigjanleiki og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Skipulagshæfni og kostnaðarvitund
- Góð þekking á vinnumarkaði
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í ræðu og riti

Hlutverk VIRK er að efla starfsgetu einstaklinga með heilsubrest sem stefna að aukinni þátttöku á vinnumarkaði.

VIRK hefur í samstarfi við fagaðila, fyrirtæki og stofnanir skilað samfélagslegum ávinningi með aukinni þátttöku einstaklinga á vinnumarkaði og er leiðandi í rannsóknum og þróun á sviði starfsendurhæfingar. Að VIRK standa öll helstu samtök launamanna og atvinnurekenda á vinnumarkaði.

VIRK er metnaðarfullur vinnustaður þar sem lögð er áhersla á jákvæðan starfsanda og sterka liðsheild. VIRK kappkostar að skapa jákvæða menningu með traustu fagfólki. Gildi VIRK eru fagmennska, virðing og metnaður og er starfsfólk hvatt til að hafa gildin að leiðarljósi í störfum sínum.

Upplýsingar veitir

Geirlaug Jóhannsdóttir
geirlaug@hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 18. janúar 2023.
Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is

Umsókn þarf að fylgja starfsferilskrá og einnar blaðsíðu kynningarbréf þar sem á kerfisbundinn hátt er gerð grein fyrir því hvernig viðkomandi uppfyllir hæfnikröfur starfsins.

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2022

bsi ISO 9001 Quality Management Systems CERTIFIED · ISO/IEC 27001 Information Security Management CERTIFIED · ÍST 85:2012 Equal Wage Management System CERTIFIED

HEILSUEFLANDI vinnustaður 2023

job
Finnum draumastarfið saman



Erum við að leita **að þér?**

Fasteignaleitin

Ný og öflug fasteignaleit

Finndu réttu eignina fyrir þig á 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

Auglýsing um breytt deiliskipulag í Kópavogi

Hafnarbraut 2-10, Kársnesbraut 108-114 - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 08. mars 2022 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Hafnarbraut 10.
Í breytingunni felst að íbúum fjölgi um 8, verði 48 í stað 40 í sama rými og fyrir er og að bílgeymsla verði stækkuð neðanjarðar og fjöldi bílastæða á lóð verði í samræmi við íbúðarstærðir.
Tillagan er sett fram á uppdráttum í mkv. 1:1000 ásamt greinargerð og skýringarmyndum dags. 9. September 2022, uppfært 13. janúar 2023. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Vesturvör 22-24 (Hafnarbraut 16-18) - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 22. nóvember 2022 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Vesturvör 22-24 (Hafnarbraut 16-18).
Í breytingunni felst að heiti lóðanna verði Hafnarbraut 16 (áður Vesturvör 24) og Hafnarbraut 18 (áður Vesturvör 22) þar sem aðkoma er ráðgerð frá Hafnarbraut. Lóðirnar stækki til norðurs samanlagt um 394,8 m², úr 5.135 m² í 5.529,8 m² og að í stað eins byggingarreits verði tveir stakstæðir byggingarreitir á lóðunum, einn á hvorri lóð. Heildarbyggingarmagn á lóðunum eykst um 4.990 m², úr 8.400 m² í 13.390 m² og íbúðum fjölgar um 32, úr 59 í 91 samtals á báðum lóðunum. Nýtingarhlutfall á lóðunum eykst úr 1.6 í 2.4 ofanjarðar og neðanjarðar á báðum lóðunum. Nýtingarhlutfall á Hafnarbraut 16 verður 2,15 og nýtingarhlutfall á Hafnarbraut 18 verður 2,69.
Bílastæðum fjölgar um 15, úr 81 í 96 samanlagt á báðum lóðunum.
Tillagan er sett fram á uppdráttum í mvk. 1:1000 ásamt skýringarmyndum dags. 7. nóvember 2022, uppfært 9. janúar 2023. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Urðarhvarf 12 - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 13. desember 2022 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. Skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Urðarhvarf 12.
Í breytingunni felst að byggingarreitur hækkar úr 5 hæðum og kjallara í 6 hæðir og kjallara og byggingarreitur bílageymslu breytist og færist til suðurs að lóðarmörkum. Heildarbyggingarmagn eykst úr 3.800 m² í 8.500 m², þar af um 1.500 m² í niðurgrafinni bílageymslu. Gert er ráð fyrir einu bílastæði á hverja 50 m² í atvinnuhúsnæði og einu stæði á hverja 100 m² í geymslum í allt 130 stæði þar af um 50 stæðum í niðurgrafinni bílageymslu. Stærð lóðar Urðarhvarfs 12 er skv. fasteignaskrá 4.664 m². Nýtingarhlutfall er 0,9 og verður 1.83. Áður en aðalteikningar verða lagðar fyrir byggingarfulltrúa til afgreiðslu er gerð krafa um að byggingaráform verði lögð fyrir skipulagsráð til afgreiðslu. Að öðru leyti er vísað í gildandi deiliskipulag sem samþykkt var í bæjarstjórn 25. september 2001 og birt í B-deild Stjórnartíðinda 15. janúar 2001 m.s.br.
Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:2000 dags. 14. október 2022, uppfært 17. nóvember 2022 ásamt skýringarmyndum og greinargerð. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Vatnsendablettur 5 - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 10. janúar 2023 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Vatnsendablett 5.
Í breytingu felst að lóðinni verði skipt í tvær lóðir, Vatnsendablettur 5 og 5A, og að reist verði einnar hæðar einbýlishús á nýrri lóð. Á lóðinni er í dag einnar hæðar einbýlishús og hesthús, núverandi byggingarmagn á lóðinni er 335,7m², lóðarstærð er 15.213 m² og núverandi nýtingarhlutfall á lóðinni er 0,02. Eftir breytingu yrði Vatnsendablettur 5, 13.404 m² að stærð með nýtingarhlutfall 0,03 og Vatnsendablettur 5A yrði 1.809 m² að stærð með nýtingarhlutfall 0,17. Gert er ráð fyrir að hámark byggingarmagns á Vatnsendabletti 5A verði 300 m². Hámarkshæð nýbyggingar yrði 6,5 metrar og byggingarreitur 13x27m. Aðkoma yrði sameiginleg um lóð Vatnsendablletts 5 eftir núverandi heimkeyrslu. Einnig er lagt til að afmörkun lóðar og skipulagssvæðis ásamt legu reið- og göngustíga yrði uppfært í samræmi við gildandi mæliblað og núverandi legu stíga. Að öðru leiti verða skilmálar í gildandi deiliskipulagsáætlun óbreyttir.
Tillagan er sett fram á uppdráttum í mvk. 1:200 og 1:1000 dags. 12. desember 2022, uppfært 11. janúar 2023. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Urðarhvarf 10 - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 10. janúar 2023 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Urðarhvarf 10.
Í breytingunni felst aukning á byggingarmagni á lóð úr 3.800 m² í 5.900 m² þar af um 2.200 m² í kjallara. Nýtingarhlutfall eykst úr 0.65 í 1. Ytri byggingarreitur breytist og færist til vesturs um 3 metra vegna stoðveggjar sem þegar hefur verið byggður á lóðarmörkum Urðarhvarfs 8 og 10. Byggingarreitur kjallara stækkar til suðurs og verður hann að hluta til á tveimur hæðum. Gert verður ráð fyrir 134 stæðum á lóð þar af 34 stæðum í niðurgrafinni bílageymslu. Gert verður ráð fyrir 40 reiðhjólum á lóð og þar af verði helmingur hjóla í lokuðu rými í kjallara eða á lóð. Áður en aðalteikningar verða lagðar fyrir byggingarfulltrúa til afgreiðslu er gerð krafa um að byggingaráform verði lögð fyrir skipulagsráð til afgreiðslu.
Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:2000 dags. 19. desember 2022, uppfært 10. janúar 2023 ásamt skýringarmyndum og greinargerð. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Kríunes - Breytt deiliskipulag.
Bæjarstjórn Kópavogs samþykkti þann 10. janúar 2023 að auglýsa í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Kríunes.
Í breytingunni felst að gert er ráð fyrir nýrri viðbyggingu hótelsins á neðri hæð hússins á suðurhluta lóðar. Að auki er gert ráð fyrir breytingum á innra fyrirkomulagi hússins með því að breyta hluta núverandi húsnæðis hótelsins í íbúðarhúsnæði. Heildarfjöldi hótelherbergja og íbúða er óbreyttur. Hæð byggingarreits breytist ekki. Við breytinguna eykst fermetrafjöldi á lóð úr 2.875 m² í 3.370 m². Nýtingarhlutfall eftir breytingu verður um 0.22.
Tillagan er sett fram á uppdráttum í mkv. 1:500 og 1:1000 dags. 19. desember 2022, uppfært 12. janúar 2023 ásamt skýringarmyndum og greinargerð. Nánar um tillöguna er vísað til kynningargagna.

Ofangreindar tillögur eru aðgengileg á vef Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is og í þjónustuveri bæjarins að Digranesvegi 1. Ef óskað er eftir nánari upplýsingum um tillögurnar er hægt að senda fyrirspurn á starfsfólk skipulagsdeildar á netfangið skipulag@kopavogur.is.
Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. Athugasemdir og ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulagsdeildar, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en ***kl. 16:00 fimmtudaginn 2. mars 2023.***

Skipulagsfulltrúinn í Kópavogi.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Jöfnunarstyrkur til náms

Umsóknarfrestur á vorönn 2023 er til 15. febrúar nk.

MENNTASJÓÐUR NÁMSMANNA

Nemendur á framhaldsskólastigi sem ekki njóta lána hjá Menntasjóði námsmanna geta sótt um styrk til jöfnunar á námskostnaði. Styrkurinn ræðst af búsetu og er fyrir þá sem að stunda nám fjarri heimili sínu.

- **Dvalarstyrkur (fyrir þá sem að dvelja fjarri lögheimili og fjölskyldu sinni vegna náms).**
- **Aksturstyrkur (fyrir þá sem sækja nám frá lögheimili fjölskyldu fjarri skóla).**

Nemendur geta sótt um jöfnunarstyrkinn með rafrænum skilríkjum á Mitt Lán sem aðgengilegt er í gegnum heimasíðu okkar www.menntasjodur.is eða island.is.

Nemendur og aðstandendur þeirra eru hvattir til að kynna sér reglur um styrkinn á vef Menntasjóðs námsmanna (www.menntasjodur. is).

Menntasjóður námsmanna
Námsstyrkjanefnd

FSRE
AÐSTAÐA Í ALLRA ÞÁGU

MARKAÐSKÖNNUN

HÚSNÆÐI FYRIR HJÚKRUNARÞJÓNUSTU ALDRAÐRA – LEIGUHÚSNÆÐI
230126 Framkvæmdasýslan – Ríkiseignir (FSRE) f.h. ríkissjóðs óskar eftir tilboðum um húsnæði fyrir 60 – 120 rýma sólarhrings hjúkrunarþjónustu fyrir aldraða.

Áformað er að taka á leigu um **4 til 8 þúsund fermetra húsnæðis** sem getur verið tilbúið til notkunar innan 6-12 mánaða frá undirritun leigusamnings. Æskilegt er að húsnæðið fáist afhent ekki síðar en fyrir árslok 2023 eða eins fljótt og auðið er.

Gert er ráð fyrir að leigutími verði allt að **20 ár** auk mögulegrar framlengingar til 10 ára.

Gerð er krafa um staðsetningu á höfuðborgarsvæðinu, í nálægð við stofnbrautir, almenningssamgöngur og aðra þjónustustarfsemi.

Gott aðgengi skal vera fyrir hreyfihamlaða, hjólandi og gangandi og hæfilegan fjölda bílastæða, miðað við staðsetningu, fyrir aðstandendur og starfsfólk.

Frekari upplýsingar um kröfur til húsnæðisins verða aðgengilegar á www.utbodsvefur.is mánudaginn, **16. janúar 2023.**

Fyrirspurnir varðandi verkefnið **Húsnæði fyrir hjúkrunarþjónustu aldraðra** skulu sendar á netfangið leiguhusnaedi@fsre.is.

Fyrirspurnarfrestur rennur út **19. janúar 2023** en svarfrestur er til og með **23. janúar 2023.**

Leigutilboð skal senda á leiguhusnaedi@fsre.is, eigi síðar en **kl. 13:00 fimmtudaginn 26. janúar 2023.**

Merkja skal tilboðin; nr. **230126 – Húsnæði fyrir hjúkrunarþjónustu aldraða - Leiguhúsnæði.**

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



BÚUM VEL

SÉRHÆFÐ LÖGFRÆÐIÞJÓNUSTA MEÐ ÁHERSLU Á 60+

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

BÚUM VEL veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.

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





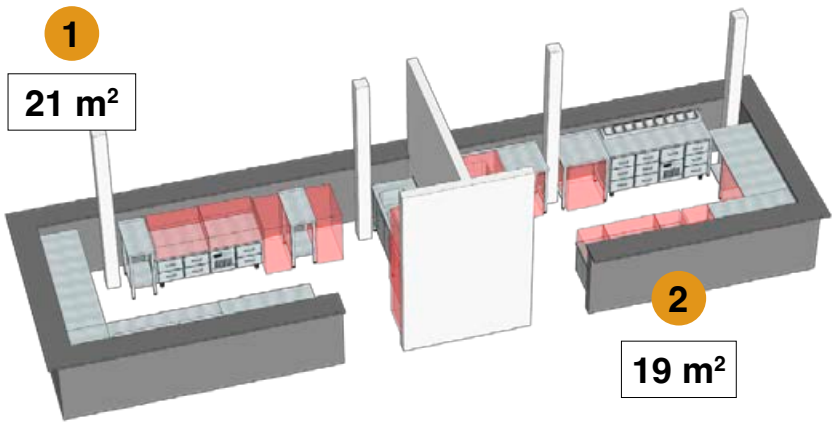
BOOTHS FOR RENT

One of Iceland's most prestigious food halls opens soon in the center of Reykjavík. Mathöll Reykjavík is a completely renovated building on Vesturgata 2. Mathöll Reykjavík will house 14 restaurants on two floors in this amazing building situated in the heart of the city. The complete building which is approximately 1800m² has been revamped to a high standard. It has plenty of charm and the guest facilities are bright and beautiful. Spectacular balconies on the top floor and an outdoor area gives access to breathtaking southerly views of Iceland which can only add to the atmosphere and guest experience. We are looking for interested parties who would like to join us in our venture to bring together a fun fresh food experience in the center of good old Reykjavík. We offer great terms and investment opportunities for those who are interested. This is a fantastic opportunity for those who have dreamt of opening a restaurant because this is an all-inclusive package. This is something that definitely deserves to be considered.



