FRÉTTABLAÐIÐ

81. TÖLUBLAÐ 18. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 7. APRÍL 2018

Frjáls á hjólinu

Arna Sigríður Albertsdóttir hlaut mænuskaða eftir skíðaslys í Noregi aðeins 16 ára gömul og stefnir nú á Ólympíuleika fatlaðra 2020. Hún segir að ríkið ætti að styðja betur við íþróttaiðkun hreyfihamlaðra. →26

MYND/GÚSTI PRODUCTIONS

Fór holu í höggi Ógleymanlegt segir Ólafía Þórunn. →40

Heimur Gabríelu „Ég er að opna hjarta mitt.“ →32

Í köldu stríði Íranar og Sádi-Arabar takast á um völd. →34

PLÚS 3 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● ATVINNA ● FERÐIR

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður

Á morgun er spáð hægum vindi og bjartviðri, en stöku éljum úti við norðurströndina. Fremur kalt í veðri.
SJÁ SÍÐU 50

Sóknarfærin í fjórðu iðnbyltingunni rædd

Á nýjum stað Nýsköpunarfyrirtækið Valka, sem hannar hátæknilausnir fyrir sjávarútveg, flutti á dögunum í nýtt húsnæði. Af því tilefni boðaði fyrirtækið til fagnaðar í gær og efndi jafnframt til ráðstefnu um sóknarfæri Íslendinga í fjórðu iðnbyltingunni. Helgi Hjálmarsson, framkvæmdastjóri Völku, sýndi Þórdísi Kolbrúnu Reykfjörð Gylfadóttur, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra, starfsemi fyrirtækisins. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Sunna Elvira Þorkelsdóttir hefur legið á spítala á Spáni.

Styttist í að Sunna komi heim frá Spáni

SAMFÉLAG „Það er bara núna á allra næstu dögum,“ segir Páll Kristjánsson, lögmaður Sunnu Elviru Þorkelsdóttur sem er laus úr farbanni og hyggur nú á heimkomu eftir að hafa lamast í slysi á heimili sínu í Malaga á Spáni í janúar.

„Það er ekki búið að negla niður dagsetninguna. Fjölskyldan fór út til hennar yfir páskahátíðina og það er bara verið að gera ráðstafanir með flug og annað slíkt. Mér skilst að það sé sjúkraflug á bið, búið að borga fyrir það, þannig að hún ætti að komast heim á allra næstu dögum,“ segir Páll. Greint var frá því í síðustu viku að farbanni sem Sunna hefur sætt undanfarnar vikur hefði verið aflétt. Sunna féll niður af svölum á heimili sínu í 17. janúar síðastliðinn með þeim afleiðingum að hún hlaut mænuskaða og er lömuð fyrir neðan brjóst.

Eiginmaður hennar, Sigurður Kristinsson, hefur setið í gæsluvarðhaldi síðan hann kom til Íslands eftir slysið, vegna gruns um aðild að fíkniefnainnflutningi. Í kjölfar þess máls var Sunna Elvira úrskurðuð í farbann úti á Spáni.

Aðspurður hvort Sunna sé komin með vegabréfið sitt og annað sem hún var svipt vegna farbannsmálsins segir Páll svo vera.

„Hún er komin með allt sem hún þarf, að mér skilst.“ – smj

Eigandi 10-11 selur verslanir

VIÐSKIPTI Samið hefur verið um að Samkaup kaupi valdar verslanir í eigu Basko.

Ekki er gefið upp hvaða verslana samkomulagið nær til en Basko rekur fjölda verslana undir vörumerki 10-11, Iceland, Háskólabúðin og Inspired By Iceland.

Samkaup rekur um 50 verslanir á 33 stöðum um allt land, bæði lágvöruverðsverslanir og aðrar. Helstu vörumerki Samkaupa eru Nettó, Kjörbúðin og Krambúð. Starfsmenn félagsins eru um 1.000 í rúmlega 500 stöðugildum.

Samkomulagið er enn háð fyrirvörum, meðal annars um áreiðanleikakönnun og samþykki Samkeppniseftirlitsins. Í tilkynningu sem send var fjölmiðlum vegna viðskiptanna er tekið fram að samningsaðilar muni ekki tjá sig frekar um viðskiptin þar til fyrirvörum hefur verið aflétt. – jhh

Apótek Garðabæjar

Gríptu lyfin á leiðinni heim

Apótek Garðarbæjar í alfaraleið

Litlatún 3, Garðarbæ | Sími 577 5010

Forstjóri norska STEFs hafnar íslenskri frásögn

Þáverandi framkvæmdastjóri höfundarréttarsamtakanna STEFs hafði eftir forstjóra systursamtakanna í Noregi að honum kæmi ekki á óvart að komið væri upp lagastuldarmál tengt Rolf Løvland. Norski forstjórinn neitar þeirri frásögn.

DÓMSMÁL „Þetta varðar alla höfunda,“ segir Jóhann Helgason tónlistarmaður um mál sitt gegn Universal Music og norska lagahöfundinum Rolf Løvland.

Jóhann segir að hann hafi á sínum tíma snúið sér til STEFs, sem gætir höfundarréttargreiðslna fyrir tónskáld hérlendis, vegna þess að hann taldi lagið You Raise Me Up í raun vera lag hans Söknuð sem út kom á árinu 1977. STEF hafi fengið tvo sérfræðinga til að meta lögin og þeir komist að því að þau væru sláandi lík.

STEF hafi í framhaldinu sent systursamtökum sínum í Noregi, TONO, erindi um málið í maí 2004 enda var Norðmaðurinn Rolf Løvland skráður höfundur You Raise Me Up. Jóhann rifjar upp að hann hafi á þessum tíma setið fund með þáverandi framkvæmdastjóra STEFs, Eiríki Tómassyni sem síðar varð dómari við Hæstarétt Íslands. Eiríkur hafi sagt frá símtali sem hann átti við Cato Strøm, forstjóra TONO, vegna málsins.

„Þá sagði Eiríkur að hann hefði heyrt í Cato og að Cato hefði sagt við sig að þetta kæmi sér ekki á óvart, þetta væri ekki í fyrsta skipti sem mál af þessu tagi kæmi á hans borð varðandi þennan höfund,“ segir Jóhann og bætir því við að hann hafi á fimmtudag rætt við Eirík til að ganga úr skugga um að þetta væri rétt munað. „Eiríkur sagðist muna vel eftir þessu og að ég mætti hafa það eftir honum.“

Cato, sem enn er forstjóri TONO, hafnaði þessari frásögn hins vegar algerlega í svari til Fréttablaðsins í gær. „Ég verð að undirstrika að ég hef aldrei sagt að Løvland sé, eða hafi verið viðriðinn önnur deilumál,“ segir í svari forstjóra TONO.

Jóhann Vilhjálmsson, sonur Vilhjálms Vilhjálmssonar sem samdi textann við Söknuð og söng, mætti á blaðamannafund tónskáldsins. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

> Þetta væri ekki í fyrsta skipti sem mál af þessu tagi kæmi á hans borð varðandi þennan höfund.
>
> Jóhann Helgason, tónlistarmaður

Á blaðamannafundi Jóhanns Helgasonar á miðvikudag dró Jon Kjell Seljseth, samstarfsmaður Løvlands, upp þá mynd af Løvland að hann hafi haft tilhneigingu til að fara frjálslega með höfundarvarið efni annarra tónskálda.

Jóhann segir að frá blaðamannafundi hans á miðvikudag hafi málið fyrst og fremst vakið athygli hér innanlands. Mikilvægt sé að það veki eftirtekt erlendis með fjölmiðlaumfjöllun svo það komi fyrir augu fjárfesta sem væru þá til í að leggja fé í málsókn ytra sem kosta muni yfir eitt hundrað milljónir.

„Ég vona það að minnsta kosti því málið er verðugt,“ segir tónskáldið.

gar@frettabladid.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

blómaval

HELGAR SPRENGJA

25% afsláttur
af allri LADY málningu

Aðeins fim-sun

30% afsláttur

Nilfisk
22.396 kr
~~31.995 kr~~
Háþrýstidæla Nilfisk
C130.1-8 X-tra - 130 Bör - 440l/klst
sjálfvirk ræsing og stöðvun
Hjól fyrir slöngu 8m
5254225

OUTBACK
SÚPER TILBOÐ
Gasgrill
Sunset Solo 3, 3ja brennara.
Grillflötur: 62,8x40,6 cm.
3000393
25.990 kr
~~36.990 kr~~

OUTBACK
SÚPER TILBOÐ
17.990 kr
~~20.990 kr~~
Gasgrill
2ja brennara með hliðaborði.
Grillflötur: 50x36 cm.
3000225

weber
FRÁBÆRT VERÐ
47.975 kr
Gasgrill Q2200
Gasgrill á fótum, Grillflötur: 39x54 cm,
ryðfrír brennari.
3000378

Nú er rétti tíminn til að klippa

BLACK+DECKER
25% afsláttur
8.996 kr
~~11.995 kr~~
Hekkklippur B+D BEHT251
450W - 50Cm blað - klippigeta 18mm
5083644

FRÁBÆRT VERÐ
2.995 kr
Greina- og hekkklippur
Green-it.
5084773

IKRA mogatec
FRÁBÆRT VERÐ
5.995 kr
Hekkklippur
Rafmagnshekkklippur, blaðalengd:
45 cm, klippigeta 16 mm.
5083759

Sjáðu verðið!

Allar pottaplöntur 30% afsláttur

Vorerika
10327408
599 kr

Hjólin eru komin
fyrir alla fjölskylduna

26.900 kr
Reiðhjól
16" Author Bello, hvítt og rautt. Hentar börnum sem eru 100-125 cm á hæð. Author Bello, Tektro bremsur Coasterhub 16" x 1,75 dekk. Grind úr álblöndu 6061.
3901370

AUTHOR
39.900 kr
Author Trophy 26"
Stell úr álblöndu, 3,3 kg.
Skipting: Shimanoty 21, 18 gírar,
Tektro V bremsur. Dekk: Author
Speed master 26"x2,0". Þyngd: 14,3 kg/19".
3901410-1

Byggjum á betra verði

husa.is

TÖLUR VIKUNNAR 01.04.2018 - 07.04.2018

2,5 milljarðar króna

er áætlað að komi í ríkiskassann á ári vegna gjaldtöku af ferðamönnum sem hefja á í upphafi árs 2020.

97%

skyldleiki er talinn vera með laginu Söknuði, eftir Jóhann Helgason tónlistarmann, og laginu You Raise Me Up eftir norskan lagahöfund.

38% ferðamanna

sem sögðust í könnun Ferðamálastofu vera með háar tekjur gistu í húsnæði í einkaeigu sumarið 2016. Veturinn 2013 til 2014 var hlutfall þessa hóps 5 prósent.

35%

þeirra sem þurfa innlögn á gjörgæslu á Íslandi vegna notkunar vímuefna deyja innan fimm ára.

10 manns

leituðu til bráðadeildar Landspítala um páskahelgina vegna ofskömmtunar lyfja.

113 milljónir króna voru tekjurnar vegna gjaldtöku við Kerið í fyrra. Hagnaður Kerfélagsins, eiganda Kersins í Grímsnesi, var 58 milljónir í fyrra.

Þrjú í fréttum
Söknuður, sóló og draumsýn

Jóhann Helgason
tónlistarmaður

sem freistar þess á ný að fá viðurkenndan höfundarrétt á laginu heimsfræga You Raise Me Up, sagðist ekki geta verið að naga sig í handarbökin í ruggustólnum. Afgerandi líkindi eru með þessu lagi og lagi Jóhanns, Söknuði. Kröfubréf hefur verið sent til útgáfurisans Universal Music.

Birgitta Jónsdóttir
fyrrverandi þingmaður Pírata

greindi frá því að hún væri hætt í hreyfingunni og gengi sátt frá borði pírataskútunnar. Hún væri ekki týpan sem nennti að vera bitur og sár. Hún væri hætt í þessari hljómsveit og komin í sólóband. Birgitta sagði fullt af frábæru fólki á þingi og fullt af flottum Pírötum en bætti við að það væru líka vitleysingar alls staðar.

Þorsteinn Víglundsson
þingmaður Viðreisnar

sagði að réttnefni á fjármálaáætlun ríkisstjórnarinnar væri fjármáladraumsýn. Áætlunin byggði á forsendum um hagvöxt sem væru í besta falli mjög bjartsýnar. Gengju þær eftir væri um að ræða einstakan atburð í íslenskri hagsögu. Ríkisstjórnin væri að tefla á tæpasta vað.

Meirihlutinn hangir á bláþræði vegna vafa um kjörgengi Einars

Fyrrverandi bæjarfulltrúar í Bjartri framtíð í Hafnarfirði og fulltrúar flokksins í nefndum og ráðum bæjarins elda nú grátt silfur. Annar bæjarfulltrúanna býr í Kópavogi en hefur skráð lögheimili hjá ættingjum í Hafnarfirði. Sitjandi forseti bæjarstjórnar hefur boðað fund í forsetanefnd um kjörgengi hans á mánudag.

HAFNARFJÖRÐUR „Það er ekki til þess að auka veg og virðingu bæjarstjórnar Hafnarfjarðar ef bæjarfulltrúar eru í raun að hagræða lögheimilisskráningu sinni til að geta setið í bæjarstjórn,“ segir Margrét Gauja Magnúsdóttir, sitjandi forseti bæjarstjórnar Hafnarfjarðar.

Kjörgengi Einars Birkis Einarssonar í bæjarstjórn verður tekið fyrir í forsetanefnd bæjarins á mánudaginn, en hann mun hafa flutt í Kópavog á miðju kjörtímabilinu en hafa lögheimili skráð hjá ættingjum í Hafnarfirði.

„Ef þetta er rétt, að bæjarfulltrúi í Hafnarfirði sé sannarlega með búsetu í öðru sveitarfélagi, þá þarf bara að ræða það finnst mér,“ segir Margrét og bætir við: „Það er lögfræðingur sem vinnur með forsetanefndinni og ég vil bara fá það upp á yfirborðið hver staðan er og hvort þetta er eðlilegt.“

Samkvæmt lögum um kosningar til sveitarstjórna er kjörgengi meðal annars háð skilyrði um lögheimili í viðkomandi sveitarfélagi.

Margrét segist munu ræða við Einar Birki um helgina til að heyra hans sjónarmið í málinu. Ekki náðist í Einar við vinnslu fréttarinnar.

Einar er annar tveggja fyrrverandi bæjarfulltrúa Bjartrar framtíðar í Hafnarfirði en þau Einar og Guðlaug Kristinsdóttir sögðu sig úr Bjartri framtíð á dögunum en hyggjast halda áfram í meirihlutasamstarfi með Sjálfstæðisflokknum út kjörtímabilið sem óháðir bæjarfulltrúar.

Gengið hefur á ýmsu í herbúðum Bjartrar framtíðar í Hafnarfirði á kjörtímabilinu sem er að líða. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

> **Það er ekki til þess að auka veg og virðingu bæjarstjórnar Hafnarfjarðar ef bæjarfulltrúar eru í raun að hagræða lögheimilisskráningu sinni til að geta setið í bæjarstjórn.**
>
> Margrét Gauja Magnúsdóttir, bæjarfulltrúi

Guðlaug hefur verið í leyfi að undanförnu og hefur varamaður hennar, Borghildur Sturludóttir, tekið sæti í bæjarstjórn í fjarveru hennar en mjög stirt mun vera milli þeirra.

Fyrir liggur að samlyndi innan Bjartrar framtíðar í Hafnarfirði hefur hangið á bláþræði um töluverða hríð. Nú er svo komið að alger klofningur er milli bæjarfulltrúanna tveggja annars vegar og þeirra fulltrúa sem Björt framtíð á í nefndum og ráðum bæjarins hins vegar og fari svo að Einar Birkir þurfi að láta af starfi sem bæjarfulltrúi vegna breyttrar búsetu, er ljóst að meirihlutinn stendur það tæpast af sér.

Haldi meirihlutinn stöðu sinni geta fulltrúar Bjartrar framtíðar í nefndum og ráðum hins vegar búist við því að þurfa að taka pokann sinn enda sitja þau í skjóli bæjarstjórnar Sjálfstæðisflokks og hinna tveggja óháðu fyrrverandi fulltrúa Bjartrar framtíðar. Samkvæmt heimildum blaðsins gæti tíðinda verið að vænta af örlögum þeirra á fundi bæjarstjórnar í næstu viku.

adalheidur@frettabladid.is

GLÆSILEG JEPPA- OG PALLBÍLASÝNING Í DAG

JEEP GRAND CHEROKEE MEÐ 33” BREYTINGU

RAM 3500 MEÐ 40” BREYTINGU

OPIÐ 12 - 16

Birt með fyrirvara um prentvillur.