RÝMI TIL LEIGU

Ein glæsilegasta mathöll landsins opnar á næstunni í miðbæ Reykjavíkur. Mathöll Reykjavík er í algjörlega endurnýjuðu húsnæði að Vesturgötu 2. Mathöll Reykjavík mun hýsa 14 staði á tveimur hæðum á þessum frábæra stað í hjarta borgarinnar. Húsið hefur allt verið tekið í gegn og er um 1800 fermetrar og aðstaðan fyrsta flokks. Mikill sjarmi er yfir öllum rýmum og aðstaða gesta björt og falleg. Glæsilegar svalir á efri hæð, ásamt útisvæði til suðurs munu skapa fallega stemningu - ekki síst yfir sumartímann. Við leitum að áhugasömum aðilum sem hafa áhuga á taka þátt í að skapa skemmtilega og góða matarupplifun í hjarta gömlu og góðu Reykjavíkur. Við bjóðum góð kjör og fjármögnun fyrir þá sem vilja. Hér er mjög gott tækifæri fyrir þá sem hafa dreymt um að opna veitingaresktur því hér er ALLT INNIFALIÐ sem þarf til veitingareksturs. Þetta er eitthvað sem vert er að skoða!



BORGIR
FASTEIGNASALA ▪ SÍMI 588 2030

UPPLYSINGAR / INFO

Ægir Breiðfjörð - aegir@borgir.is - sími: 896-8030

Victor Levi - sími: 868-2222

Móeiður Svala Magnúsdóttir - sími: 899-8278

mathollreykjavik.is



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

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

HH RÁÐGJÖF

LEITAR ÞÚ AÐ STARFSMANNI?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og að rétti einstaklingurinn finnist fyrir þá aðila sem nýta sér þjónustu okkar vegna ráðninga starfsfólks í allar tegundir starfa.

ATVINNUAUGLÝSING HJÁ HH RÁÐGJÖF KOSTAR AÐEINS *24.500 kr.**

Á Atvinnuvefnum geta fyrirtæki sett sjálf inn atvinnuauglýsingar og nýtt ráðningarkerfið okkar til að vinna úr umsóknum eða beint umsóknum á eigin síðu.

» Ódýrt

- Sanngjarnt lágt verð
- Einföld verðskrá

» Skilvirkt

- Flokkunarkerfi
- Aðstoð við textagerð
- Svarpóstar
- Viðbótarþjónustur
- Fjöldi umsækjenda á skrá

» Auðvelt í notkun

- Þú setur inn atvinnuauglýsingu í ráðningarkerfi
- Móttekur umsóknir í ráðningarkerfi
- Flokkar og vinnur úr umsóknum í ráðningarkerfi
- Svarar umsækjendum í ráðningarkerfi
- Ráðgjafar HH Ráðgjafar alltaf tiltaks ef á þarf að halda

Atvinnuauglýsingin þín birtist í Atvinnuappinu og á Atvinnuvef HH Ráðgjafar og dv.is

*Verð er án vsk.

HH RÁÐGJÖF www.hhr.is - sími: 561 5900 - hhr@hhr.is

SÚKKULAÐI HNETUR KARAMELLA NÚGGAT

SNICKERS®



Næringarríkt vetrarsalat með kínóa

Sigrún Þorsteinsdóttir er með óbilandi áhuga á mat og heilsu. Hún hefur rekið vefinn CafeSigrun frá árinu 2003. Vefurinn fagnar því 20 ára afmæli en þar er að finna fullt af girnilegum uppskriftum að hollum og næringarríkum réttum sem gleðja matarhjartað.

sjofn@frettabladid.is



Sigrún Þorsteinsdóttir barnasálfræðingur hefur óbilandi áhuga á mat og heilsu og er að eigin sögn salatfíkill. Hún nýtur sín í starfi og hefur náð að samtvinna brennandi áhuga sinn á mat og heilsu í leik og starfi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Sigrún segist vera salatfíkill og veit fátt betra en að fá matarmikið og gott salat í matinn, hvort sem það er í hádegismat eða kvöldverð. Sigrún starfar sem barnasálfræðingur og er með meistaragráðu í heilsusálfræði. Gaman er að geta þess að Sigrún gaf út metsöluuppskriftabók árið 2015 og kláraði doktorsgráðu í heilsueflingu í fyrra. „Ég vinn í rannsóknum með Önnu Sigríði Ólafsdóttur, prófessor í næringarfræði, sem jafnframt var leiðbeinandi minn í náminu og er höfundur Bragðlaukaþjálfunar, rannsóknar á börnum með matvendni sem var grunnurinn að doktorsverkefninu mínu," segir Sigrún sem nýtur sín í starfi sínu þar sem hún hefur samtvinnað áhuga á mat og heilsu.

Litlar máltíðir yfir daginn

Við fengum Sigrúnu til að segja okkur hvernig hefðbundinn dagur væri hjá henni þegar kemur að því að fá sér morgunmat, hádegismat eða kvöldverð. Einnig fengum við hana til að deila með lesendum einni uppáhaldsuppskrift sinni.

„Ég var pottþétt sléttudýr í fyrra lífi því ég borða litlar máltíðir sem eru dreifðar yfir daginn og það hentar mér afar illa að borða stórar eða þungar máltíðir. Í morgunmat fæ ég mér til dæmis hafragraut með fræjum og ávöxtum, eða heimatilbúið súrdeigsbrauð og í millibita ávöxt eða heimatilbúna orkukúlu.

Í hádeginu borða ég gjarnan matarmikið salat eða gróft súrdeigsbrauð eða afgang af kvöldmatnum. Í kaffitímanum fæ ég mér til dæmis ávöxt eða þeyting og borða svo staðgóða kvöldmáltíð.

Í gegnum rannsókn okkar í Bragðlaukaþjálfun sem var á börnum með matvendni, sáum við vel hversu miklu máli skiptir að upplifa ánægju í kringum máltíðir og þær eru alveg heilagar á mínu heimili. Við fjölskyldan borðum saman að minnsta kosti morgunmat og kvöldmat flesta daga og förum yfir daginn og veginn í rólegheitum.

Allir skjáir eru bannaðir við borðið og börnin eiga 100% athygli okkar.

Ég hef mikla trú á því að næringarríkur matur sé grunnur að góðri heilsu og er sjálf eins og rafmagnslaus bíll á morgnana, kemst ekki langt nema að vera búin að borða góðan morgunmat."

Breytir þú mataræðinu í upphafi árs?

„Nei, í raun ekki. Mataræðið er ósköp svipað – alltaf grænt og gróft. Við eldum ekki kjöt á heimilinu svo við erum nokkuð græn í mataræðinu almennt."

Er mataræði þitt breytilegt eftir árstíðum?

„Það eina sem virkilega breytist er að við hjónin verðum vandræðalega mikið sólgin í síld yfir vetrarmánuðina en getum alls ekki borðað hana þegar fer að hlýna. Grjónagrautur og súpur koma líka sterk inn á köldum vetrardögum en síður á sumrin."



Vetrarsalatið hennar Sigrúnar er hið girnilegasta og gleður bæði auga og munn. Á einstaklega vel við á þessum árstíma. MYND/SIGRÚN

Matseðill vor- og haustönn

Hvernig lítur hefðbundinn dagur út hjá þér?

„Ég legg drög að matseðli fyrir misserið, vorönn eða haustönn, prenta upp og hengi á ísskápinn. Hann er ekki alheilagur en miðar að því að vera hentugur fyrir kvöldmat og líka nestisboxið því ég geri hádegismat fyrir börnin.

Hádegisnestið þarf að vera lystugt, eitthvað sem öll fjölskyldan borðar, en líka hollt og næringarríkt. Það er meira en að segja það því þótt börnin séu alls ekki matvönd borðar stelpan til dæmis ekki hvítan fisk en elskar grænmetislasanja á meðan strákurinn vill helst skötusel en borðar ekki lasanja.

Lausnin er því að kaupa alltaf tvenns konar fisk (tekur sama tíma í undirbúningi) og á meðan stelpan fær lasanja, fær strákurinn sömu hráefnin nema bara sojahakk í pastasósu, hrátt grænmeti með og soðið heilhveitipasta. Allir glaðir og allir saddir. Þetta er einmitt eitt af því sem við kenndum í Bragðlaukaþjálfun, að pressa ekki á börnin að borða eitthvað sem þeim þykir ekki gott, en finna í staðinn málamiðlanir. Líkt og aðra foreldra vantar mig alltaf nokkra aukaklukkutíma í sólarhringinn og því er gráupplagt að skipuleggja máltíðir með góðum fyrirvara því þannig verða innkaupin hagkvæmari og eldamennskan léttari."

Aðspurð segir Sigrún að hennar uppáhaldshádegismatur sé salat og gefur hún lesendum Fréttablaðsins uppskrift að einu af sínum eftirlætissalötum sem steinliggur á þessum árstíma.

„Minn besti hádegismatur er nánast allt sem heitir salat.

Ég er salatfíkill og því matarmeira, því betra. Salat gert að kvöldi er frábært í hádegismat daginn eftir svo það sparast bæði undirbúningur og hráefni þegar maður gerir tvær máltíðir í einu. Minni matarsóun og meiri hagkvæmni."

Matarmikið vetrarsalat með kínóakorni

400 g kínóakorn
½ grænmetisteningur
450 g rauðrófur, 3 litlar
1 granatepli
60 g pistasíuhnetur, skurnlausar
1 stk. mangó
100 g spínat eða spínatkál, takið stilkana af
100 g fetaostur í saltvatni

Byrjið á því að skola kínóakornið í fíngata sigti. Látið vatnið því næst renna af og setjið svo kornið í pott. Síðan er vatninu hellt út á þannig að fljóti vel yfir og sjóðið ásamt grænmetisteningnum í um 15 mínútur.

Leyfið pottinum að standa á hellunni eftir að slökkt hefur verið á henni á meðan þið útbúið annað hráefni.

Afhýðið rauðrófurnar, skerið í meðalstóra bita. Setjið í djúpa pönnu ásamt botnfylli af vatni og sjóðið með lokinu á í 30 mínútur.

Hellið vatninu frá og setjið rauðrófurnar til hliðar. Losið fræin úr granateplinu (best að skera grunnt í hýðið og losa fræin ofan í vatnsbaði).

Saxið pistasíuhneturnar gróft. Skerið mangóið í bita. Skolið spínatið. Þerrið spínatið og dreifið á stóran, grunnan disk. Setjið kínóakornið ofan á. Raðið rauðrófum, granateplafræjum, pistasíuhnetum og mangóbitum ofan á og blandið mjög varlega svo að rauðrófurnar liti ekki allt annað.

Dreifið fetaostinum yfir. Berið fallega fram og njótið þess að borða hollt og gott salat. ■





Helgi Már Þórðarson, íþróttafræðingur og einkaþjálfari, varð hissa þegar hann fann hversu hratt OsteoStrong breytti líðan hans til betri vegar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fann hratt mikinn mun með OsteoStrong

OsteoStrong fagnar fjögurra ára starfsafmæli sínu um þessar mundir. Um 1.000 manns stunda æfingar vikulega í Hátúni og Ögurhvarfi. Heimsóknin tekur aðeins 20 mínútur, einu sinni í viku og þannig bæta meðlimir sig í styrk vöðva, jafnvægi, þéttleika beina og minnka verki í liðum og baki.

Helgi Már Þórðarson, íþróttafræðingur og einkaþjálfari, fór að stunda OsteoStong eftir að hann fór að finna fyrir verkjum í líkamanum. „Mér finnst óeðlilegt að vera með verki. Mér finnst eðlilegt að vera verkjalaus og mér finnst að allir ættu að stefna að því. Ég spilaði fótbolta í Bandaríkjunum og lærði íþróttafræði í Saint Augustin í Flórída fyrir hartnær 30 árum. Ég var líka á íþróttabraut í menntaskóla og ætlaði alltaf að verða íþróttakennari, sem ég svo gerði. Ég var þjálfari barna og unglinga, síðar einkaþjálfari og hafði alla mína ævi þjálfað fólk í íþróttum. Það er þess vegna mjög

> **Það er svo gott að byrja hjá OsteoStrong. Maður finnur svo hratt fyrir breytingum og byrjar smám saman að skoða í kringum sig eftir fleiri leiðum til að bæta heilsuna og gleðina.**

auðvelt að tala við mig um heilsu, andlega heilsu og heilbrigt líferni. Þegar OsteoStrong var opnað þá var ég eins og margir: „Nei, það getur ekki verið, fjögur tæki, einu sinni í viku?“ Mér fannst þetta náttúrulega mjög skrítið.

Tilbúinn að breyta til

En ég var á þeim stað að mig langaði að breyta til. Ég var búinn að telja mánuðina og dagana þar til ég yrði fimmtugur og vildi fara ferskur inn í nýjan áratug. Ég var eins og margir, hafði aðeins fækkað ferðum í ræktina á meðan ég var með lítil börn og var að stofna fyrirtæki. Það koma alltaf smá svona tímabil þar sem maður dettur út í smá tíma.

Fljótlega verkjalaus í baki

Þegar ég byrjaði í ástundun hjá OsteoStrong var ég slæmur í baki, öxl og hálsi. Ég var rosalega duglegur í OsteoStrong í hálft ár. Lagði mig fram um að missa aldrei úr tíma af því að ég fann mun á mér eftir bara nokkrar vikur. Verkirnir hurfu alveg. Bara OsteoStrong einu sinni í viku, ekki neitt annað með.

Aukin löngun í hreyfingu

Svo smám saman gerðist svo margt ánægjulegt. Með auknum styrk, minni verkjum og aukinni orku þá fór ég að leita í fleiri leiðir til þess að bæta heilsuna, fann löngun til að mæta í ræktina og mætti þar þrisvar sinnum í viku ásamt því að stunda OsteoStrong einu sinni í viku. Það er svo skemmtilegt að hreyfa sig þegar manni líður vel. Pabbi minn er 73 ára. Hann hefur sömu sögu að segja en hann fann reyndar mun á sér strax eftir fyrsta tíma. Ég held að það sé eðlilegt að það taki mann aðeins lengri tíma að finna fyrir breytingum þegar maður er yngri og í betra formi.



Helgi segir að eftir æfingarnar hjá OsteoStrong finni hann fyrir miklum liðleika og orkan hefur aukist.



Örn og Svana eru eigendur OsteoStrong og eru sífellt að leita leiða til þess að færa OsteoStrong út á landsbyggðina.

Gleðin í skammdeginu

Hreyfing er svo verðmæt fyrir andann og það skiptir svo miklu máli að vera ekki verkjaður. Það er grunnatriði. Til þess að lyfta andanum tók ég upp á því í jólafríinu að fara í tvo stutta göngutúra á dag í náttúrunni og mér finnst það mjög verðmætt. Í nokkur ár hef ég vandað mig við að dvelja í þakklæti. Ég keypti mér 5-mínútna-þakklætis-bækur um árið og núna er það orðið sjálfkrafa hjá mér að finna fyrir þakklæti óháð aðstæðum hverju sinni. Ég las líka „Af hverju sofum við“ og hætti að mæta í sund á morgnana eins og ég hafði gert í 15 ár. Nú sef ég bara þessa tvo auka klukkutíma og ég greinilega þurfti á því að halda því að ég er allur miklu kátari.

Tími fyrir heilsu

Það er svo gott að byrja hjá OsteoStrong. Maður finnur svo hratt fyrir breytingum og byrjar þá smám saman að skoða í kringum sig eftir fleiri leiðum til að bæta heilsuna og gleðina. Þegar ég lít núna tvö ár aftur í tímann þá má segja að OsteoStrong hafi ýtt við mér að ná markmiði mínu sem er að vera í toppformi þegar ég verð fimmtugur. Borða betur, sofa betur, æfa betur,“ segir Helgi sem er annar eigandi Aha.is.