Jeep

RAM

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

Umboðsaðili Jeep og RAM Trucks - Þverholti 6 - 270 Mosfellsbær - s. 534 4433 - www.jeep.is
www.ramisland.is - www.isband.is - isband@isband.is - Opið virka daga 10-18 - Laugardaga 12-16

SMÁRALIND

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR AF NÝJUM VÖRUM
SKOÐAÐU TILBOÐIN Á SMARALIND.IS

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FACEBOOK INSTAGRAM SNAPCHAT

PEUGEOT

PEUGEOT PARTNER

MEÐ BAKKMYNDAVÉL Á TILBOÐI

LÁTTU GÆÐIN VINNA MEÐ ÞÉR!

Peugeot Partner er hagkvæmur og lipur atvinnubíll sem býður upp á frábært vinnuumhverfi, sveigjanlegt flutningsrými og hagkvæmni í rekstri.

Sjálfvirk bakkmyndavél, Bluetooth og 7" snertiskjár.
Hraðastillir og aksturstölva með eyðslutölum.

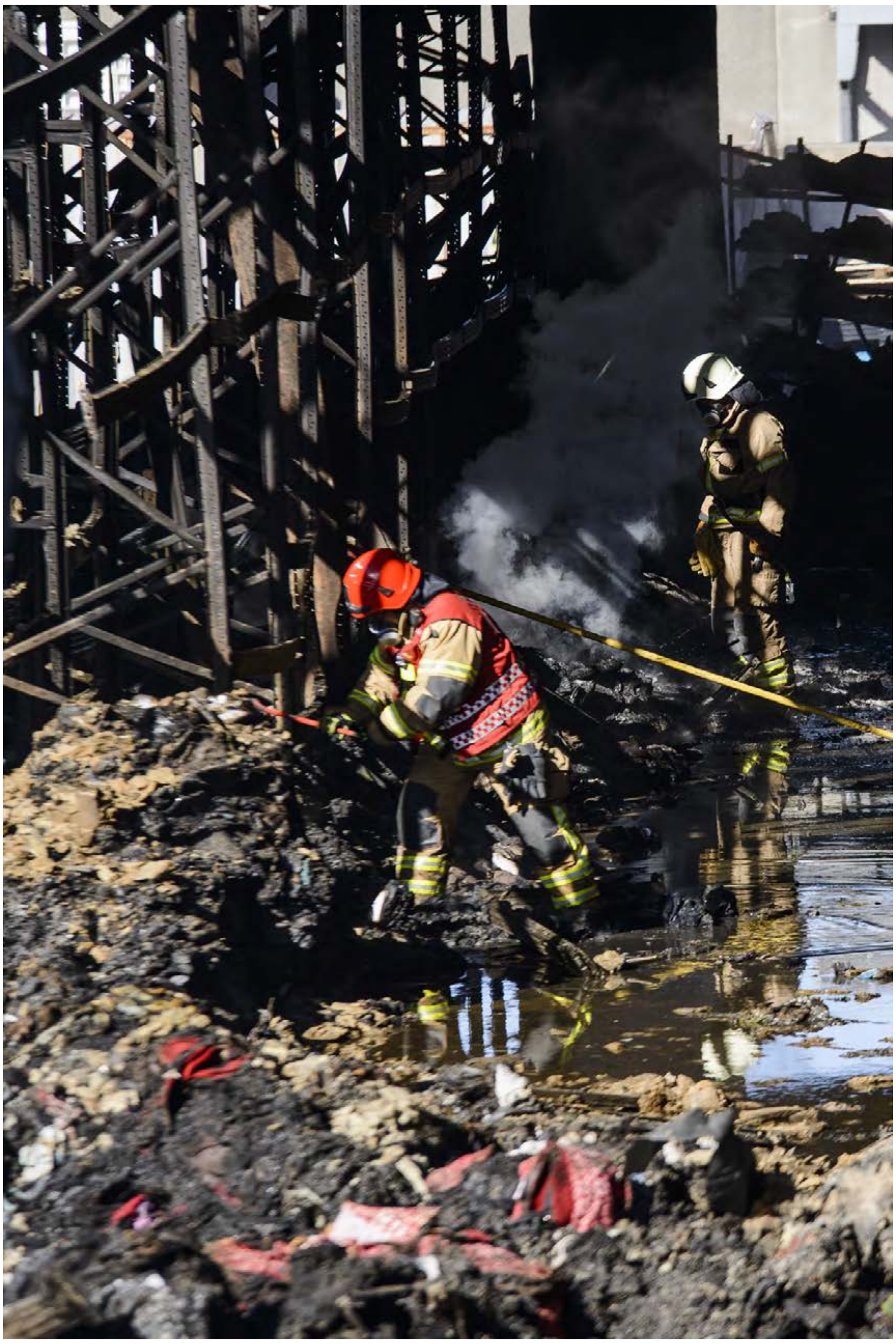
3ja sæta. Sveigjanlegt og gott innra rými sem hægt er að stilla eftir þörfum. 850 kg burðargeta og 3,3 m³ hleðslurými.

KOMDU OG KEYRÐU PEUGEOT PARTNER!

brimborg
Öruggur staður til að vera á

peugeotisland.is

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050



Slökkviliðsmenn voru fáliðaðir í gær enda margir sem þörfnuðust hvíldar eftir fyrri átök. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þreyttir eftir þrotlausa baráttu við eld og reyk

Slökkviliðsstjóri segir að það hafi verið bjartsýni að ætla sér að afhenda vettvang stórbrunans í Miðhrauni í hádeginu í gær. Lengri tíma tók að slökkva glæður í lagerrými hússins. Margir slökkviliðsmenn unnu í rúman sólarhring.

BRUNI „Þetta hefur tekið töluvert lengri tíma en við áttum von á, við vorum kannski svolítið bjartsýnir en það kemur ekki að sök. Þetta verður bara að fá að taka þann tíma sem það tekur," segir Jón Viðar Matthíasson, slökkviliðsstjóri á höfuðborgarsvæðinu, um stöðuna á vettvangi stórbrunans í Miðvangi 4 á fimmtudag.

Bjartsýnin sem Jón Viðar vísar þarna í snýr að þeim áætlunum slökkviliðsins að ná að afhenda lögreglu vettvanginn um hádegisbil í gær til rannsóknar.

„Það gekk ekki eftir. Vinnan í miðrýminu, þar sem lagerinn var, tók lengri tíma og það voru fleiri og stærri hreiður í hrúgunni sem þurfti að vakta og slökkva í."

Slökkviliðið hefur því farið sér að engu óðslega og vilja menn ganga úr skugga um öryggi rústanna áður en lögreglu er hleypt að vettvangi. Jón Viðar segir það enda ekki hafa verið aðaláhyggjuefnið í gær.

> Vinnan í miðrýminu, þar sem lagerinn var, tók lengri tíma og það voru fleiri og stærri hreiður í hrúgunni sem þurfti að vakta og slökkva í.
>
> Jón Viðar Matthíasson, slökkviliðsstjóri höfuðborgarsvæðisins

„Þetta tekur bara tíma. Það hefur verið erfitt hjá okkur hreinlega að manna í dag [gær]. Fólk var náttúrulega þreytt og þarfnast hvíldar þannig að við höfum verið þunnskipuð í dag [gær], sem er bara eðlilegt eftir svona mikil átök."

Slökkviliðsstjórinn segir marga hafa staðið mjög vaktina lengi í kjölfar brunans.

„Sólarhring eða jafnvel meira. Svo bilaði hjá okkur bíll, sem kom ekki að sök í þessari vinnu á vettvangi, en bara að koma honum í lag tók þrotlausa vinnu í einn og hálfan sólarhring. Þannig að þetta tekur á, en allt tekur þetta enda og bjartari tímar koma."

Slökkviliðið fylgdi nokkrum fulltrúum lögreglunnar um brunasvæðið og nærri rústunum seinnipartinn í gær en Jón Viðar segir að það hafi ekki verið eiginleg rannsókn á vettvangi. Lögreglumenn hafi aðeins verið að fá yfirsýn yfir vettvanginn. Staðan verður tekin í dag, föstudag, og rannsóknaraðilum þá hugsanlega afhentur vettvangurinn. mikael@frettabladid.is

OUTLET

HOLTAGARÐAR

SÍÐASTI DAGUR

AUKA

50%

afsláttur

AF ÖLLUM VÖRUM

OPIÐ LAUGARDAG 12-18

Heimilislæknastöðin Uppsölum, Kringlunni, hættir starfsemi

Læknarnir
Einar Rúnar Axelsson,
Oddur Steinarsson
og Ragnar Victor Gunnarsson,
sérfræðingar í heimilislækningum, **hafa flutt læknastofur sínar í Heilsugæsluna Lágmúla, Lágmúla 4 Reykjavík.**

Tímapantanir alla virka daga í síma 595 1300.