Tvær stöðvar á höfuðborgarsvæðinu

OsteoStrong á Íslandi á fjögurra ára starfsafmæli nú í janúar. Vikulega mæta um 1.000 meðlimir til þess að styrkja sig og auka orku. „Við erum í Hátúni 12 og opnuðum nýja stöð í Ögurhvarfi 2 á síðasta ári. Þannig geta enn fleiri nýtt sér þjónustu OsteoStrong og leiðin er styttri fyrir þá sem koma til dæmis frá Selfossi og Borgarnesi. Við erum mjög spennt yfir möguleikanum á því að fá að þjóna fleiri svæðum á Íslandi og erum alltaf spennt fyrir að tala við mögulega samstarfsaðila,“ segir Svanlaug Jóhannsdóttir, annar eigenda OsteoStrong.

Meðlimir geta átt von á að:

- Auka styrk
- Minnka verki í baki og liðamótum
- Lækka langtíma blóðsykur
- Auka beinþéttni
- Bæta líkamsstöðu
- Auka jafnvægi
- Minnka líkur á álagsmeiðslum

Tíminn er núna

OsteoStrong hentar næstum öllum sem geta staðið upp. „Hjá okkur eru til dæmis einstaklingar sem eru farnir að þurfa að styðjast við göngugrind og allt þar á milli. Það er svo auðvelt að detta úr rútínu með sína hreyfingu. Margir þrá að komast aftur af stað. Það er góð hugmynd að prófa OsteoStrong núna í skammdeginu og byrja strax að safna styrk fyrir vorið og útiveruna,“ segir Örn Helgason, hinn eigandi OsteoStrong.“

73% styrking á ári

„Notendur gera æfingar undir handleiðslu þjálfara í fjórum tækjum sem reyna á allan líkamann,“ segir Svanlaug. „Hreyfingin er lítil en átakið er hins vegar meira en fólk er vant án þess að verða manni nokkurn tíma ofviða.
Með nýju áreiti fær líkaminn skýr skilaboð um að byggja sig upp og hefst handa við að þétta bein og styrkja vöðva, liðbönd og sinar.
Á einu ári er fólk að meðaltali að styrkja sig um 73%.“

Frír prufutími

„Við bjóðum enn upp á fría prufutíma. Það er gaman að fá tækifæri til að sýna fólki hvað við gerum. Flestir koma til okkar með margar spurningar en fara frá okkur spenntir, glaðir og með skýra sýn á það hvernig OsteoStrong getur stutt þá til vaxtar,“ segir Örn. ■

OsteoStrong býður upp á prufutíma í Hátúni 12 á fimmtudögum og Ögurhvarfi 2 á föstudögum. Prufutíma má bóka í síma 419 9200 og á osteostrong.is

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Þjónusta

Málarar

MÁLARAR
Tökum að okkur alla almenna málningavinnu, við erum faglærðir með mikla reynslu og sanngjarnir í verðum.
s. 782 4540 loggildurmalari@gmail.com

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

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

Keypt & Selt

Til sölu

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

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði
Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

GLUGGA GERÐIN
Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is



Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

LOK Á HEITA POTTA



Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is
Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



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

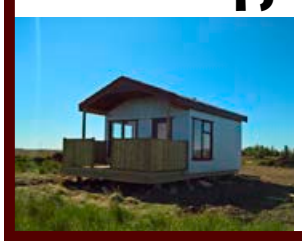
Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?



Bílsætaviðgerðir-, mótorhjóla og snjósleðasæti. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is
Formbólstrun
Hamraborg 5 Kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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



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

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**





Finnur þú PLAY á flugi í Fréttablaðinu?

Fréttablaðið og PLAY ætla að bjóða heppnum lesanda Fréttablaðsins 100.000 kr gjafabréf frá PLAY í hverri viku fram að 11. febrúar næstkomandi.

Skannaðu mig

Til að taka þátt í leiknum þarft þú að

1) Finna PLAY flugvélina á flugi í Fréttablaðinu.

2) Segja okkur á hvaða blaðsíðu þú fannst PLAY flugvélina og skrá það inn á **www.frettabladid.is/lifid/playleikur**



PLAY

FRÉTTABLAÐIÐ

*Því oftar sem þú skráir þig, því líklegra er að þú vinnir.
Fréttablaðið kemur út 5 daga vikunnar. Frá þriðjudegi til laugardags.

Ekki auðveld vinna og ekki fyrir hvern sem er

Renata Sara Arnórsdóttir framleiðir efni á Onlyfans og starfar fyrir réttindasamtökin Rauðu regnhlífina sem aðstoðuðu við gerð og styðja frumvarp Pírata sem kveður á um að afnema bann við klámi. Hún segir það mikilvægt að frumvarpið verði samþykkt, að starfsgreinin sé lögleg og að öryggi fólks sé tryggt.



Renata Sara starfar fyrir Rauðu regnhlífina, hagsmunasamtök sem berjast fyrir réttindum kynlífsverkafólks.
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Lovísa Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Það skiptir sérstaklega máli fyrir okkur að geta fengið leið til þess að „legitimæsa“ okkar vinnu. Af því að við erum nú þegar að sinna þessari vinnu og viljum ekki eiga það á hættu að tekjurnar séu teknar af okkur eða að við séum sektuð, eða jafnvel sæta refsingum fyrir að bara vinna. Fyrir að sjá fyrir okkur með þeim sem hætti sem við viljum. Það skiptir svo miklu máli að við ráðum hvað við gerum við okkar líkama. Það er starfsfrelsi og ríkið á ekki að geta hamlað þér að sinna því starfi sem þú vilt sinna, og þetta fellur undir það,“ segir Renata Sara Arnórsdóttir en hún berst fyrir því sem kynlífsverkakona og meðlimur samtakanna Rauðu regnhlífarinnar að frumvarp Pírata um að afnema bann við klámi verði samþykkt.

> **Með því að gera þetta ólöglegt er bara verið að setja okkur í hættu.**

Rauða regnhlífin er regnhlífarsamtök fyrir alla sem eru í kynlífsvinnu. Það getur verið fólk á Onlyfans eða í vændi. „Það er allur skalinn en inni í þessu eru líka strippparar og þau sem framleiða klámfengið efni á Onlyfans,“ segir Renata.

Spurð hvort hún finni fyrir fordómum í samfélaginu segir Renata að hún finni það til dæmis þegar hún sækir um vinnu. „Ég fæ aldrei svar við umsóknum mínum og ég er eiginlega búin að gefast upp á því að finna mér venjulega vinnu á Íslandi. Það er sniðugt fyrir kynlífsverkafólk að vera í venjulegri vinnu samhliða. Það geta verið misjafnlega miklar tekjur eftir mánuðum,“ segir Renata og að með því væri fólk með einhverja grunntryggingu fyrir framfærslu.

Sumir segja að þetta sé ekki endilega starf. Fólk sæki aðeins í þetta í neyð. Hvernig svarar þú svona gagnrýni?

„Ég held að öll störf séu eitthvað sem fólk sinnir í neyð. Við erum öll í þeirri neyð að þurfa að borga leigu eða að eiga fyrir mat eða bílnum eða hverju sem við þurfum að borga fyrir. Þetta er ekki auðveld vinna og þetta er ekki fyrir hvern sem er og við myndum heldur aldrei halda því fram,“ segir hún ákveðin.

Ekki vinna fyrir alla

Hún segir marga forvitna um þessa vinnu og að reglulega leiti fólk til hennar en að oftast mæli hún gegn því við fólk að vinna við framleiðslu á klámfengnu efni og þá sérstaklega ef það er í annarri vinnu.

„Ef ég sé að þau vilja eiga framtíð í öðrum geira þá mæli ég gegn þessu. Nema fólk sé tilbúið að takast á við það að fá ekki vinnu í ákveðnum geirum, því einhvern tímann varstu að vinna á Onlyfans.“

Hún segir lögregluna ekki hafa sérstaklega sótt mál gegn þeim en að það komi reglulega upp í fréttum að lögreglan ætli sér að rannsaka framleiðslu klámfengins efnis og að vegna þess sé ávallt hangandi yfir þeim ákveðin ógn. Hún segir erfitt fyrir lögreglu að rannsaka sérstaklega kaupendur því fólk geti verið skráð á Onlyfans sem kaupendur bara til að kaupa sér aðgang að listamanni sem er að gera „behind the scenes“ eða einhverjum sem er að framleiða klám.

„Það væri erfitt fyrir lögreglu að gera greinarmun á þeim og hvort eð er þá hefur fólk alltaf aðgengi að fríu klámi þannig að það væri ómögulegt að ætla að fara á eftir þeim sem horfa á klám. Það er of algengt.“

Ekkert breyst frá 1940

Í greinargerð með frumvarpi kemur fram að grein hegningarlaganna, sem um ræðir, hafi í raun verið eins frá setningu laganna árið 1940 en að á sama tíma hafi viðhorf, umræða og kynhegðun gjörbreyst.

„Við erum ekki að veita neinum vernd. Við höfum aldrei haft nein úrræði fyrir kynlífsverkafólk neins staðar og fyrir okkur eru engar lausnir. Ef eitthvað er hafa lögin bara gert vinnuna hættulegri,“ segir hún.

Hún segir kynlífsverkafólk sem dæmi ekki geta gengið í stéttarfélag og barist þannig fyrir bættum hag.

„Því lögin segja að við eigum ekki að vera að gera þetta. Svo er annað og það er greiðsla skatta. Hvernig eigum við að útskýra þessar tekjur ef vinnan er ólögleg?“ segir Renata og að í Svíþjóð greiði sem dæmi kynlífsverkafólk, sem selur vændi, skatt af því til ríkisins.

Vill borga skatta

Hún segir svo margt við lögin virka hvert gegn öðru, sérstaklega hér heima, og það sé ein helsta ástæðan fyrir því að hún og þau sem starfi í þessu vilji að lögin séu skoðuð. Sem dæmi er samkvæmt lögum ólöglegt að þriðji aðili hagnist á kynlífsvinnu.

> **Ég held að öll störf séu eitthvað sem fólk sinnir í neyð.**

> **Ef ég sé að þau vilja eiga framtíð í öðrum geira þá mæli ég gegn þessu.**

„Er þá ekki ólöglegt fyrir ríkið að hagnast á þessu með skattpeningum? Ég veit ekki hvort ríkið vilji fá skattpeninga kynlífsverkafólks. Þau hafa ekki talað við okkur eða reynt að vinna með okkur á neinn hátt. Ég væri til í að sjá einhvers konar námskeið fyrir fólk í þessari vinnu um það hvernig það á að fylla út skattaskýrsluna, svo það sé allt rétt,“ segir Renata sem hefur greitt sinn skatt en þurfti til þess að láta það ganga upp að ráða bókara.

„Ég væri svo til í að upplýsingarnar væru aðgengilegar og að þetta væri einfaldara. Það væri svo næs að geta bara fyllt inn eins og hver annar verktaki og að atvinnugreinin væri skráð,“ segir hún.

Rauða regnhlífin aðstoðaði Arndísi Önnu Kristínardóttur Gunnarsdóttur og Björn Leví Gunnarsson, þingmenn Pírata, við gerð frumvarpsins. Ein umræða hefur farið fram nú þegar á þingi og er málið nú hjá allsherjar- og menntamálanefnd sem skilar um það umsögn áður en það fer í aðra umræðu. Umsagnir um frumvarpið eru níu og eru frá fjölbreyttum aðilum eins og BDSM á Íslandi, Jafnréttisskóla Reykjavíkur, Mannréttindafélagi Íslands, Stígamótum og svo nokkrum einstaklingum, eins og Helga Gunnlaugssyni afbrotafræðingi og Elísabetu Ólafsdóttur.

Vonast eftir breytingum

Renata segir að hún vonist til þess að málið fái jákvæð viðbrögð á þingi og frá öðrum flokkum, og almenningi.

„Það halda margir að þetta skipti ekki máli því þetta er lítill hópur. Eflaust finnst mörgum þetta óþarft. En þetta er það ekki. Ef þér er annt um mannréttindi. En ég veit að það eru skiptar skoðanir á þessu og maður sá það þegar umræðan hófst fyrst,“ segir Renata og nefnir sérstaklega grein Sólveigar Önnu Jónsdóttur, formanns Eflingar, þar sem hún talaði um að Onlyfans ætti að vera ólöglegt og er þar líklega að vísa til greinar sem Sólveig Anna skrifaði með Margréti Pétursdóttur 2021 um klámiðnaðinn þegar Helgi Hrafn Gunnarsson þáverandi þingmaður Pírata hvatti til þess að ákvæði um bann við klámi yrði afnumið.

„Með því að gera þetta ólöglegt er bara verið að setja okkur í hættu og það eykur fordóma því þá erum við strax orðin glæpamenn. Það er alltaf verið að tala um að glæpavæða þennan iðnað til að bjarga okkur,“ segir Renata harðákveðin í því að aðstoðin sem hún þurfi sé ekki með þessum hætti.

„Eitt af slagorðum okkar barátttu er „Réttindi en ekki björgun“ og það á vel við hér,“ segir Renata og segir þau miklu frekar vilja að réttindi þeirra til starfsfrelsis og almennra mannréttinda séu tryggð. ■

Allt fyrir helgina!

Tilboð gilda 14.–15. janúar

Heill kjúklingur

860 kr/kg

~~1.229 kr/kg~~





Ferskt grísahakk

998 kr/kg

~~1.349 kr/kg~~



Heilt lambalæri

1.770 kr/kg

~~2.529 kr/kg~~



Pink Lady-epli
4 stk.

433 kr/pk

~~619 kr/pk~~



Mexíkó kjúklingaleggir

1.295 kr/kg

~~1.619 kr/kg~~



Grísakótilettur,
fulleldaðar

1.945 kr/kg

~~2.779 kr/kg~~



Hamborgarar
4x60 g

495 kr/pk

~~619 kr/pk~~



Stór þorrabakki

3.899 kr/pk



Lambasvið

499 kr/kg

~~749 kr/kg~~



Safnaðu inneign 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.



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jóhannes Arnberg Sigurðsson

Þjóðbraut 1, Akranesi,

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, fimmtudaginn 5. janúar. Útför hans fer fram frá Akraneskirkju þriðjudaginn 24. janúar kl. 13.

Þorbjörg Berg
Lovísa Kristín Jóhannesdóttir **Sverrir Hermannsson**
Hafrún Jóhannesdóttir **Steinar Dagur Adolfsson**
Birgir Jóhannesson
afabörnin og langafabörnin



Elskulegur faðir, sonur, fósturson, bróðir og uppeldisbróðir,

Tryggvi Logi Jóhannsson

Álftamýri 32, Reykjavík,

lést á heimili sínu sunnudaginn 8. janúar. Útförin fer fram frá Laugarneskirkju mánudaginn 16. janúar kl. 13.00.