OPIÐ FYRIR UMSÓKNIR

MEÐ SKAPANDI HUGSUN BREYTUM VIÐ ...

Bakkalárnám 9. apríl
Arkitektúr
Fatahönnun
Grafísk hönnun
Vöruhönnun
Myndlist
Sviðshöfundabraut
Hljóðfæri / Söngur
Hljóðfærakennaranám
Rytmískt kennaranám
Kirkjutónlist
Skapandi tónlistarmiðlun
Tónsmíðar / Nýmiðlar

Alþjóðlegt meistaranám 30. apríl
Meistaranám í sviðslistum
Meistaranám í hönnun
Meistaranám í myndlist
Meistaranám í tónsmíðum
Sköpun, miðlun og frumkvöðlastarf (NAIP)

Meistaranám 11. maí
Meistaranám í listkennslu (diplóma og aðfaranám)
Meistaranám í söng- og hljóðfærakennslu

Upplýsingar um umsóknar- og inntökuferli má finna á lhi.is

LISTAHÁSKÓLI ÍSLANDS
Iceland University of the Arts

Það var Menntasjóður Viðskiptaráðs Íslands sem stóð að stofnun Háskólans í Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Breyta þarf fleiru en fjármagnstekjuskatti

Vísinda- og tækniráð hefur rætt nauðsyn þess að gera breytingar á skattlagningu styrkja til háskóla. Rektor HR telur að vilji sé til breytinga. Breyta þurfi fleiru en fjármagnstekjuskattinum.

MENNTUN Breyta þarf fleiru en fjármagnstekjuskatti svo að skattaumhverfi fyrir þá styrki sem háskólar fá sé sambærilegt við skattaumhverfið í þeim löndum sem Íslendingar vilja helst bera sig saman við. Þetta segir Ari Kristinn Jónsson, rektor Háskólans í Reykjavík.

Fréttablaðið greindi frá því á dögunum að Háskólasjóður Eimskipafélags Íslands, sem styrkir stúdenta til náms við Háskóla Íslands, greiðir að jafnaði álíka mikið í fjármagnstekjuskatt og hann veitir í styrki. Væri skattaumhverfið hér sambærilegt við umhverfið erlendis gæti sjóðurinn úthlutað hér um bil tvöfalt meiri styrkjum.

Ari segir að Eimskipssjóðurinn hafi sérstöðu vegna þess að úr þeim sjóði sé fyrst og fremst úthlutað af tekjum sem fást með ávöxtun sjóðsins. Fjármagnstekjuskatturinn leggst á fjármagnstekjur af sjóðnum sjálfum og skerðir þá upphæð sem hægt er að úthluta á hverju ári. Fjármagnstekjuskattur hafi hins vegar takmörkuð áhrif á framlög eða sjóði þar sem gengið er á höfuðstólinn.

„Hitt er að í mörgum löndum er það þannig að fyrirtæki eða einstaklingar sem eru tilbúnir að setja fjármuni í styrki í háskóla eða rannsóknarstarfsemi fá oft veittan skattaafslátt á móti. Þetta er til dæmis ein af driffjöðrunum í Bandaríkjunum þar sem gríðarlega miklir fjármunir koma frá atvinnulífinu og einstaklingum til að styðja við þá öflugu háskólastarfsemi og rannsóknarstarfsemi sem þar fer fram,“ segir Ari. Það sé mjög mikilvægt fyrir háskóla- og vísindastarf á Íslandi að breyta skattaumhverfinu í átt að því sem best gerist í öðrum löndum.

„Það væri mjög áhugavert að taka þessa umræðu og færa hana upp á almennara plan, að horfa til fjármagnstekjuskattsins, að horfa til skattaafsláttar fyrir framlög í sjóði eða annað sem styrkir háskólastarfsemi og síðast en ekki síst á virðisaukaskatt og aðra skatta sem leggjast á starfsemi sem er studd beint af framlögum úr samkeppnissjóðum eða slíku,“ segir Ari.

Hann segir að það sé áhugi hjá yfirvöldum fyrir því bæta úr. Málið hefur meðal annars verið sett á stefnuskrá hjá Vísinda- og tækniráði sem mótar opinbera stefnu í vísindum og tækni á Íslandi.

„Ég held að þetta sé fyrst og fremst spurning um forgangsröðun. Ég held að stjórnvöld myndu ekki sjá eftir viðbótaraurum í góða rannsóknar- og þróunarstarfsemi og háskólastarfsemi,“ segir hann.

jonhakon@frettabladid.is

> Ég held að þetta sé fyrst og fremst spurning um forgangsröðun.

Ari Kristinn Jónsson, rektor Háskólans í Reykjavík

reykjavik.is/midborgarsjodur

MIÐBORGAR + SJÓÐUR =

Eflum miðborgina. Auglýst er eftir umsóknum um styrki til verkefna úr Miðborgarsjóði.

Markmið sjóðsins er að stuðla að fjölbreytni, frumkvæði, nýsköpun og rannsóknum til að efla miðborgina.

Við hvetjum alla til að sækja um. Nánari upplýsingar eru að finna á síðu sjóðsins.

Umsóknir þurfa að berast rafrænt fyrir **29. apríl** nk.

facebook.com/midborgrvk

Fálki á flugi. NORDICPHOTOS/GETTY

Fálkavinir finna fyrir samstöðu

NÁTTÚRA Nú þegar hefur einn einstaklingur boðist til þess að gefa Fálkasetrinu í Ásbyrgi andvirði myndavélar. Það gerðist eftir að Fréttablaðið greindi frá því í vikunni að Fálkasetrið stefndi að því að koma upp vélum við hreiður til að fæla frá eggjaþjófa. Varpi nokkurra fálkapara hefur verið spillt undanfarin ár með því að taka egg úr hreiðrunum. Aðalsteinn Örn Snæþórsson, líffræðingur og formaður Fálkasetursins, segir að nú sé beðið eftir heimild frá umhverfisráðuneytinu til þess að fá að setja slíkar myndavélar upp. – jhh

KIA

The Power to Surprise

Reynsluaktu Kia til að sigra!

Allir sem reynsluaka Kia í mars og apríl eiga möguleika á að **vinna flug, gistingu og miða fyrir tvo á leik Argentínu og Nígeríu í St. Pétursborg**, þann 26. júní. Ekki missa af þessu tækifæri! Komdu og reynsluaktu, heppnin gæti verið með þér í liði.

Við tökum vel á móti þér í Bílaumboðinu Öskju og hjá söluumboðum Kia um land allt.

Kia cee'd SW World Cup Edition á HM tilboði frá:

2.990.777 kr.

Verð áður: ~~3.190.777 kr.~~

ASKJA

ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is · kia.com
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland

Kolbrún Baldursdóttir leiðir lista Flokks fólksins

SVEITARSTJÓRNARMÁL Kolbrún Baldursdóttir sálfræðingur leiðir lista Flokks fólksins í borginni í sveitarstjórnarkosningum sem fram fara í maí.

„Við ætlum að setja fólkið í fyrsta sæti,“ segir Kolbrún og heldur áfram: „Fæði, klæði og húsnæði fyrir alla.“ Kolbrún segir flokkinn vilja koma á fót embætti hagsmunafulltrúa aldraðra sem hafi það hlutverk að búa til heildstætt kerfi sem heldur utan um aðhlynningu aldraðra. Þá vill flokkurinn kalla eftir samvinnu við ríkið og lífeyrissjóði til að koma á fót öflugu félagslegu húsnæðiskerfi fyrir efnaminna fólk.

„Ég er að tala um fólkið sem er verst sett, sem býr inni á foreldrum sínum eða vinum, fólkið sem býr í iðnaðarhúsnæði sem er ósamþykkt og fólkið sem hefur hreinlega flúið borgina. Við erum að tala um láglaunafólk, fjölskyldufólk. Þetta er fólkið sem við viljum setja í forgang. Við viljum algjörlega endurstokka forgangsröðun núverandi meirihluta,“ segir Kolbrún og kveður meirihlutann hafa vanrækt fleiri málaflokka. „Það eru margir vanræktir málaflokkar, eins og málefni aldraðra, málefni öryrkja og svo framvegis. Þau hafa viljað setja aðra hluti framar. Við viljum breyta þessu og byggja grunninn fyrir fólkið. Svo verða aðrir hlutir að koma þar á eftir.“

Annað sæti listans skipar Karl Berndsen hárgreiðslumeistari en í þriðja sæti er Ásgerður Jóna Flosadóttir, formaður Fjölskylduhjálpar Íslands. **– ósk**

> **Við viljum algjörlega endurstokka forgangsröðun núverandi meirihluta.**
>
> Kolbrún Baldursdóttir, sálfræðingur

FÉLAG TÆKNIFÓLKS Í RAFIÐNAÐI

AÐALFUNDUR 2018

Aðalfundur FTR verður haldinn miðvikudaginn **18. apríl 2018, kl. 17.00,** á Stórhöfða 31, fjórðu hæð

DAGSKRÁ:
1. Skýrsla stjórnar.
2. Samþykkt reikninga
3. Lagabreytingar.
4. Kosningar.
5. Tillaga að sameiningu við Félag sýningarmanna við kvikmyndahús.
9. Önnur mál.