Embla Líf Tryggvadóttir
Björk Högnadóttir **Jón Richard Sigmundsson**
Jóhann K. Guðnason
Bjarni Jóhannsson **Linda Björk Ólafsdóttir**
Helga Diljá Jóhannsdóttir
Brandur Máni Jónsson
Gunnlaugur Jónsson **Elín Ragnarsdóttir**
Sigmundur Jónsson

Nærgætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*




ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR

Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

Útfararstofa Íslands
www.utforin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað


Sverrir Einarsson
S: 896 8242


Jóhanna
Eiríksdóttir


Jón G. Bjarnason
S: 793 4455

Útfararstofa Hafnarfjarðar
www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Útfararþjónusta í yfir 70 ár



ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Við tökum vel á móti ástvinum í hlýlegu og fallegu umhverfi

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | **utfor.is**
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN
Allur arður af þjónustunni rennur til reksturs kirkjugarðanna



Að verkefninu koma Stofnun Árna Magnússonar og Hugvísinda- og menntavísindasvið Háskóla Íslands. MYND/AÐSEND

Orðaforðinn efldur

Hafin er vinna við nýtt samstarfsverkefni þar sem mikilvægi námsorðaforða fyrir lesskilning og tjáningu er í forgrunni.

arnartomas@frettabladid.is

Námsorðaforði er aðaláhersluefni í nýhöfnu samstarfsverkefni Stofnunar Árna Magnússonar og Háskóla Íslands. Verkefnið ber heitið Mikilvægur orðaforði fyrir fjöltyngi og vélþýðingar og lýtur að því að búa til verkfæri sem auðvelda þeim sem eru að læra íslensku að efla íslenskufærni sína. Til grundvallar verkefninu er listi yfir íslenskan námsorðaforða en þekking á orðum af því tagi er nauðsynleg til að öðlast góðan lesskilning í íslensku og tjáningarfærni.

„Við Baldur Sigurðsson, dósent á Menntavísindasviði, fórum fyrst að fjalla um námsorðaforða þegar við vorum að greina niðurstöður PISA 2015 og 2018," segir Sigríður Ólafsdóttir, dósent á Menntavísindasviði HÍ. „Þetta hugtak hefur orðið til út frá fjölmörgum rannsóknum síðustu 25 ár þar sem hvatinn hefur verið að gefa hverju einasta barni það sem það þarf svo það geti blómstrað í skólanum.

Sigríður segir að litið sé til þeirra grundvallarmarkmiða að barn geti skilið það sem það á að læra, tekið þátt í umræðum og skrifað um það og að barn skilji ekki aðeins mikilvæg orð heldur noti þau í töluðu og rituðu máli.

„Þetta eru lágmarkskröfur sem við skólasamfélagið berum ábyrgð á. Hlutverk skólans er að gefa börnum tækifæri," segir hún. „Foreldrarnir leika auðvitað gífurlega mikið hlutverk því máluppeldið byrjar heima og börnin fá mjög mismikið tungumál hjá foreldrum sínum."

> Vonandi verður þetta til þess að við förum að kenna íslensku markvisst.
>
> Sigríður Ólafsdóttir, dósent á Menntavísindasviði HÍ

Málnotkun í námi

Sigríður bendir á að tungumálið í námi, jafnvel strax í leikskólanum, sé miklu ríkulegra en það sem við notum með vinum og fjölskyldu.

„Orðaforðinn er svo miklu fjölbreyttari því að í gegnum orðin hugsum við um flókin málefni á innihaldsríkan hátt," útskýrir hún. „Kennarar kenna orð sem tilheyra námsgreinum. Þegar þú lærir stærðfræði lærir þú til að mynda sögnina að margfalda og hvað hún felur í sér. Það sem rannsóknirnar hafa sýnt okkur síðustu 25 ár eða svo er að það eru orðin sem eru notuð með þessum orðum sem börn þekkja í mismiklum mæli og þar liggja tækifærin."

Sem dæmi nefnir Sigríður að þegar barn læri um jarðskjálfta og eldgos þá fylgi því svakalega mörg orð – ekki bara úr jarðfræðinni heldur líka orð eins og orsök, afleiðingar, framvinda og svo framvegis. „Það eru þessi orð sem eru á nýjum lista yfir námsorðaforða."

Markviss kennsla

Listinn verður þýddur á alls sex tungumál þar sem það getur reynst fjöltyngdum börnum afar gagnlegt að hafa þessi orð, ekki bara á íslensku heldur hinum tungumálum sínum. Þá munu meistaranemar í ritlist, Þórunn Rakel Gylfadóttir og Berglind Erna Tryggvadóttir, semja stutta texta sem innihalda orð úr íslenska námsorðaforðanum og verða sögurnar á ólíkum erfiðleikastigum. Stefanie Bade, sem lýkur doktorsgráðu í íslensku núna á árinu, mun þróa sérstök viðmið fyrir íslenska tungumálið.

„Því algengari sem orðin eru á listanum, þeim mun mikilvægari eru þau," segir Sigríður. „Við ætlum að reyna hvað við getum að koma orðunum í textana sem eru efst á listanum, frekar en að reyna að fara langt niður listann."

Orðin á listanum eru mörg hver flókin og hafa huglæga merkingu. Það er þess vegna ekki hægt að teikna merkingu þeirra upp heldur þarf að útskýra hana með orðum.

„Þekking á slíkum orðum nýtist þegar sömu orð koma fyrir í öðrum tungumálum," segir Sigríður. „Hafi nemendur þessi orð í móðurmálinu eða öðrum tungumálum þá vita þau strax merkingu orðsins. Vonandi verður þetta til þess að við förum að kenna íslensku markvisst, og sambærilega í skólum landsins og á námskeiðum í íslensku fyrir fullorðna. Það er löngu kominn tími til þess." ■



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Jenny Lind Valdimarsdóttir

Hæðargarði 7a, Reykjavík,

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði, fimmtudaginn 5. janúar.
Útför hennar fer fram frá Akraneskirkju þriðjudaginn 17. janúar kl. 11. Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirkju, www.akraneskirkja.is.

Friðrik Friðriksson **Halldóra H. Árnadóttir**
Elsa Friðriksdóttir **Sigurður Björnsson**
Jórunn Friðriksdóttir **Ómar Sigurðsson**
Valdimar Leó Friðriksson **Þóra H. Ólafsdóttir**
Adolf Friðriksson
ömmubörn og langömmubörn



Elsku hjartans eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Erla Sigurbjörnsdóttir

Fjarðargötu 17, Hafnarfirði,

verður jarðsungin frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 20. janúar klukkan 13.

Eysteinn Jónsson
Jón Heiðar Pálsson **Anna Jóna Einarsdóttir**
Erla Óladóttir
Sólveig Óladóttir **Sveinn Rúnarsson**
Sólveig Unnur Eysteinsdóttir **Eiríkur Davíðsson**
Margrét Erla Eysteinsdóttir **Kristján Hilmarsson**
Unnur Sigurbjörg Eysteinsdóttir **Ingólfur Ásgeirsson**
Melrós Eysteinsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn

ÞETTA GERÐIST | 15. janúar 1809

Jörgen Jörgensen kemur til Íslands

Ævintýramaðurinn Jörgen Jörgensen var staddur á Englandi þegar hann heyrði af því að mikill vöruskortur væri á Íslandi, meðal annars vegna Napóleónsstríðsins. Jörgen var á þessum tíma í farbanni frá Englandi út af stríðinu en kom sér í samband við kaupmann og skipulagði með honum för til Íslands til að kaupa tólg eða mör til sápugerðar. Þeir sigldu á skipinu Clarence frá Liverpool í desember 1808 og komu til Hafnarfjarðar þann 15. janúar 1809.

Viðskiptalífið á Íslandi var ekki jafnslæmt og Jörgen hélt en Íslendingum var bannað að versla við aðra en danska þegna. Embættismenn reyndu að koma í veg fyrir að Jörgen og félagar seldu vörur sínar en þeir voru með svokallað víkingaleyfi og máttu því hertaka skip óvinarins á stríðstímum. Þeir tóku skip sem lá fyrir ströndum og náðu að knýja fram verslunarsamning og gátu því selt vörur sínar. Þeir komu þó á slæmum tíma þar sem kauptíðin var ekki fyrr en um sumarið.



Skrautlegri ævi Jörundar eru gerð góð skil í bók Söruh Bartwell.

Jörgen átti eftir að koma aftur til Íslands sumarið eftir í aðra verslunarför. Sá leiðangur átti heldur betur eftir að vinda upp á sig þegar Jörgen lét handtaka Trampe greifa og titla sjálfan sig sem „verndara og hæstráðandi" Íslands. Hundadagakonungurinn var þó ekki lengi við völd, aðeins um tvo mánuði. Jörgen flutti að lokum til Ástralíu þar sem hann bjó það sem eftir var ævi sinnar. Hann lést 61 árs gamall í bænum Hobart. ■



†

Bróðir okkar,

Guðmundur Guðmundsson

lést að Dvalarheimilinu Fellsenda, Búðardal, þann 9. desember síðastliðinn. Jarðarför hefur farið fram í kyrrþey.

Halldór Guðmundsson
Sigurjón Guðmundsson



†

Elskulegur faðir okkar, fósturfaðir, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,

Halldór Norðquist Grímsson

Sólmundarhöfða 5, Akranesi,

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, sunnudaginn 8. janúar. Útför hans fer fram frá Akraneskirkju föstudaginn 20. janúar kl. 13. Sérstakar þakkir til starfsfólks Hjúkrunar- og dvalarheimilisins Höfða fyrir hlýja og góða umönnun. Streymt verður frá athöfninni á vef Akraneskirkju, www.akraneskirkja.is

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Þorlákur Halldórsson
Þóroddur Halldórsson



†

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, sonur og afi,

Hafliði S. Sívertsen

útsendingarstjóri Stöðvar 2,

lést á gjörgæsludeild Landspítalans við Hringbraut 30. desember 2022. Útför fer fram frá Hallgrímskirkju miðvikudaginn 18. janúar klukkan 15.

Katrín Óladóttir
Grétar Már Sívertsen — **Kjellfrid T. Hesthamar**
Atli Rafn Sívertsen — **Gerða Björk Tulinius**
Hulda Sesselja Sívertsen — **Ágúst Þorri Tryggvason**
Grétar Sívertsen — **Sigríður Guðbjartsdóttir**
Jenný Helga, Astrid Hulda, Óðinn Elí, Eydís Adda, Rúna Hafdís, Edda Katrín, Bjarki Freyr og Aríana Óla

---



†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ragna Kristín Árnadóttir

frá Hafnarhólmi, Selströnd,

lést á Landspítalanum Fossvogi þriðjudaginn 3. janúar. Kveðjuathöfn fer fram frá Seljakirkju þriðjudaginn 17. janúar kl. 13.00. Jarðarför frá Drangsneskapellu verður auglýst síðar. Sérstakar þakkir fær starfsfólk og heimilisfólk Seljahlíðar fyrir dásamlega umönnun og hlýju.

Guðrún Ingimundardóttir — **Þórarinn Guðjónsson**
Krystyna Stankiewicz
Kristbjörg Jónína Magnúsd.
Guðbrandur Ingimundarson — **Pálína Kristín Árnadóttir**
Svanur Hólm Ingimundarson
Hanna Ingimundardóttir
Hafdís Hrönn Ingimundard. — **Sigurður R. Sigurbjörnsson**
Erling Brim Ingimundarson
barnabörn og barnabarnabörn



†

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðlaug Sigurðardóttir

Austurvegi 51, Selfossi,

lést á heimili sínu þriðjudaginn 10. janúar. Útförin fer fram frá Selfosskirkju fimmtudaginn 19. janúar kl. 13.

Sigurjón Þór Erlingsson
Ingunn Úlfars Sigurjónsdóttir — **Jóhann Hannes Jónsson**
Sigurður Sigurjónsson — **Svandís Ragnarsdóttir**
Erla Guðlaug Sigurjónsdóttir — **Hafsteinn Jónsson**
Steinunn Björk Sigurjónsdóttir — **Búi Guðmundsson**
og fjölskyldan



†

Elskuleg móðir okkar, amma, tengdamóðir, langamma og langalangamma,

Auður Guðmundsdóttir

Skúlagötu 20,

lést á LSH 3. janúar. Útför hennar verður frá Bústaðakirkju þriðjudaginn 31. janúar kl. 13.

María Guðmundsdóttir — **Auðunn Sigurjónsson**
Kristín Guðmundsdóttir — **Eyjólfur Gíslason**
Sigrún Guðmundsdóttir — **Vilhjálmur Þorláksson**
Anna Dóra Guðmundsdóttir — **Gunnlaugur Sigurðarson**
barnabörn, langömmubörn og langalangömmubörn



†

Okkar ástkæri fósturfaðir, bróðir, afi og langafi,

Haukur Þórðarson

járnsmiður frá Hvallátrum í Vesturbyggð,

lést á hjartadeild Landspítalans aðfaranótt 29. desember. Útför hans fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 19. janúar klukkan 13.

Guðbjörg Sigrúnardóttir
Guðmundur Hannesson — **Kristlaug S. Sveinsdóttir**
Hrafnkell Þórðarson — **Helga Stefánsdóttir**
Ragna Þórðardóttir
barnabörn og barnabarnabörn



†

Þökkum auðsýnda samúð við andlát og útför ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

Sigmars Bjarna Ákasonar

Hamraborg 34, Kópavogi.

Sérstakar þakkir til starfsfólks Skógarbæjar.

Ísabella Þórðardóttir
Ásgeir Þór Sigmarsson — **Hansína Sturlaugsdóttir**
Eyþór Áki Sigmarsson — **Guðveig Guðmundsdóttir**
Áslaug Anna Sigmarsdóttir — **Grímur Thomsen Holm Stefánsson**
Rögnvaldur Erlingur Sigmarsson — **Sigurbjörg Kristinsdóttir**
Gunnar Ólafur Sigmarsson — **María Leifsdóttir**
Þórður Sigmarsson
Karel Halldórsson — **Halldóra Matthildur Matthíasdóttir**
Guðrún Halldórsdóttir — **Reynir Hilmarsson**
barnabörn og barnabarnabörn



†

Okkar ástkæra

Sjöfn Steingrímsdóttir

lést á Heilbrigðisstofnun Norðurlands, Siglufirði, 31. desember 2022.

Erling Ísfjeld Magnússon
Guðrún Hjartardóttir
Grímur Hjartarson
Agnes Braga Bergsdóttir
og fjölskyldur



†

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,

Þórarinn Helgason

Doddi

Suðurgötu 45, Akranesi,

lést á aðfangadag, 24. desember, á HVE á Akranesi. Útför hans hefur farið fram.

Margrét Bára Jósefsdóttir
Helgi Þórarinsson — **Anna Karolina Belko**
Þórarinn Helgason — **Sóley Saramya Helgadóttir**
Villimey Aurora, Eldey Anja og Hrafney Helga
Joomjan Kongkam



†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Laufey Jörgensdóttir

frá Hellisfjörubökkum, Vopnafirði,

lést þann 3. janúar síðastliðinn. Útförin mun fara fram frá Kópavogskirkju þann 16. janúar kl. 15.00.

Ingibjörg Magnúsdóttir
Jörgen Hrafn Magnússon — **Hjördís Ólöf Jóhannsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn



†

Elsku hjartans móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Valdís Árnadóttir

Furugerði 1, Reykjavík,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Landakoti þriðjudaginn 10. janúar. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju, föstudaginn 20. janúar kl. 13.

Hanna Valdís Guðmundsdóttir
Arndís Guðmundsdóttir — **Einar Karl Hallvarðsson**
Margrét Guðmundsdóttir — **Arnar Hilmarsson**
Hulda K. Guðmundsdóttir — **Árni Haukur Árnason**
barnabörn og barnabarnabörn



†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Egill Harðarson

vélaverkfræðingur,

varð bráðkvaddur 8. desember. Útför hans fer fram frá Langholtskirkju, mánudaginn 23. janúar, kl. 11.

Axel Viðar Egilsson — **Katherine Anne Brenner**
Ísabella Kæja Axelsdóttir
Pétur Már Egilsson — **Guðrún Helga Guðmundsdóttir**
Ingólfur Ari Pétursson
Gréta Sól Pétursdóttir
Heiða Ósk Pétursdóttir



†

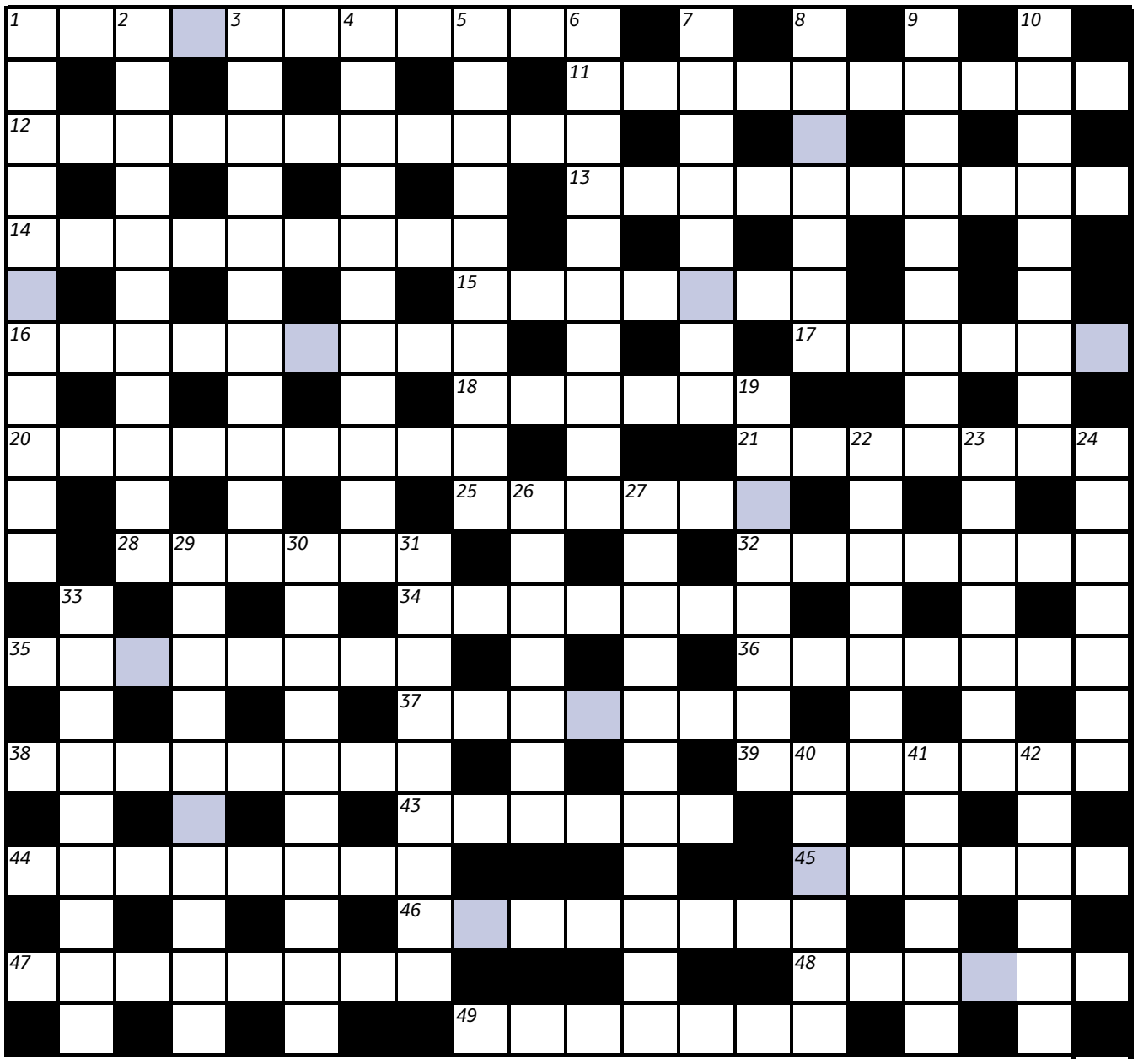
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Rósa Dagmar Björnsdóttir

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði miðvikudaginn 4. janúar. Útförin fer fram frá Sandgerðiskirkju þriðjudaginn 17. janúar kl. 13.

Sigrún Ragna Sigurðardóttir — **Jón Gústaf Pétursson**
Ásþór Bjarni Sigurðsson — **Margrét Bryndís Haraldsd.**
Helga Sigurðardóttir — **Sigurbjörn Þorsteinsson**
Sigurður Oddur Sigurðsson — **Ágústa Guðrún Ásbjörnsd.**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn

KROSSGÁTAN



LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt samanbirtast verðmæti sem sjást æ sjaldnar (13)
Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 19. janúar næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „14. janúar“.

SUDOKU

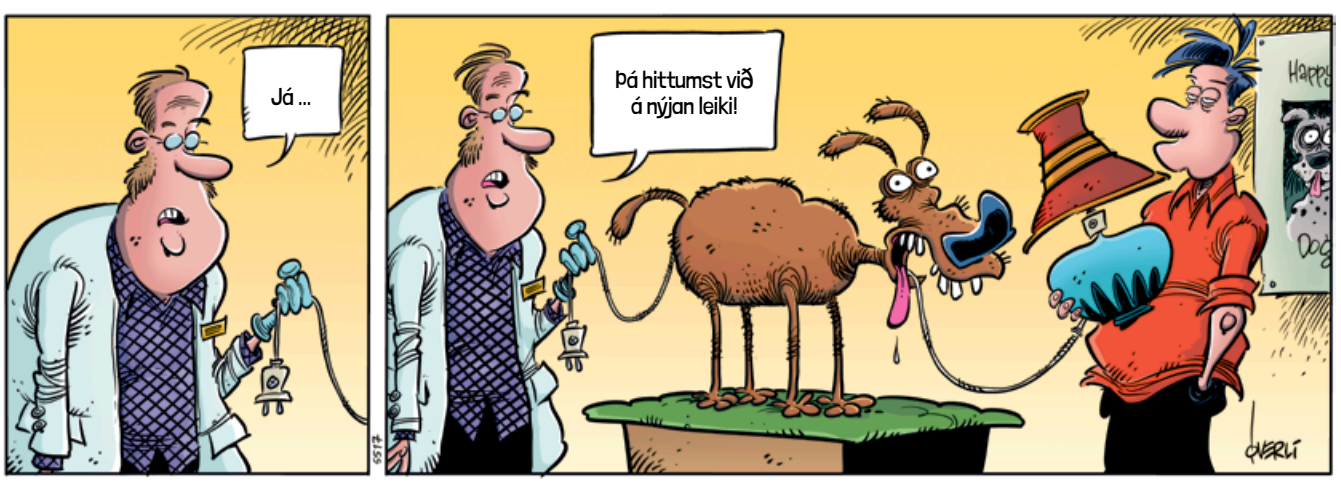
	5		3					1
		3	6	1		2	9	
7			8					
4		7				6		
3				4			1	
	1		2	3		4		5
5	7						2	8
	8	2	1	7		5		
		4						

		5			6	7		
1	2	9		7			8	
								9
	3						4	
		6				9	5	
8		7		1		3		
		4		2	9		6	
9		1	5					4
								8

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

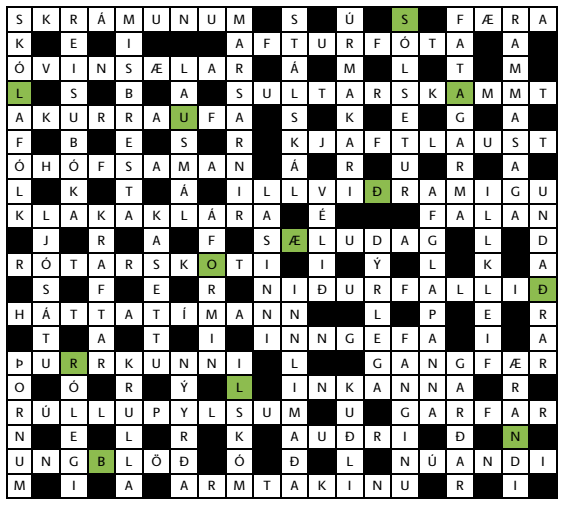
PONDUS

Frode Øverli



LAUSNARORÐ SÍÐUSTU VIKU

LOÐNUBRÆÐSLA



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Þau tala mikið um að fagna í sæluhúsi (11)
11 Öflum okkur verðlauna með gæludýrum (10)
12 Heyrði af viðsjám bandamanna sem ekki verður hnikað (11)
13 Það var streð að fylgja reglunni, út af hinum neikvæðu afleiðingum (10)
14 Stakur runni og annar með sama móti (9)
15 Var ég ekki að enda við að tala um akkúrat þennan runna? (7)
16 Staðsetning óveðursins hindrar ofsafullan lýðinn (9)
17 Álfa? Hvaða álfa? Hér segir bara frá þeim volduga (6)
18 Dundum í sundruðum ljósum og lugtum (6)
20 Nudda þér upp úr megninu af vetninu (9)
21 Tel djúp örlaga minna rúmast innan léttra ramma (7)
25 Hitti aldrei á réttan granna (6)
28 Vantar T-kapal í upplýsandi spjald (6)
32 Galla Kananna þarf vart að tíunda (7)
34 Skítverk gengis leiðir til láta (7)
35 Skil vel að þið virðið þau fyrir þorramatinn þótt fýluleg séu (8)
36 Fæ stikuna einhvern veginn til að passa í boxið (7)
37 Féll þá sá mikli fugl sem meira þoldi (7)
38 Fordæma jafnt skot sem refsingu (8)
39 Lasin eygði lík sem gníarinn geymdi (7)
43 Sáum fljót og töldum (6)
44 Andar vald sem dugur hugar leyfir (8)
45 Eg fann ei lausn þeirra sem ekki trúðu (6)
46 Draugar koma ef dregur þú öndina (8)
47 Á burt er hlíf og krakki líka ef þið kveðið nei við slíku (8)
48 Hvað fæ ég borgað fyrir gamaldags trúlofun? Bjór! (6)
49 Lögun kvísla leitar inngangs (7)

LÓÐRÉTT

1 Hverju skilar vaðall afa og langafa? (11)
2 Hvað verður svo um það sem af gengur af þessu drasli? (11)
3 Á ekki að umbuna þeim sem skipa vinnandi fólki í fylkingar? (11)
4 Nú legg ég á dröfn hinna dauðu sem leita á okkur sem lifa (11)
5 Efna háir og stórir strangar? (10)
6 Nærðu að hemja svo gegnsósa gaur? (10)
7 Hér hitti ég hina feikihressu bráð Surts (8)
8 Staldra við dauða sök sem greiða skal (7)
9 Ótrauður gleyptir þú blíða bjána (9)
10 Hrukkum við gin í jöðrum þess (9)
19 Ítalskir rokkarar upphefja ljós á íslenskum himni (8)
22 Hví fúska ungliðasamtök við þennan heimshluta? (7)
23 Sjósvala er ekki illfygli en þessi gæti verið það (7)
24 Afkvæmi hans er að heiman en afkvæmi þess er hér enn (7)
26 Nú segi ég þér frá sýn minni á ljóma gulls (7)
27 Vaða nær eggjum samgöngubóta (11)
29 Skepnufóður eða meðlæti með steik? (10)
30 Hörfa vegna þessara skepna og þeirra skítadalla (10)
31 Skánarsvikin ýktu áburðarstaflann (9)
33 Rek upp baul er heimur minn afhjúpar furðuverur (9)
40 Þau eru fljót að hreinsa þessi kaun (6)
41 Djöfull sem þetta röfl um merkt plögg er leiðingjarnt (6)
42 Þessi fornyrtu málsskjöl um löginn geta verið ruglandi (6)

FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN



Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Harmur og hamingja, eftir Meg Mason** frá Forlaginu. Vinningshafi í síðustu viku var **Árni Stefánsson, Sauðárkróki.**

Ennþá meira úrval af listavörum





AMSTERDAM dream × create

van Gogh The Quality Brand

REMBRANDT The Professional Choice

Liquitex

Conté à Paris DEPUIS 1795

LEFRANC BOURGEOIS PARIS

Listverslun.is



Trönur í miklu úrvali, íblöndunarefni, teiknivörur







Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is

Mán.-fös. kl. 9-18, lau. kl. 10-17, sun. kl. 12-16

2017 2021 Framúrskarandi fyrirtæki

LAUGARDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Fjallaskálar Íslands Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildaþáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum. **(e)**
19.00 Undir yfirborðið Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt. **(e)**
19.30 Vísindin og við Vísindin og við er þáttaröð um fjölþætt fræða- og rannsóknarstarf innan Háskóla Íslands.
20.00 Bridge fyrir alla Þættir um bridge í umsjón Björns Þorlákssonar. **(e)**
20.30 Fjallaskálar Íslands
21.00 Undir yfirborðið (e)

RÚV SJÓNVARP

07.05 Smástund
07.10 Tikk Takk
07.15 KrakkaRÚV
09.17 Stundin okkar (e)
09.45 Húllumhæ. (e)
10.00 Ævar vísindamaður (e)
10.30 Börnin í bekknum - tíu ár í grunnskóla (e)
11.00 Vikan með Gísla Marteini (e)
11.55 Kastljós (e)
12.10 Fólkið mitt og fleira dýr (e)
13.00 Bikarkeppnin í körfubolta (Haukar - Keflavík)
15.45 Bikarkeppnin í körfubolta (Stjarnan - Valur)
18.30 Fréttir
18.52 Lottó
19.00 HM stofan.
19.20 HM karla í handbolta Bein útsending frá leik Íslands og Ungverjalands á HM karla í handbolta.
21.00 HM stofan Uppgjör á leik Íslands og Ungverjalands á HM í handbolta.
21.30 Paris Can Wait Anne leggur af stað akandi frá Suður-Frakklandi til Parísar meðan eiginmaðurinn er upptekinn við vinnu. Það sem ætti að vera sjö tíma bíltúr breytist fyrr en varir í talsvert lengri skemmtiferð með ótal krókum og viðkomum í fallegum smábæjum þar sem lífsgleði, gott vín og guðdómlegur matur eru allsráðandi.
23.00 Her Smell
01.10 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Tónlist
12.10 Dr. Phil
12.52 Dr. Phil
13.32 The Block
14.30 Brighton - Liverpool Rauði herinn mætir til Brighton í ensku úrvalsdeildinni.
17.00 Survivor
17.45 Young Rock
18.10 Gordon Ramsay's Future Food Stars
19.10 The Block
20.10 Little Italy Ungt og ástfangið par þarf að finna leið til að geta verið saman, þrátt fyrir að fjölskyldur þeirra eigi í hatrömmu stríði, en þær reka báðar pitsustaði.
21.50 The Light Between Oceans Þau Tom Sherbourne og Isabel Graysmark eru yfir sig ástfangin og ákveða að gerast vitaverðir á afskekktri eyju undan austurströnd Ástralíu. Dag einn rekur bát á land á eyjunni og innanborðs er dáinn maður og lítið stúlkubarn sem þau Tom og Isabel ákveða að ala upp sem sitt eigið. Tveimur árum síðar fara þau með stúlkuna, sem þau nefna Lucy-Grace, í fyrsta sinn upp á meginlandið og um leið hefst örlagarík atburðarás.
00.05 Homefront
01.45 Zoolander 2
04.50 Tónlist