Reykjavík 7. apríl 2018

Kveðja, stjórnin

Þunglyndi og kvíði eftir heimilisofbeldi

Um þriðjungur barna sem höfðu upplifað og/eða orðið vitni að heimilisofbeldi og sótt meðferð hjá Barnaverndastofu glímdi við sjálfsvígshugsanir og mörg þjáðust af kvíða og þunglyndi. Rúmlega helmingur hafði orðið fyrir einelti.

HEILBRIGÐISMÁL Mikilvægt er að heilbrigðisstarfsfólk og aðrir fagaðilar sem koma að málum barna sem sýna merki um vanlíðan séu upplýstir um að gerendur í heimilisofbeldismálum kunni að halda áfram áreitni á heimili barns þótt ofbeldismaðurinn sé fluttur út af heimilinu. Þetta kemur fram í grein sem birt er í nýútkomnu hefti Sálfræðiritsins – Tímariti Sálfræðingafélags Íslands.

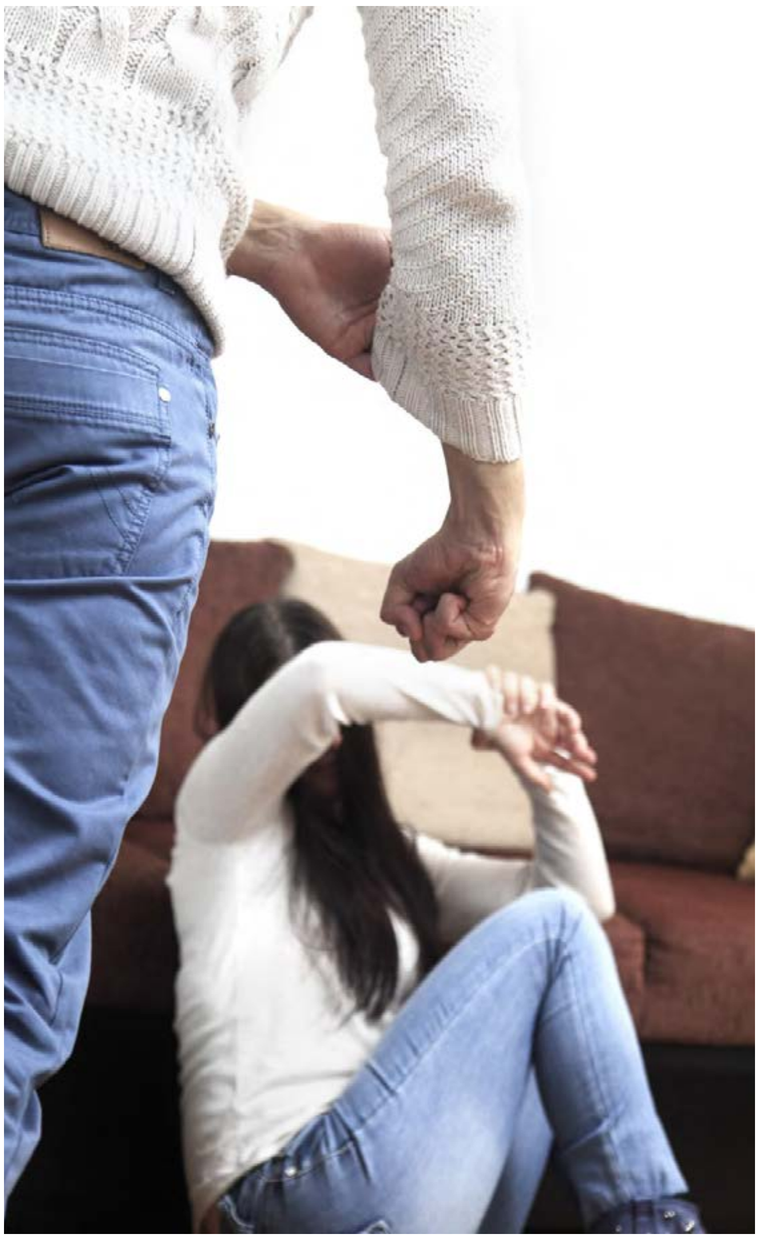
Í greininni eru birtar niðurstöður rannsóknar tveggja sálfræðinga á hegðun og líðan íslenskra barna sem hafa orðið fyrir og/eða orðið vitni að ofbeldi á heimili sínu. Þátttakendur í rannsókninni voru 28 börn sem tóku þátt í hópmeðferð á vegum Barnaverndarstofu fyrir börn sem hafa upplifað og/eða orðið vitni að slíku ofbeldi.

„Tæplega 30% barnanna bjuggu enn á sama heimili og sá aðili sem beitti það og/eða aðra á heimili þeirra ofbeldi. Helmingur af heildarfjölda þátttakenda bjó á heimili sem gerandi áreitti enn þá í óþökk heimilismeðlima og í nokkrum tilfellum voru þátttakendur í umgengni við geranda sem var þá fluttur út af heimilinu, en gerandi áreitti engu að síður enn þá heimilið. Niðurstöður benda því til þess að þrátt fyrir að gerendur hafi verið fluttir út af heimili meirihluta þátttakenda þá hafi gerendur engu að síður haldið áfram að áreita heimili þeirra og því hafi ofbeldinu í raun ekki verið endanlega lokið,“ segir í greininni sem byggð er á rannsókn þeirra Lucindu Árnadóttur, sálfræðings hjá Skólaþjónustu Árborgar, og Urðar Njarðvík, dósents við sálfræðideild Háskóla Íslands.

Í greininni kemur fram að hátt hlutfall barnanna, eða rétt um 54 prósent, hafði orðið fyrir einelti, 30 prósentum leið illa eða mjög illa í skóla og tæplega 36 prósent höfðu greint frá sjálfsvígshugsunum. Þá sýndu niðurstöðurnar að 30 prósent barnanna voru með einkenni kvíða yfir klínískum mörkum og 20 prósent voru yfir klínískum mörkum þunglyndis.

Í greininni segir að smæð úrtaksins sé helsti annmarki rannsóknarinnar. „Úrtakið flokkast undir klínískt úrtak en rannsóknir sýna að börn úr klínískum úrtökum sýna yfirleitt meiri vanda heldur en börn sem ekki er vísað í meðferð.“

jonhakon@frettabladid.is



Á vegum Barnaverndarstofu er rekin hópmeðferð fyrir börn sem hafa sætt ofbeldi heima hjá sér eða orðið vitni að því á heimilinu. NORDICPHOTOS/GETTY

Yfir 10 prósent upplifað eða orðið vitni að ofbeldi

Tvær rannsóknir hafa verið gerðar til að kanna tíðni heimilisofbeldis gegn börnum á Íslandi. Þessar rannsóknir sem hafa verið gerðar á vegum fyrirtækisins Rannsóknir og greining og UNICEF á Íslandi benda til þess að allt að 10-13 prósent ungmenna á Íslandi hafi orðið vitni að líkamlegu ofbeldi og/eða orðið fyrir líkamlegu ofbeldi. Annmarkar á framkvæmd þeirrar rannsóknar voru þeir að hún byggði einungis á sjálfsmati unglinganna. Rannsókn þeirra Lucindu og Urðar byggði hins vegar bæði á niðurstöðum hálfstaðlaðs viðtals við forráðamenn og sjálfsmatskvarða sem lagðir voru fyrir börnin.

Löggan leysti upp spilakvöld

LÖGREGLUMÁL Sex einstaklingar voru handteknir um síðustu helgi þegar lögreglan leysti upp spilakvöld í húsnæði við Síðumúla. Þetta staðfestir Ævar Pálmi Pálmason, lögreglufulltrúi hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu, við Fréttablaðið. Á staðnum voru menn að spila póker.