STÖÐ 2

08.00 Barnaefni
11.55 Bob's Burgers
12.15 Bold and the Beautiful
14.00 Þeir tveir
14.55 Hvar er best að búa?
15.30 Franklin & Bash
16.15 Körrent
16.45 Idol
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.00 Stubbur stjóri 2 : Fjölskyldubransinn
20.40 The Father Faðir neitar að þiggja hjálp frá dóttur sinni Anne þegar hann eldist og elliglöp fara að gera vart við sig. Hann fer að efast um ástvini sína, eigin geðheilsu og jafnvel raunveruleikann í kringum sig.
22.20 Final score
00.00 Bad Words
01.25 Masterchef USA
02.05 Bob's Burgers
02.25 Franklin & Bash



SUNNUDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Mannamál Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf. **(e)**
19.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. **(e)**
19.30 Útkall Útkall er sjónvarpsútgáfan af sívinsælum og samnefndum bókaflokki Óttars Sveinssonar. **(e)**
20.00 Matur og heimili Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl. **(e)**
20.30 Mannamál (e)
21.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta (e)

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
10.00 Tungumál framtíðarinnar
10.30 Örkin (e)
11.00 Silfrið Egill Helgason og Sigríður Hagalín Björnsdóttir fá til sín gesti til að kryfja með sér atburði liðinnar viku og pólitískt landslag.
12.10 Menningarvikan
12.30 Okkar á milli (e)
12.55 Grænmeti í sviðsljósinu
13.10 Útúrdúr. (e)
14.10 Náttúruafl: Jóhann Eyfells (e) Heimildarmynd frá 2017 um íslenska myndhöggvarann Jóhann Eyfells þar sem hann segir frá lífi sínu og list og útskýrir hvaða kraftar í umhverfinu hafa mótað líf hans sem listamanns.
15.30 Þegar afi eignast barn (e)
16.15 Upp til agna (e)
17.15 Ný veröld - kjarnafjölskylda leggur allt undir. (e)
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar (e)
18.23 Múmínálfar (e)
18.45 Skólahljómsveitin
18.50 Landakort (e)
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Stórmeistarinn Seinni hluti. Íslensk heimildarmynd í tveimur hlutum um Friðrik Ólafsson, fremsta skákmann sem Ísland hefur af sér alið.
20.25 Carmenrúllur
21.25 Mynd af brennandi stúlku
23.25 Silfrið (e)
00.50 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Tónlist
12.30 Dr. Phil
14.30 The Block
15.25 Top Chef
16.30 Survivor
17.15 Amazing Hotels: Life beyond the Lobby
18.10 Jarðarförin mín
18.40 Þær
19.10 The Block
20.10 Solsidan
20.35 Killing It
21.00 Law and Order. OC
21.50 The Equalizer
22.35 The Handmaid's Tale
23.35 From
00.35 NCIS
01.20 NCIS. Los Angeles
02.00 The Rookie
02.45 The Capture
03.30 Snowfall
04.15 Tónlist

STÖÐ 2

07.50 Barnaefni
11.35 Náttúruöfl
11.40 Draumaheimilið
12.10 Ice Cold Catch
12.55 Steinda Con: Heimsins furðulegustu hátíðir
13.25 Baklandið
13.50 Kjötætur óskast
14.25 Landnemendurnir Kristján Már Unnarsson rýnir í ráðgátur landnámsins. Nýjar vísindarannsóknir leiða fram nýja vitneskju um upphaf Íslandssögunnar. Sérfræðingar á ólíkum sviðum velta upp spurningum um rætur Íslendinga.
15.00 Heimsókn
15.35 America's got Talent: All Stars
17.00 The Good Doctor
17.50 60 MInutes
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.45 Sportpakkinn
19.00 Tónlistamennirnir okkar Heimildar- og viðtalsería þar sem sjónvarpsmaðurinn Auðunn Blöndal hittir sumt af ástsælasta tónlistarfólki landsins, fylgir því eftir í leik og starfi og fer yfir feril þess.
19.40 Lego Masters USA
20.25 Professor T
21.15 Silent Witness
22.15 Gasmamman
23.00 Vampire Academy
23.45 Masters of Sex
00.35 Pennyworth
01.25 Ice Cold Catch
02.10 Steinda Con: Heimsins furðulegustu hátíðir
02.40 Kjötætur óskast
03.15 America's got Talent: All Stars
04.35 The Good Doctor.

MÁNUDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Fréttavaktin
19.00 Heima er bezt Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits. **(e)**
19.30 Bridge fyrir alla Þættir um bridge í umsjón Björns Þorlákssonar. **(e)**
20.00 433.is Farið yfir allt það helsta í heimi íþrótta, heima og erlendis.
20.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá. **(e)**
21.00 Heima er bezt Samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik í anda samnefnds tímarits. **(e)**


Björgvin Páll fagnar í leikslok.

Allir um borð

Þessi tími ársins er kominn. Allir og ömmur þeirra líka eru orðin sérfræðingar um handbolta, enda hin árlega upplyfting að fylgjast með Strákunum okkar á stórmótum komin á skjá landsmanna í þessum annars dimma og óspennandi mánuði.

Íslenska handboltalandsliðið var búið að vinna hug og hjörtu allra landsmanna og var Ísland komið langleiðina í úrslitaleikinn án þess að mótið væri hafið. Strákarnir okkar stóðust væntingarnar á fimmtudag og mæta aftur á sviðið í kvöld.

Samkvæmt RÚV mældist 58 prósenta áhorf á fyrsta landsleik Íslands á mótinu en það voru eflaust allir með hugann við leikinn, hvort sem það var í stofunni, í vinnunni eða hjá þeim þúsundum einstaklinga sem fylgdu íslenska liðinu til Svíþjóðar. Hvort sem einstaklingar eru á leiknum eða heima í stofu er auðvelt að fylkja liði um Strákana okkar á HM. Allir um borð. ■

VIÐ TÆKIÐ

Sakbitin sæla


Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Ein af mínum sakbitnu sælum eru hinir ýmsu matreiðsluþættir, þá sérstaklega ef þeir innihalda einhvers konar keppni. Almennir borgarar að keppa um það hver bakar flottustu kökuna eða býr til besta matinn og svo er einn sendur heim í hverjum þætti. Þetta get ég horft á endalaust.

Önnur sakbitin sæla er þættirnir Survivor. Fyrsta þáttaröðin kom út árið 2000, þegar ég var í gagnfræðaskóla og ég man enn þá tilfinninguna yfir lokaþættinum. Hver var búinn að svíkja hvern og hver myndi vinna. Ég er ekki sú eina sem skemmtir sér yfir þáttunum því seríurnar eru nú orðnar 43.

Á Netflix er nú aðgengileg þáttaröð sem sameinar þessar tvær sakbitnu sælur mínar. Þættirnir Pressure Cooker eru algjör sakbitin snilld. Meistaramatreiðslufólk býr saman meðan á þáttunum stendur.



Þau elda mat en það eru engir dómarar ... nema þau sjálf. Í hverjum þætti kjósa þau einn keppanda burt. Til verða bandalög og mikið er um svik og pretti. Fullkomið! ■

> Í hverjum þætti kjósa þau einn keppanda burt. Til verða bandalög og mikið er um svik og pretti. Fullkomið!

Alrangt að engar konur séu í íslenska djassinum

Mikil karlremba hefur þrifist innan íslensku djasssenunnar frá upphafi, segir skipuleggjandi nýrrar djasstónlistarhátíðar sem miðar að því að auka hlut kvenna og kynsegin fólks í íslenskum djassi.

ninarichter@frettabladid.is



Sunna Gunnlaugsdóttir stendur fyrir djasstónlistarhátíðinni Freyjufest sem fram fer í Hörpu 21. janúar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Djasstónlistarhátíðin Freyjufest fer fram í Hörpu 21. janúar. Djasspíanistinn Sunna Gunnlaugsdóttir er skipuleggjandi hátíðarinnar sem fram fer í Kaldalónssal Hörpu og er markmið viðburðarins að jafna kynjahalla innan íslensku djasssenunnar.

Freyjufest á upphaf sitt að rekja til tónleikaraðarinnar Freyjudjass sem haldin var í Listasafni Íslands fyrir nokkrum árum. „Ástæðan fyrir því að ég byrjaði með þá tónleikaröð er að þegar ég flutti heim frá Bandaríkjunum var ég svo hissa, mér fannst ég vera eina konan að spila djass á Íslandi," segir Sunna. Hún bætir við að á þeim tíma sem hún var búsett erlendis hafi ekkert breyst hvað varðar kynjaslagsíðu í senunni.

Sunna segist hafa þekkt til kvenna sem höfðu klárað djasstónlistarnám en fylgdu því einhverra hluta vegna ekki eftir, og fóru ekki inn á senuna. Sunna vill meina að ástæðuna megi rekja til karllægrar sveiflu í senunni.

Það sama var uppi á teningnum þegar hún sat í stjórn Jazzhátíðar Reykjavíkur. „Þá fannst mér ekki koma inn umsóknir frá þessum konum, þær voru ekki einu sinni að falast eftir því að vera með," segir hún.

Að sögn Sunnu er vandamálið og umræðan á alþjóðavísu. „Að það þurfi að auka hlut kvenna."

Hún tók því málin í sínar hendur. „Ég ákvað að byrja með þessa tónleikaröð og gera kröfu um að það væri að minnsta kosti ein kona í hverju atriði. Þarna væri ég að auka tækifæri fyrir alla á senunni, karla, konur og kynsegin fólk," segir Sunna.

Þannig hvetji hún karlkyns hljóðfæraleikara til að hugsa út fyrir sinn vanalega samfélagshring. Sunna segir að þeir hugsi gjarnan fyrst og síðast um að spila með félögum sínum. Tónleikahátíð á borð við Freyjufest gefi hins vegar tilefni til þess að líta lengra, til þess hvort kvenkyns tónlistarmenn í senunni geti verið hluti af verkefninu.

> **Saga djasssamfélagsins og viðhorfin eru þannig að það hefur verið svo mikil karlremba í gangi áratugum saman, það er erfitt að breyta því.**



Sunna segir, aðspurð, klassísku senuna hafa tekið mun hraðar við sér. „En það er samt ekkert langt síðan konur fengu fyrsta sæti í sinfóníuhljómsveitum, það er ótrúlega stutt síðan," bætir hún við. „Þegar þú horfir á sinfóníuhljómsveitir í dag, þá voru konur að taka yfir í sumum löndum, þær fylla rosalega mörg sæti."

Breytingarnar eru aftur á móti seigari í djassinum. „Saga djasssamfélagsins og viðhorfin eru þannig að það hefur verið svo mikil karlremba í gangi áratugum saman, það er erfitt að breyta því. Það hafa komið nýjar kynslóðir af ungum karldjassleikurum sem eru að horfa til sinna fyrirmynda, og þess hvernig feðraveldið blómstraði í þessum geira."

Segir Sunna að sérstæður keppnisandi ríki innan íslensku djasssenunnar. „Það er kannski viðhorfið gagnvart tónlistinni hjá sumum að þetta sé einhver svona keppnisíþrótt í staðinn fyrir listform. Það er stundum talað um svona testósterón-djass, þar sem þú þarft að sýna hvað þú ert rosalega klár í staðinn fyrir að segja einhverja sögu, túlka og hreyfa við áhorfendum á einhvern hátt."

Sunna hvetur fólk, bæði innan senunnar og áheyrendur, til að mæta djassinum með opnari huga. „Að vera ekki með staðlaðar hugmyndir um hvað djasstónlist eigi að vera. Eðli tónlistarinnar er að það má allt, sérstaklega í djasstónlist. Þú mátt blanda öllu saman og kjarninn er þessi túlkun."

Þá bendir hún á að ekki megi gera kröfu um að konur í djassi spili nákvæmlega eins og karlar. „Sumar gera það, en af hverju mega ekki koma inn aðrar raddir með aðra sýn og annað sánd? Er það ekki bara spennandi? Við höfum alltaf viljað að djasstónlist haldi áfram að þróast og staðni ekki."

Að sögn Sunnu gerast hlutirnir ekki án fyrirhafnar. „Það er svolítið algengt að fólk segi að það séu bara engar konur í senunni. En það er ekki satt. Karlmennirnir sem fá mestu athyglina koma fyrst upp í hugann, en þá þarf bara að leggja harðar að sér að finna konur sem eru í geiranum og gera þær sýnilegar.

Um leið og þær eru sýnilegar getum við hætt að tala um að það séu engar konur á senunni. Og í litlu samfélagi eins og Íslandi þarf að opna dyrnar og bjóða þær velkomnar á senuna. Að þær upplifi ekki strax í skólanum að þær séu að labba á einhvern glervegg." ■

Opna safn á heimili Gísla á Uppsölum

arnartomas@frettabladid.is

Hugmyndir um að opna safn á heimili Gísla á Uppsölum hafa lengi verið á lofti en hafa nú færst nær veruleikanum. Fiskeldisfyrirtækið Arnarlax hefur ákveðið að styrkja Félag um safn Gísla á Uppsölum um níu milljónir króna til að ráðast í uppbyggingu á heimili einsetumannsins í Selárdal á Vestfjörðum.

„Við erum hér með safn um Samúel í Selárdal og erum þannig nágrannar Gísla," segir Kári Schram hjá Félagi um safn Gísla á Uppsölum. „Það hefur alltaf verið ákveðinn þyrnir í augum okkar hvað það hefur verið lítið gert þarna og hvað hlutirnir hafa drabbast niður þarna á svæðinu."

Kári segir að þúsundir manna leggi leið sína að heimili Gísla ár hvert en vegurinn að eyðibýlinu hefur ekki verið fær fólksbílum.

„Frá því að Gísli spratt upp á yfirborðið er mikið af fólki sem hefur áhuga á Gísla og hans lífshlaupi,"



Gísli slær með orfi og ljá, 1984. MYND/GVA



Frá Uppsölum í fyrrahaust. MYND/AÐSEND

útskýrir hann. „Ferðin þangað upp eftir hefur þannig haldist í hendur við að Samúel átti heima í sama dalnum og fólk hefur þannig gert sér ferð til að heilsa Gísla í leiðinni."

Verður styrkurinn frá Arnarlaxi meðal annars nýttur í vegabætur til að bæta aðgengi ferðafólks auk þess sem rafmagn verður lagt í húsið í fyrsta sinn. Þá eru ýmsar aðrar viðgerðir nauðsynlegar áður en safnið kemst á laggirnar.