Lögreglan, sem fékk veður af því að á staðnum væri verið að iðka ólöglega starfsemi, þurfti að sögn Ævars að brjóta sér leið inn á staðinn. Þeir sem voru viðstaddir opnuðu ekki fyrir lögregluþjónum.

Pókerborð og annar búnaður sem notaður er til að spila póker var haldlagður. Áfengi og reiðufé var einnig gert upptækt en ekki fást upplýsingar um hversu háar upphæðir það voru.

Mönnunum sex var sleppt eftir yfirheyrslur, daginn eftir. **– bg**

KASTARA-DAGAR

50% AFSLÁTTUR AF KÖSTURUM

RAFVÖRUMARKAÐURINN

Rafvörumarkaðurinn við Fellsmúla | 108 Reykjavík | Sími: 585 2888

OPIÐ ALLA DAGA

HYBRID **Orkuskiptin eru hafin!** Gríptu tækifærið og kauptu Hybrid á góðum kjörum.

Nýr Prius Plug-in Hybrid

Komdu á Hybrid stórsýningu um helgina hjá öllum viðurkenndum söluaðilum Toyota á Íslandi, þar sem við afhjúpum nýjan og enn náttúruvænni Prius Plug-in Hybrid. Við lítum á það sem ábyrgðarhlutverk að leiða Hybrid byltinguna og **þess vegna bjóðum við alla okkar Hybrid bíla á sérstaklega góðum kjörum.** Til viðbótar forsýnum við í Kauptúninu vetnisbílinn **Mirai,** umhverfisvænt tækniundur sem tekið verður eftir. Aktu í lið með 11 milljónum ánægðra Hybrid eigenda.

- **Kynntu þér RAV4 Hybrid og C-HR Hybrid á frábæru verði.**
- **Fjórfaldir Vildarpunktar Icelandair fylgja öllum Hybrid bílum á sýningardag.**
- **Kynntu þér Toyota FLEX, nýja leið til að eignast Toyota bifreið, á www.toyota.is**

RAV4 Hybrid

C-HR Hybrid

Vildarpunktar Icelandair með öllum nýjum Toyotum

5 3+2 ÁBYRGÐ FLEX

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19

Toyota Selfossi
Fossnesi 14

Sjá nánar um Vildarpunktasöfnun á www.toyota.is. Fyrirvari við 5 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. Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

Tengdasyni Pútíns refsað

BANDARÍKIN Ríkisstjórn Donalds Trump, forseta Bandaríkjanna, tilkynnti í gær refsiaðgerðir gegn sjö rússneskum auðjöfrum sem tengjast Vladímír Pútín forseta nánum böndum auk tólf fyrirtækja þeirra. Á meðal þeirra eru Óleg Derípaska, sem var eitt sinn náinn fyrrverandi kosningastjóra Trumps, Paul Manafort, og Kírill Sjamalov, sem kvæntur er dóttur Rússlandsforseta.

„Rússneskir ólígarkar og sú elíta sem hagnast á spillingu í Rússlandi mun ekki lengur komast upp með að einangra sig frá afleiðingum skaðlegra áhrifa þeirra,“ sagði Steven Mnuchin, fjármálaráðherra Bandaríkjanna, í yfirlýsingu í gær. **– þea**

Lög um fjölda starfsmanna á leikskólum

NOREGUR Frá og með 1. ágúst verður leikskólum í Noregi skylt að hafa lágmarksfjölda starfsmanna, einn fullorðinn á þrjú börn yngri en þriggja ára og einn fullorðinn á sex börn eldri en þriggja ára.

Haft er eftir menntamálaráðherra Noregs, Jan Tore Sanner, að tryggja verði að nógu margir fullorðnir séu með börnin, sama í hvaða leikskóla þau ganga.

Landssamtök einkarekinna leikskóla segja að mögulega þurfi að loka fjórðungi lítilla leikskóla vegna kröfu um lágmarksmönnun. **– ibs**

Geðdeyfðarlyf trompa lyfleysu

Ný samanburðarrannsókn á virkni mismunandi tegunda geðdeyfðarlyfja sýnir fram á ótvíræðan ávinning af notkun þeirra í samanburði við lyfleysumeðferð. Dregur vonandi úr efasemdum um virkni lyfjanna.

HEILBRIGÐISMÁL Notkun geðdeyfðarlyfja við alvarlegu þunglyndi (MDD) ber meiri árangur en lyfleysumeðferð. Þetta er niðurstaða nýrrar samanburðarrannsóknar sem unnin var af vísindamönnum við Oxford-háskóla.

Virkni geðdeyfðarlyfja til að hjálpa einstaklingum að eiga við geðraskanir á borð við þunglyndi er almennt viðurkennd. Hins vegar hafa verið skiptar skoðanir um hve mikill ávinningurinn er í samanburði við lyfleysu. Þessi nýja og yfirgripsmikla rannsókn virðist svara þeirri spurningu.

Niðurstöður rannsóknarinnar voru birtar í læknaritinu The Lancet á dögunum en hún tekur til 522 birtra og óbirtra tvíblindra slembirannsókna á árunum milli 1979 og 2016. Niðurstöður þessara rannsóknar voru keyrðar saman en alls tóku þær til 116.477 einstaklinga. Af þeim voru 87.052 sjúklingar sem fengu eitt af 21 geðdeyfðarlyfi sem tekið var til rannsóknar, en 29.425 fengu lyfleysu.

Þó að töluverður munur hafi verið á virkni lyfjanna þá sýndu þau í öllum tilfellum fram á betri virkni en lyfleysa.

Jafnframt taka vísindamennirnir fram að þessar niðurstöður eigi aðeins við fullorðna einstaklinga, ekki börn og unglinga. Þeir segja lyfið Flúoxetín líklega eina geðdeyfðarlyfið sem geti dregið úr einkennum þunglyndis hjá þessum aldurshópi.

Engilbert Sigurðsson, prófessor í geðlæknisfræði og yfirlæknir á geðsviði Landspítala, bendir á að meðferðarsvörun við lyfleysumeðferð er meiri í meðferð þunglyndis en meðferð annarra algengra geðraskana. Viti sjúklingur að það séu helmingslíkur á að hann fái viðurkennt lyf eða lyfleysu, þá ýtir það frekar undir bata af þunglyndi en að taka enga töflu.

Hann segir ávinning rannsóknarinnar ekki síst þann að höfundarnir söfnuðu einnig niðurstöðum sem ekki hafa verið birtar opinberlega.

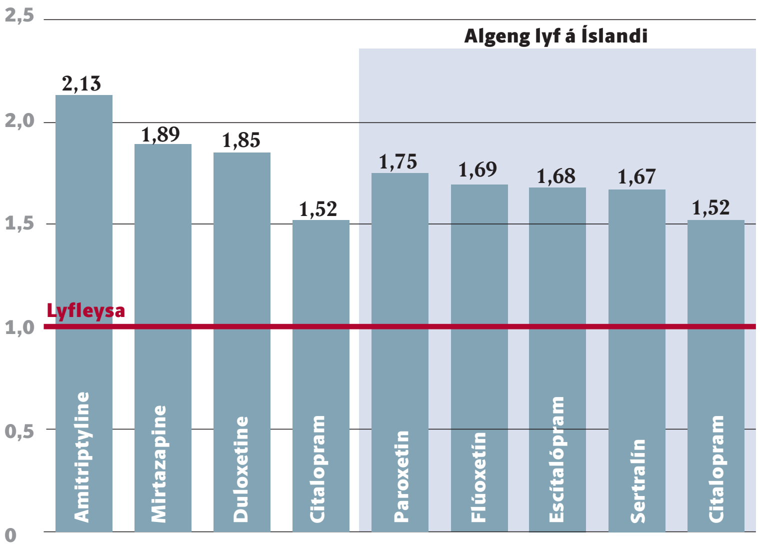
„Því hefur endurtekið verið haldið fram af efasemdarmönnum að ef það tækist að ná í niðurstöður óbirtra greina þá kæmu þunglyndislyfin mun verr út en áður hefur verið haldið fram,“ segir Engilbert. „Þessar niðurstöður sýna hins vegar mjög svipaða mynd og kom fram í samantekt sömu höfunda árið 2009 þar sem mikið skorti á aðgang að óbirtum rannsóknum.“

Höfundar rannsóknarinnar vonast til þess að niðurstöðurnar verði til þess að styðja að enn öflugri gagnreyndum lækningum og að þær fræði sjúklinga, lækna og þá sem koma að opinberri stefnumótun um virkni geðdeyfðarlyfja.