„Þegar þetta verkefni fór í gang fórum við auðvitað að hugsa hvernig hægt væri að fjármagna þetta því allt kostar þetta jú peninga," segir Kári. „Ég hafði samband við Arnarlax sem er einmitt á svæðinu og fékk glimrandi undirtektir frá þeim. Þeir sáu gildið í því að styrkja nærliggjandi menningu hjá sér og komu með þennan ljómandi góða styrk sem gerir okkur kleift að setja hlutina í gang."

Frekari fjársöfnun mun eiga sér stað á næstunni en stefnt er að opnun safnsins árið 2025.

„Gísli er í hugum og hjörtum flestra Íslendinga í dag, eða þeirra sem þekkja hann að minnsta kosti. Hugmyndin er líka að kynna sögu hans fyrir nýjum kynslóðum." ■

Tesla lækkar verð á bílum sínum um allt að 20 prósent á heimsvísu

njall@frettabladid.is

Tesla lækkaði verð á bílum á fimmtudag á heimsvísu og samkvæmt fréttamiðlinum Automotive News er lækkunin frá 6 prósentum fyrir ódýrustu gerð Model 3 upp í 20 prósent fyrir Model Y. Í Bandaríkjunum lækkaði verð á Model Y í Long Range-útgáfu í 52.990 dollara eða um 13.000 dollara sem er umtalsverð lækkun. Ástæðan fyrir þessari miklu lækkun á Model Y virðist vera sú að þá fer bíllinn undir 55.000 dollara markið sem sett er fyrir skattaafslátt í Bandaríkjunum. Tesla tekur 1.390 dollara fyrir flutning og 250 dollara pöntunargjald svo að með þessi gjöld inni í verðinu er bíllinn enn undir 55.000 dollara markinu.

Tesla afhenti 1.310.000 bíla árið 2022 á heimsvísu sem er undir þeim 50 prósenta vexti sem framleiðandinn var búinn að setja sér. Það hafði áhrif til lækkunar á hlutabréfum í Tesla. Elon Musk lét hafa eftir sér í desember að hækkandi vextir í Bandaríkjunum myndu líklega hafa þau áhrif að Tesla myndi lækka verð bíla sinna, til að framleiðandinn myndi ná vaxtarviðmiðum sínum. Áhugavert verður að sjá hvaða áhrif þessi lækkun hefur á verð annarra framleiðenda sem hafa verið að narta í hælana á framleiðsluforskoti Tesla að undanförnu. ■



Fimm dyra útgáfan er með 340 mm lengra hjólhafi og farangursrými sem er 123 lítrum stærra.
MYND/SUZUKI

Suzuki kynnir fimm dyra Jimny

njall@frettabladid.is

Suzuki frumsýndi á Auto Expo-sýningunni á Indlandi í vikunni fimm dyra útgáfu Jimny-jeppans. Þrátt fyrir að slíkur bíll myndi eflaust seljast hér eins og heitar lummur eru engar líkur á að hann komi hingað vegna evrópskra mengunarstaðla.

Fimm dyra Jimny verður framleiddur á Indlandi með 1,5 lítra bensínvél sem skilar 104 hestöflum og kemur með annað hvort fimm gíra beinskiptingu eða fjögurra þrepa sjálfskiptingu. Bíllinn er 250 mm lengri en þriggja dyra útfærslan en hæð og breidd er sú sama. Munurinn liggur í lengra hjólhafi sem er 340 mm lengra en í minni bílnum. Bíllinn verður aðeins seldur á Indlandi, í Afríku og Suður-Ameríku. ■



Tesla Model Y kom sá og sigraði sem söluhæsti bíllinn árið 2022.
MYND/TRYGGVI ÞORMÓÐSSON

Tesla Model Y mest seldi bíllinn 2022

njall@frettabladid.is

Það var Tesla Model Y sem seldist mest allra bíla á síðasta ári og skákaði þar tveimur vinsælum bílum Toyota sem oft hafa verið söluhæstir, RAV4 og Land Cruiser 150. Tesla Model Y var seldur í 1.026 eintökum sem er talsvert yfir næsta bíl, sem var Toyota RAV4 sem seldist í 817 eintökum. Toyota var mest selda merkið enda eru þrír bílar frá framleiðandanum á topp tíu listanum.

Athygli vekur að næsti 100% rafbíll er Polestar 2 sem varð áttundi en allir bílarnir á undan honum eru búnir brunahreyflum. Þriðji hreini rafbíllinn er Kia EV6 í tíunda sæti, Hyundai Ioniq 5 í því þrettánda og svo Skoda Enyaq sem varð fjórtándi. Hér má sjá tíu vinsælustu bílana á Íslandi 2002. ■

	Gerð:	Sölutala:	Markaðshlutdeild í %:
1.	Tesla Model Y	1.026	6,1
2.	Toyota RAV4	817	4,9
3.	Toyota Land Cruiser	764	4,6
4.	MMC Eclipse Cross	750	4,5
5.	Dacia Duster	722	4,3
6.	Kia Sportage	522	3,1
7.	Hyundai Tucson	467	2,8
8.	Polestar 2	462	2,8
9.	Toyota Yaris	431	2,6
10.	Kia EV6	299	1,8



Tesla Model Y ásamt Model S stóðu sig best í öryggisbúnaði með 98% einkunn.
MYNDIR/EURONCAP

EuroNCAP tilkynnir um öruggustu bílana 2022

EuroNCAP er sjálfstæð stofnun sem sér um að öryggisprófa alla nýja bíla á Evrópumarkaði, meðal annars með árekstrarprófunum. Um miðja vikuna tilkynnti stofnunin um öruggustu bílana í hverjum flokki á síðasta ári. Athygli vakti góður árangur Tesla þar sem Model S og Model Y hlutu báðir verðlaun.

njall@frettabladid.is

Eftir að hafa hlotið fimm stjörnu öryggiseinkunn í september, hefur Model Y verið valinn bestur í flokki smærri jepplinga hjá EuroNCAP. Model S hlaut einnig fimm stjörnu öryggiseinkunn í nóvember og fær verðlaunin bestur í flokki lúxusbifreiða sem og hreinna rafbíla. Að sögn Tesla er þessi árangur og verðlaun afrakstur tvíhliða nálgunar Tesla í öryggishönnun, sem þróar passíf og virk öryggiskerfi samhliða hvort öðru, og býr til heildstætt kerfi sem snýr að því að draga úr áhrifum slysa ásamt því að fyrirbyggja þau.



Hyundai Ioniq 6 í hliðarárekstrarprófinu en hann stóð sig vel í öryggi fullorðinna.

Tesla Model S er einnig valinn bestur í flokki lúxusbifreiða.

Aðrir vinningshafar voru Hyundai Ioniq 6 í flokki stærri fjölskyldubíla og ORA Funky Cat í flokki smábíla. Hyundai Ioniq 6 fékk mjög góða einkunn fyrir öryggi fullorðinna í bílnum eða 97%. Árið 2022 var innkoma margra nýrra rafbíla frá Kína til Evrópu og þar stóðu flestir sig vel, en sýnu best þó ORA Funky Cat sem er mjög vel búinn öryggisbúnaði. ■



Ekki er vitað á hvaða undirvagni bíllinn mun koma en rafhlaðan í eVX er 60 kWst.
MYND/EPA

Fyrsti rafbíll Suzuki kemur 2025

njall@frettabladid.is

Suzuki hefur frumsýnt rafdrifinn tilraunabíl sem gefur okkur innsýn í hvernig fyrsti rafbíll Suzuki mun líta út þegar hann kemur á markað. Bíllinn var frumsýndur á Auto Expo-bílasýningunni í Delí í Indlandi og kallast einfaldlega Suzuki eVX. Að sögn Suzuki er hér á ferðinni bíll þar sem blandað er saman því besta úr heimi rafbíla og þekkingu Suzuki á fjórhjóladrifsbílum.

Að sögn Suzuki er bíllinn með 60 kWst rafhlöðu sem gefur honum 550 km drægi samkvæmt indverska MIDC-staðlinum. Stærð bílsins er nánast á pari við Suzuki S-Cross og mun því bíllinn keppa við MG ZS EV og Kia Niro EV til að mynda. Búast má við samstarfi Suzuki við Toyota í þessum bíl miðað við nýlegar yfirlýsingar framleiðendanna. Suzuki er einnig í samstarfi við kanadíska fyrirtækið InMotive um hönnun tveggja þrepa skiptingar fyrir rafbíla sem hugsanlega gæti fyrst komið í þessum bíl. Slík skipting gæti bætt drægi bílsins um 15%. ■

Suzuki er einnig í samstarfi við kanadíska fyrirtækið InMotive um hönnun á tveggja þrepa skiptingu fyrir rafbíla.

HANDVERKS HÚSIÐ



NIÐURGREITT AF STÉTTARFÉLÖGUM

LANGAR ÞIG Á GÆÐA NÁMSKEIÐ Í HANDVERKI?

Stutt og löng námskeið bæði fyrir byrjendur og meistara



Silfursmíði - Húsgagnasmíði - Víravirki - Trérennsli - Brýnsla - Tréútskurður - Gler tiffany´s - Tifsögun - Silfurleir - Tálgun

SKRÁNING Í GANGI Á HANDVERKHUSID.IS

Handverkshúsið | Rauðagerði 25 | 108 Reykjavík | S. 555 1212 | namskeid@handverkshusid.is | www.handverkshusid.is

Svo vot voru þau tár

Guðmundur Guðmundsson landsliðsþjálfari var með tár á hvarmi yfir stuðningi Íslendinga í stúkunni þegar Ísland sigraði Portúgal á dögunum á HM í handbolta. Guðmundur varð ekki sá fyrsti og ekki sá síðasti til að fella tár á opinberum vettvangi. Fréttablaðið rifjar upp eftirminnilegustu tárin í sögu landsins.

odduraevar@frettabladid.is



Tár Dorritar á forsíðu DV

Dorrit Moussaieff birtist Íslendingum í fyrsta sinn á mynd árið 1999 í DV. Þar má sjá hana fella tár og hlúa að Ólafi Ragnari Grímssyni, þáverandi forseta Íslands, eftir að hann féll af hestbaki í Landsveit þar sem hann axlarbrotnaði. Síðan hefur Dorrit stimplað sig rækilega inn og á meðal annars hina víðfrægu setningu „Ísland er stórasta land í heimi“ en þar fagnaði hún einmitt árangri íslenska handboltalandsliðsins á Ólympíuleikunum 2008.



Eiður Smári hélt að hann væri að kveðja

Einn besti fótboltamaður Íslands, Eiður Smári Guðjohnsen, brotnaði saman í viðtali við Ríkisútvarpið þegar Ísland laut í lægra haldi gegn Króatíu í umspili fyrir HM 2014. Tilfinningarnar báru kappann ofurliði þegar hann var spurður út í framhaldið og hann brast í grát, enda hélt hann að ferli sínum væri lokið. Eiður hélt þó áfram og tók þátt í EM-ævintýrinu 2016.

Inga Sæland í leiðtogaumræðum

Formaður Flokks fólksins, Inga Sæland, réð ekki við eigin tilfinningar í leiðtogaumræðum í Ríkisútvarpinu kvöldið fyrir alþingiskosningar 2017 og felldi tár þar sem hún ræddi aðstæður öryrkja, eldra fólks og barna á Íslandi. Árið áður hafði Flokkur fólksins ekki náð inn manni í kosningum en tárin tryggðu flokknum gott gengi árið 2017, 6,9 prósenta fylgi og fjóra menn á þing.



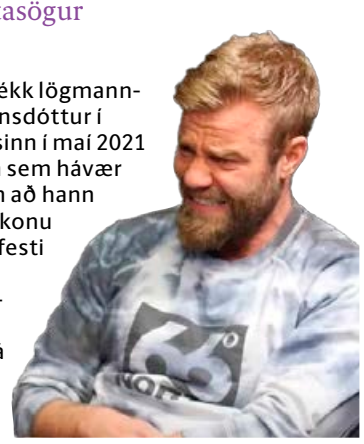




Vanda grét í Katar yfir treyjumálinu

Vanda Sigurgeirsdóttir réð ekki við tilfinningarnar þegar hún var spurð út í gagnrýni á hendur KSÍ eftir að Aron Einar Gunnarsson fékk treyju í tilefni af hundraðasta landsleiknum á meðan leikmenn kvennalandsliðsins höfðu aldrei séð nokkuð slíkt.

Sölvi ræddi kjaftasögur um ofbeldi



Sölvi Tryggvason fékk lögmanninn sinn Sögu Ýr Jónsdóttur í hlaðvarpsþáttinn sinn í maí 2021 til að ræða orðróm sem hávær var á þeim tíma um að hann hefði beitt vændiskonu ofbeldi. Síðar staðfesti lögregla að málið tengdist fjölmiðlamanninum ekki. Sölvi ræddi málið á einlægum nótum og réð ekki við tilfinningarnar.



Simmi Vill grét vegna Sölva

Athafnamaðurinn Sigmar Vilhjálmsson eða Simmi Vill er þekktur fyrir að liggja ekki á skoðunum sínum. Það gerði hann ekki heldur í maí 2021 þegar hann tók sjálfan sig hágrátandi upp á Instagram þar sem hann horfði á viðtal grátandi Sölva Tryggvasonar við lögmann sinn. Hann spurði þeirrar fleygu spurningar: „Hvað er að okkur?“



Ingólfur Bjarni grét í Úkraínu

Fréttamaðurinn Ingólfur Bjarni Sigfússon var á allra vörum þar sem hann var staddur í Úkraínu eftir að Rússar hófu innrás sína í febrúar í fyrra. Hann réð ekki við tilfinningar sínar þegar hann lýsti því hvernig eldri kona hefði sent honum sigurmerki í Kænugarði. Fréttamaðurinn varð á endanum að flýja Úkraínu og yfir til Póllands.

Áður óséð Tertulia á Brút

odduraevar@frettabladid.is

Tertulia, tónlistarveisla fyrir bragðlaukana, fer fram á veitingastaðnum Brút í dag, laugardaginn 14. janúar. Tertulia kemur alla leið frá New York og er nokkurs konar matarupplifun þar sem tónlistin er í forgrunni.

„Mér vitandi hefur þetta aldrei verið gert áður á Íslandi, að blanda saman kammertónlist og matarupplifun á þennan hátt. Áhuginn fyrir viðburðinum er mikill en það eru bara örfáir miðar eftir,“ segir Ólafur Örn Ólafsson, veitingamaður á Brút.

Boðið verður upp á þriggja rétta veislu ásamt fordrykk en auk



Ólafur Örn Ólafsson, Ragnar Eiríksson og Bragi Skaftason veitingamenn á Brút.
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

þess er hægt að fá vínpörun með. Á milli rétta leika margir af flinkustu hljóðfæraleikurum samtímans fjölbreytta kammertónlist eftir tónskáld víða að úr heiminum, meðal annars Ludwig Van Beethoven, Erwin Schulhoff og Isidora Žebeljan, svo eitthvað sé nefnt.