„Það hefur í raun vart verið deilt um það meðal lækna að þunglyndislyf skila árangri, heldur frekar hversu mikill ávinningurinn er í samanburði við lyfleysumeðferð,“ segir Engilbert. „Það má þó alltaf finna tortryggna einstaklinga í röðum lækna og fræðimanna og almennings sem sjá samsæri í flestum hornum.“

Rannsóknin tók til alvarlegs til miðlungssvæsins þunglyndis. Alvarlegt þunglyndi er geðröskun sem herjar á 350 milljónir um allan heim. **kjartanhreinn@frettabladid.is**

Virkni valdra geðdeyfðarlyfja*



*Virkni geðdeyfðarlyfja út frá líkum á að þau beri meiri ávinning en lyfleysa. 1 og minna er ekki betra en lyfleysa.

350 milljónir manna um allan heim glíma við alvarlegt þunglyndi.

FRUMSÝNING

RAM

VELKOMIN(N) Á GLÆSILEGA PALLBÍLASÝNINGU
Í DAG Á MILLI KL. 12 - 16

RAM 3500 LIMITED MEÐ
40" BREYTINGU

Birt með fyrirvara um prentvillur.

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

Umboðsaðili Ram Trucks á Íslandi - Þverholti 6 - 270 Mosfellsbær - s. 534 4433
www.ramisland.is - www.isband.is - isband@isband.is - Opið virka daga 10-18 - Laugardaga 12-16

Full búð af nýjum vörum!

20% afsláttur af öllum vörum frá Camerich og Mobliberica!

Camerich Era tungusófi (ath. hægt að setja saman á mismunandi hátt)
Verð kr. 585.000,-, **nú kr. 468.000,-**

Teppi Elvang, kr. 15.900,-

Camerich Ex sófaborð 120x80 cm,
verð frá kr. 106.000,- , **nú kr. 84.800,-**

PB home körfur, verð frá kr.6.800,-

Camerich Crescent áklæðissófi,
verð frá kr. 324.000,-, **nú frá kr. 259.200,-**
sófasett 3+1+1 662.000,-, **nú kr. 529.600,-**

Leðursófasett idp Sphera 3+1+1, verð kr. 796.000,-, **nú kr. 636.800,-**
3ja sæta sófi stakur verð kr. 380.000,-, **nú kr. 304.000,-**

Blómavasi LSA, kr. 3.900,-

Camerich Teri hliðarborð,
settið verð kr. 76.000,-, **nú kr. 60.800,-**

PB home spegill 60 og 90 cm
verð kr 13.800,- og kr. 33.800,-

Hübsch lampi
verð kr. 46.700,-

Day Home púði
verð kr. 11.800,-

Mobliberica borðstofuborð m/keramikplötu
Stærð; 100x200 cm (300 cm m/stækkunum)
þverð kr. 590.000,-, **nú kr. 472.000,-**

HEIMAHÚSIÐ

Ármúla 8 - 108 Reykjavík - Sími 568 42 42 - www.heimahusid.is. Opið virka daga 10 -18, laugardaga 11 -16.

Ford VOLVO mazda PEUGEOT CITROËN

BÍLAFJÖR BRIMBORGAR

LAUGARDAG FRÁ 12-16

Komdu í Bílafjör Brimborgar í dag.
Brimborg býður upp á yfir 500 gerðir bíla,
frábært verð og framúrskarandi þjónustu.
– við eigum rétta bílinn fyrir þig!

GLÆSILEGIR NÝIR BÍLAR!

ÚRVAL OG ÞJÓNUSTA

CITROËN C3 AIRCROSS

CITROËN ÞÆGINDI

Verð frá: 2.990.000 kr.

MAZDA CX-5

FULLKOMINN Í FERÐALAGIÐ
ELSKAÐU AÐ KEYRA

Verð frá: 5.190.000 kr.

VOLVO XC60

HEIMSBÍLL ÁRSINS 2018
JEPPI ÁRSINS Á ÍSLANDI 2018
VALINN ÖRUGGASTI BÍLL Í HEIMI

Verð frá: 6.790.000 kr.

WINNER WORLD CAR AWARDS 2018 WORLD CAR OF THE YEAR

BÍLL ÁRSINS 2018

EURO NCAP BEST OVERALL PERFORMER 2017

CITROËN C3

MEIRA EN 25 ALÞJÓÐLEG VERÐLAUN!

Verð frá: 2.090.000 kr.

ALLT Á EINUM STAÐ

FORD KA+ ULTIMATE

5 DYRA OG 5 GÍRA
STÓRI SMÁBÍLLINN

Verð frá: 1.790.000 kr.

PEUGEOT 2008 ALLURE

SJÁLFSKIPTUR MEÐ BAKKMYNDAVÉL

Verð frá: 3.250.000 kr.

SKOÐAÐU ÚRVALIÐ FRÁ
FORD, VOLVO, MAZDA, CITROËN OG PEUGEOT HJÁ BRIMBORG

Ekki missa af fjörinu!
– Komdu í Brimborg í dag

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5

brimborg.is

brimborg
Öruggur staður til að vera á

FRÉTTABLAÐIÐ.IS
Stendur undir nafni

Viktor Orbán er vinsæll í Ungverjalandi. Flokkur hans, Fidesz, mælist með langmest fylgi. NORDICPHOTOS/AFP

Með tvöfalt meira fylgi en næsti flokkur á eftir

Kosið verður til þings í Ungverjalandi á morgun. Flokkur forsætisráðherra mælist langstærstur. Búist við því að valdatíð Viktors Orbán verði enn lengri.

UNGVERJALAND Ungverjar ganga að kjörborðinu á morgun og kjósa nýtt þing. Verða það áttundu kosningarnar þar í landi frá því valdatíð kommúnistaleiðtogans János Kádár leið undir lok og jafnframt þær áttundu þar sem Viktor Orbán forsætisráðherra leiðir flokk sinn, Fidesz. Ef marka má skoðanakannanir stefnir í að Fidesz fái nú flesta menn kjörna í fimmta sinn.

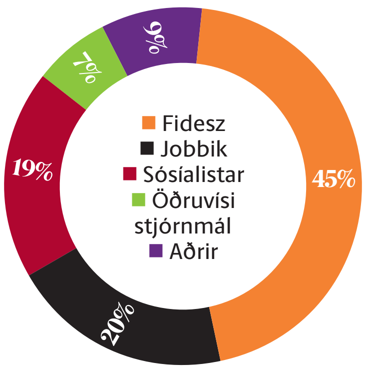
Staða Fidesz er sterk. Flokkurinn býður nú fram með Kristilegum demókrötum eftir að hafa verið með þeim í ríkisstjórn á kjörtímabilinu. Framboðið mælist með 45 prósenta fylgi í nýrri könnun Publicus og er því með meira en tvöfalt fylgi næststærsta flokksins, Jobbik, sem mælist í 20 prósentum.

Kosningabarátta Fidesz hefur að miklu leyti snúist um útlendinga. Þá einna helst flóttafólk. Rímar það vel við verk Orbáns á forsætisráðherrastóli enda hefur flokkurinn endurtekið sett sig upp á móti öðrum ríkjum Evrópusambandsins þegar kemur að móttöku flóttafólks.

Í stefnuræðu Orbáns í febrúar fólst kjarninn í málstað Fidesz. Varaði hann við því að óveðursský hrönnuðust nú upp yfir Evrópu. Einungis Fidesz gæti varið álfuna fyrir íslamsvæðingu. „Við teljum að kristnin sé síðasta von Evrópu. Ef hundruðum milljóna ungmenna er leyft að flytja hingað norður á bóginn mun þrýstingurinn á Evrópu margfaldast. Ef þessi þróun heldur áfram munu múslimar vera í meirihluta í stórborgum Evrópu.“

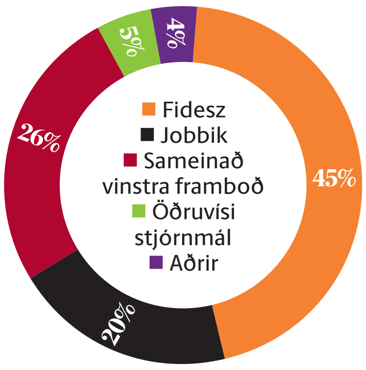
Sterk staða Orbáns þykir áhyggjuefni fyrir valdamenn í vestri, að því er skýrandi Washington Post hélt fram á dögunum. Sagði skýrandinn Orbán lýðskrumara, harðasta andstæðing flóttamanna, meistara hræðsluáróðurs og alvarlegri ógn við Evrópusambandið en útganga Bretlands. Undir hans stjórn hafi heilsu lýðræðisins í Ungverjalandi hrakað, þótt lýðræðið þar sé þó enn líkara því sem þekkist í vestri en til dæmis í Rússlandi.