Ólafur segir tónlist og matargerð eiga margt sameiginlegt. „Tónlist og matur eru náskyld fyrirbæri sem spretta bæði upp frá sömu stöðvum í heilanum. Þetta eru listir sem eru til þess gerðar að skapa sérstaka upplifun. Tónverkin og réttirnir eru sett saman á matseðil kvöldsins og mynda vonandi góða heild í kvöld.“ ■

GENERATION HANDBALL DANMÖRK 31. JÚLÍ – 5. ÁGÚST 2023
Yngri flokkar í handbolta!
Generation HANDBALL
Skráning og upplýsingar:
sport@visitor.is
Visitor
FERÐASKRIFSTOFA
HAMRABORG 20 - SÍMI 578 9888
visitor.is

Hér færðu Fréttablaðið á höfuðborgarsvæðinu



101

Sundhöllin
Olís Ánanaust
Nettó Granda
N1 Hringbraut
Krambúðin Skólavörðustíg
BSÍ
Bónus kjörgarði
Bónus Fiskislóð

102

Krambúðin Menntavegi
Háskóli Íslands
Reykjavíkurflugvöllur

103

Kringlan
Bónus kringlunni

104

Glæsibær
Olís Sæbraut
Olís Álfheimar
N1 Klettagarðar
Iceland Glæsibæ
Húsasmiðjan Skútuvogi
Hagkaup Skeifan
Bónus Skútuvogi
Bónus Holtagarðar

105

World Class Laugum
Laugardalslaug
Nettó Nóatún
Krambúðin Lönguhlíð
Krambúðin Laugalæk
Bónus Skipholti

107

N1 Ægissíðu
Melabúðin
Krambúðin Hjarðahaga
Vesturbæjarlaug

108

Nettó Lágmúla
N1 Stórageröi
N1 Fossvogur
Krambúðin Grímsbæ
Múlakaffi
Bónus Skeifan

109

Olís Mjódd
Nettó Mjódd
N1 Skógarsel
Iceland Seljabraut

110

Árbæjarlaug
Olís Norðlingaholti
N1 Ártúnshöfði
Múrbúðin Kletthálsi
Bónus Hraunbær

111

Breiðholtslaug
Iceland Vesturbergi
Bónus Lóuhólar

112

World Class Egilshöll
Grafarvogslaug
Olís Gullinbrú
N1 Gagnvegi
Bónus Spöngin

116

Klébergslaug

170

World Class Seltjarnarnes
Sundlaugin Seltjarnarnes
Hagkaup Eiðistorgi

200

Sundlaug Kópavogs
N1 Stórihjalli
Iceland Engjahjalla
Bónus Nýbýlavegur
Bókasafn Kópavogs

201

Salalaug
Smáralind
Hagkaup Smáralind
Nettó Salavegi
Bónus Smáratorgi
Elko Lindum

203

World Class Ögurhvarf
Nettó Búðarkór
Bónus Ögurhvarf

210

Ásgarðslaug
Olís Hafnarfjarðarvegi
Hagkaup Litlatún
Costco
Bónus Kauptúni
Bónus Garðatorg

220

Sundhöll Hafnarfjarðar
Nettó Dalshraun
N1 Lækjargata
Húsasmiðjan Fjarðargötu
Fjörðurinn
Fjarðakaup
Bónus Helluhraun

221

Ásvallalaug
Nettó Selhellu
Múrbúðin Selhellu
Iceland Staðarbergi
Bónus Tjarnarvellir

225

Álftaneslaug

270

Varmárlaug
Lágafellslaug
Olís Langatanga
Nettó Sunnukrika
N1 Háholti
Bónus Bjarkarholti

***Sífellt fleiri staðir bætast við. Fylgist vel með.**

Stafrænar útgáfur

Skannaðu kóðann

Frítt

FRÉTT VIKUNNAR

Ekki hægt að minnast ekki á landsliðið

Rósa Kristinsdóttir, hjá Vex og Fortuna Invest

Á markaðshliðinni vöktu fréttir af miklum gengishækkunum líftæknifyrirtækisins Alvotech athygli mína. Gengi félagsins hefur verið á miklu flugi og hækkaði til að mynda um 9,5 prósent síðastliðinn mánudag og er félagið nú það stærsta í íslensku kauphöllinni. Fréttir af nýjum rannsóknum, samstarfi á Japansmarkaði og ólíkum skoðunum markaðsaðila á hlutabréfaverði félagsins hafa verið birtar, nánast upp á dag. Það verður spennandi að fylgjast með áframhaldandi gengi félagsins.

Ef svo er svo aðeins litið upp úr viðskiptasíðunum þá get ég ekki sleppt því að nefna fréttir af handboltalandsliðinu. Lokamínúturnar í leiknum gegn Portúgal fengu eflaust flesta landsmenn til að brosa út að eyrum enda ekkert eðlilega skemmtilegt að fylgjast með liðinu hrökkva í svona svakalegan gír og sýna sínar bestu hliðar. Síðan skemmdi ekki fyrir að sjá íslensku stuðningsmennina í stúkunni fylla höllina af söng og lófaklappi.

> Lokamínúturnar í leiknum gegn Portúgal fengu eflaust flesta landsmenn til að brosa út að eyrum.



Þá má líka minnast á fréttir um brotthvarf Söru Bjarkar landsliðsfyrirliða úr fótboltalandsliðinu. Hún er mögnuð íþróttakona og skilur eftir sig stórt spor í íslenskri knattspyrnusögu. ■

30% afsláttur
af laserlyftingu*

Laser andlitslyfting styrkir húðina með því að örva nýmyndun kollagens og eykur teygjanleika með því að bæta elastín. Við það lyftist húðin, andlitslínur minnka og húðin verður fallegri.

Tryggðu þér tilboðið með því að bóka tíma á www.hudin.is eða síma 519-3223



*gildir til 20. janúar.

Verið velkomin!

HÚÐIN skin clinic

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



Friðrik Ómar Hjörleifssons stóðst ekki mátið og fékk mynd af sér með Ólafi Laufdal. MYND/AÐSEND

Ólafur býður í Olsen-veislu

Einn reynslumesti veitingamaður landsins, Ólafur Laufdal í Grímsborgum, býður landsmönnum upp á Eurovision-sigurvegarann Jørgen Olsen á bóndadagshelginni. Ólafur segist mikill aðdáandi.

odduraevar@frettabladid.is

Hinn 78 ára gamli Ólafur Laufdal, veitingamaður í Grímsborgum, býður hinn eina sanna danska tónlistarmann Jørgen Olsen velkominn til landsins um næstu helgi, sjálfa bóndadagshelgina.

„Þessir tónleikar áttu að vera fyrir kófið en svo var náttúrulega öllu lokað úti í Danmörku, þannig að Olsen komst hvorki út né inn og við höfðum því þurft að fresta þessu þar til núna," segir Ólafur.

Jørgen er líklega þekktastur fyrir að hafa sigrað í Eurovision-söngvakeppninni árið 2000 í Stokkhólmi. Þar steig hann á svið ásamt bróður sínum Niels Olsen þar sem þeir sungu frumsamið lag sitt, Fly On the Wings of Love, sem upprunalega hét á dönsku Smuk som et stjerneskud. Niels hefur ekki komið fram síðan árið 2019 vegna veikinda.

„Þannig að þetta áttu í rauninni að vera 20 ára afmælistónleikar," segir Ólafur, sem sjálfur hefur verið í veitinga- og hótelbransanum síðan hann var 12 ára gamall, yfir 60 ár. Hann er öllum hnútum kunnugur þegar kemur að því að skipuleggja viðburð líkt og þennan.

„Ég hef, sjáðu til, flutt inn yfir áttatíu heimsþekkt númer hér á landi, meðal annars á Hótel Ísland og á Broadway á sínum tíma. Ég flutti inn meira af tónlistarmönnum en nokkur annar hefur gert á landinu," segir Ólafur.

„Það var fjöldinn allur af heljarmennum eins og Jerry Lee Lewis, Fats Domino og Tom Jones," segir Ólafur sem sendi blaðinu lista yfir tónlistarmenn sem hann hefur flutt inn, lista sem er bæði langur og glæsilegur.

„Hinn Olsen-bróðirinn er orðinn veikur og er hættur að spila. En Jørgen samdi lögin og er aðalröddin. Hann er enn að spila á fullu úti um allan heim. Hann er svaka vinsæll og þeir bræður eru náttúrulega búnir að selja yfir milljón plötur og enn þá algjörar stórstjörnur."

> Hann er svaka vinsæll og þeir bræður eru náttúrulega búnir að selja yfir milljón plötur og enn þá algjörar stórstjörnur.

Ólafur viðurkennir að hann sé Eurovision-aðdáandi. „Ég er það og horfði auðvitað þegar þeir sigruðu í keppninni á sínum tíma. Svo ber maður taugar til Danmerkur, Kim Larsen kom til dæmis tvisvar til landsins á sínum tíma á mínum vegum."

Ólafi fannst ekki nóg að bjóða upp á eina tónleika heldur mun Olsen-bróðirinn spila á sjálfan bóndadag, föstudagskvöldið 20. janúar, og svo aftur laugardagskvöldið 21. janúar á fimm stjörnu hótelinu.

Ólafur viðurkennir að hann sé frekar spenntur fyrir tónleikunum. „Ég get ekki ímyndað mér annað en að þetta verði bara gríðarlega gott og skemmtilegt," segir Ólafur. Hann svarar því játandi að rómantíkin verði eflaust svífandi yfir vötnum á Hótel Grímsborgum um næstu helgi. „Það held ég nú!" segir Ólafur hlæjandi. ■



Olsen-bræðurnir á sviði í Stokkhólmi árið 2000.

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

frettabladid.is

Skannaðu kóðann



AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðmundur Örn Jóhannsson *gudmundur@torg.is* ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Auður Húnfjörð *audur@frettabladid.is*, Sverrir Birgir Sverrisson *sverrir@frettabladid.is* , Reynir Elís Þorvaldsson *reynir@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn@frettabladid.is* FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078: Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Kolbeinn Kolbeinsson *kolbeinn@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is* FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* RAÐAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is* TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5055: Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*

PERSÓNULEGAR SÓTTVARNIR MEÐ NÚMER EITT!

TVÆR TEGUNDIR HANDSPRITT:
SÍTRÓNA OG LAVENDER
ILMURINN ER EINSTAKUR



Einstakt handspritt með 100% hreinum ilmkjarnaolíum og hafþyrnisolíu sem hefur magnaða húðbætandi eiginleika.

Sótthreinsispritt með einstökum ilmi af sítrónugrasi. 100% hrein ilmkjarnaolía sem virkar hressandi og upplífgandi.

ILMANDI – SKÍNANDI – HREINT

Fæst í flestum apótekum, stórmörkuðum og heilsuvöruverslunum.

númer eitt
ÞÍN HEILSA – OKKAR ÁSTRÍÐA



TAKK!

6 ár í röð

1. sætið í ánægjuvoginni

Við hjá BYKO erum ákaflega stolt af því, 6. árið í röð, að eiga ánægðustu viðskiptavinina í flokki byggingavöruverslana. Íslenska ánægjuvogin er félag í eigu Stjórnvísi og er framkvæmd í höndum Prósent. Mæld er ánægja viðskiptavina í hinum ýmsu geirum reglulega yfir árið. Þessi viðurkenning segir okkur að við séum á réttri vegferð og erum við staðráðin í því að halda áfram að gera enn betur - Takk fyrir okkur!

ÚTSÖLU MARKAÐUR

Komdu og gramsaðu

20–50% AF VÖLDUM VÖRUM

50% JÓLAVÖRUR 30–50% LEIKFÖNG
30% PLASTBOX 25% INNIMÁLNING,
PARKET, FLÍSAR, GROHE OG
DAMIXA BLÖNDUNARTÆKI
20% VERKFÆRABOX, JÁRNHILLUR,
ÖRYGGISSKÓR

SAMAN Í 60 ÁR BYKO

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

frettabladid.is

550 5000
RITSTJÓRN
ritstjorn@frettabladid.is
AUGLÝSINGADEILD
auglysingar@frettabladid.is
PRENTUN & DREIFING
Torg ehf.

JAFNLAUNAVOTTUN
2022 - 2025

Takk!
Við erum í skýjunum...
...með 1. flugsætið
flyPLAY.is PLAY

BAKÞANKAR



Óttars Guðmundssonar

Egill afi

Innanhússfótbolti er hættulegasta íþrótt í heimi. Fullorðnir karlar með mikið keppnisskap bæta fyrir horfna knatttækni með krafta-stælum og ofbeldi. Slysatíðnin er há enda menn farnir að þyngjast og missa oft stjórn á skapi sínu. Innanhússfótbolti samtímans er því barnaleikur miðað við átök í knattleikjum sögualdar sem iðulega enduðu með mannvígum.

Egill afi minn Skallagrímsson var tortrygginn og afbrýðisamur og treysti engum. Læknar í Borgarnesi töldu að hann væri illa haldinn af áfallastreituröskun. Í æsku Egils gekk á með ýmsu enda var Skallagrímur faðir hans þekktur ofbeldismaður. Einhverju sinni var Egill að knattleikum á ís ásamt fleiri piltum. Skallagrímur vildi leika með þeim en reiddist svo mjög í leiknum að hann tók einn félaga Egils og drap hann á hroðalegan hátt. Hann ætlaði reyndar að drepa Egil líka en fóstra hans, Brák, gat bjargað honum. Skallagrímur drekkti henni þá í Brákarsundi.

Þetta atvik hafði djúp áhrif á Egil enda var hann í bráðri lífshættu þegar Skallagrímur var í þessu frekjukasti. Egill sat eftir með martraðir og önnur einkenni áfallastreituröskunar sem fylgdu honum ævina á enda.

Egill sagði síðar að sér hefði þó sárnað mest þegar Borgnesingar nefndu ungmennafélag staðarins Skallagrím. Hann gat aldrei fyrirgefið þessa smekkleysu og sakaði heimamenn um gerendameðvirkni. „Nær hefði verið að nefna félagið eftir Þórði Granasyni sem kallinn drap," sagði hann. Egill flutti í ellinni í Mosfellssveit í mótmælaskyni og sat í stjórn ungmennafélagsins Aftureldingar til dauðadags. Hann horfði aldrei á knattleika í sjónvarpi eftir þetta að ráði áfallasálfræðinga. ■

Sparaðu tímann og gerðu einfaldari innkaup á netto.is
netto

Eftir þinni uppskrift
Njóttu þess að eiga einstakt eldhús sem endurspeglar þig. Hvort sem þú vilt skipta um eldhús eða færa því nýtt útlit þá getur samsetning af litum, mynstri og efni haft meiri háttar áhrif á yfirbragð og andrúmsloft. Finndu stílinn þinn í fjölbreyttu úrvali!
ENERYDA hnúðar, Ø27 mm 950,-/2 í pk.
GAMLESJÖN blöndunartæki 19.950,-
LERHYTTAN glerhurð B40×H80 cm 9.950,-
LERHYTTAN skúffuframhlið B60×H40 cm 7.450,-
Skoðaðu eldhúsframhliðar hér!
Skannaðu
ÚTSALA
SKOGSÅ borðplata L186×D63,5 cm ~~39.950,-~~ 27.950,-
Verslun opin 11-20 alla daga – IKEA.is
IKEA
© Inter IKEA Systems B.V. 2023