Fylgi flokka nú



Heimild: Könnun Publicus frá 3. apríl

Kosningar 2014



Afar líklegt er að Fidesz og Kristilegir demókratar haldi meirihluta sínum á þinginu. Þá sérstaklega í ljósi stjórnarskrárbreytinga og breytinga á kosningalögunum sem Orbán-stjórnin gerði snemma á áratugnum og hafa reynst flokknum vel og skilað fleiri þingmönnum en hann fengi ef einungis væri horft til fjölda atkvæða.

Fleiri eru þó í framboði. Gábor Vona leiðir Jobbik og er spáð 20 prósenta fylgi. Flokkurinn hefur fjarlægst öfgaþjóðernishyggjuna sem einkenndi hann áður og leitað inn á miðjuna í ljósi sívaxandi þjóðernishyggju innan Fidesz.

Þá býður Sósíalistaflokkur Kádárs fram með Gergely Karácsony í brúnni og í slagtogi við smáflokkinn Samræður fyrir Ungverjaland. Mælist það framboð með um nítján prósenta fylgi. Eina konan sem leiðir flokk sem líklegt er að komist á þing er Bernadett Szél. Hún leiðir frjálslynda græningjaflokkinn Öðruvísi stjórnmál og mælist framboðið með 7 prósenta fylgi. **thorgnyr@frettabladid.is**

Ársfundur Íslandsstofu
Fimmtudaginn 12. apríl, kl. 11-13
Grand hótel Reykjavík
Vörumerkið Ísland
Ávarp
Sigsteinn Páll Grétarsson, formaður stjórnar Íslandsstofu
Ávarp ráðherra
Guðlaugur Þór Þórðarson, utanríkisráðherra
Litið yfir árið
Jón Ásbergsson, framkvæmdastjóri Íslandsstofu
Landaheiti sem vörumerki
Bergþóra Halldórsdóttir, lögfræðingur SA
Viðhorf og vitund á mörkuðum
Daði Guðjónsson, verkefnastjóri hjá Íslandsstofu
What is the Value of Your National Image?
Dr. Robert Govers, sérfræðingur og ráðgjafi um orðspor og ímynd
Fundarstjóri
Inga Birna Ragnarsdóttir, framkvæmdastjóri Kosmos & Kaos
Veitingar að loknum fundi
Fundurinn er öllum opinn
Skráning á arsfundur.islandsstofa.is og í síma 511 4000
Nánari upplýsingar á islandsstofa.is
ÍSLANDSSTOFA

Kynntu þér **Opel Mokka X** *og pantaðu reynsluakstur á* **opel.is**

Sýningarsalir
Krókháls 9, *Reykjavík, 590 2000*
Njarðarbraut 9, *Reykjanesbæ, 420 3330*

Opnunartímar
Virka daga 9–18
Laugardaga 12–14

Bílabúð Benna

Stýrt af Twitter

Kristín Þorsteinsdóttir
kristin@frettabladid.is

Síðan Donald Trump tók við embætti sem forseti Bandaríkjanna hefur ófáum dálksentimetrum verið varið í að hneykslast á framgöngu hans og embættisverkum. Þótt fjölmiðlar og álitsgjafar hafi ekki miklar mætur á Trump er það ekki endilega svo meðal kjósenda. Trump nýtur nefnilega sambærilegs stuðnings nú og Barack Obama naut á sama tíma í sinni forsetatíð.

Sé tekið mið af því er ekki ólíklegt að Trump nái endurkjöri í næstu forsetakosningum.

Trump er einstakur forseti. Hann hefur verið viðriðinn svo mörg hneykslismál að engin leið er að halda um það nákvæma tölu. Vanalega myndi eitt slíkt duga til að koma sitjandi forseta í vandræði og mögulega leiða til afsagnar. En Trump hefur tekist að gera kjósendur svo ónæma fyrir vafasamri hegðan að vitnisburður klámstjörnu í sjónvarpi á besta tíma bítur ekki einu sinni á hann.

Hneykslismálin eru eitt og eiginlegar embættisathafnir annað. Trump hefur ekki haft áhyggjur af kosningaloforðum sínum. Lítið bólar á veggnum fræga við landamæri Mexíkó þrátt fyrir endurtekin stóryrði á tyllidögum. Mantran hans að „setja Bandaríkin í fyrsta sæti“, virðist helst birtast í tollastríði við Kína, sem þó virðist fremur táknrænt en nokkuð annað. Að minnsta kosti hefur engum ofurtollum enn verið skellt á vörur sem skipta viðskiptasamband landanna raunverulegu máli.

Derringurinn við Kínverjana er þó um margt til samræmis við þá tilhneigingu Trumps að skipta heiminum í vini og óvini. Meðal annarra helstu óvina Trumps það sem af er embættistíðinni eru Kim Jong-un leiðtogi Norður-Kóreu, sjónvarpsstöðin CNN, dagblaðið Washington Post og Jeff Bezos, forstjóri Amazon. Óvíst er hvort telja má Vladímír Pútín Rússlandsforseta meðal vina forsetans eða óvina, en eftir að hafa fordæmt Rússa vegna tilræðisins í Salisbury á Englandi tók Trump upp tólið, einn vestrænna leiðtoga, og óskaði Rússlandsforseta til hamingju með sigurinn í nýafstöðnum kosningum.

Starfsmannamál Hvíta hússins eru svo efni í sérkapítula og raunar ekki nokkur leið að átta sig á, hver gegnir hvaða starfi svo hröð hefur starfsmannaveltan verið. Afstaða Trumps til einstakra mála virðist líka oftar en ekki stjórnast af geðþótta fremur en ígrunduðum skoðunum.

Þannig hefur Trump undanfarið farið mikinn gagnvart Amazon sem er að stórum hluta í eigu Jeffs Bezos sem á Washington Post. Telur hann að Amazon kosti skattgreiðendur stórfé með því að nýta sér bandaríska póstinn fyrir bögglasendingar. Trump hefur einnig barist harkalega gegn samruna AT&T og Warner, en síðastnefnda félagið er eigandi CNN. Í báðum tilvikum grunar þá sem til þekkja að andstaðan við þessi stórfyrirtæki grundvallist fremur á óbeit hans á fjölmiðlunum sem þeim tengjast en nokkru öðru. Þrátt fyrir þetta er forsetinn almennt vinsæll á Wall Street, enda hlutabréf þar verið almennt á mikilli siglingu frá embættistöku Trumps.

Kannski er Trump forsetinn sem nútíminn á skilið. Hann virðist ekki halda einbeitingu lengur en örfá augnablik í senn, og stýrir landinu öðrum þræði með vanhugsuðum Twitter-skeytasendingum.

Alþjóðapólitík í 280 stafabilum.

> **Kannski er Trump forsetinn sem nútíminn á skilið. Hann virðist ekki halda einbeitingu lengur en örfá augnablik í senn, og stýrir landinu öðrum þræði með vanhugsuðum Twitter-skeytasendingum.**

Gunnar

Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir

Fimm ára á þunglyndislyfjum

Árið 2004 komst kanadíska læknatímaritið Canadian Medical Association Journal óvænt yfir skjal frá lyfjaframleiðandanum GlaxoSmithKline sem merkt var „trúnaðarupplýsingar“. Um var að ræða minnisblað sem dreift hafði verið innan fyrirtækisins að loknum klínískum rannsóknum á einu þunglyndislyfja þess.

Lyfið paroxetine heyrir undir flokk serótónín-geðdeyfðarlyfja. Notkun slíkra lyfja fór á flug á tíunda áratug síðustu aldar. Var þeim hampað sem einni stórkostlegustu viðbót við lyfjaskápinn frá því að sýklalyf voru uppgötvuð.

GlaxoSmithKline gerði sér vonir um enn frekari útbreiðslu paroxetine er það hóf klínískar rannsóknir á áhrifum paroxetine á börn og unglinga. En niðurstöðurnar urðu lyfjarisanum vonbrigði. Af þremur rannsóknum sem fyrirtækið lét gera sýndi ein fram á að paroxetine hefði engin áhrif á börn og unglinga umfram lyfleysu, önnur sýndi fram á meiri virkni lyfleysu en paroxetine og í þeirri þriðju voru niðurstöðurnar „blandaðar“.

GlaxoSmithKline fengi ekki leyfi frá bandaríska lyfjaeftirlitinu til að markaðssetja paroxetine fyrir börn. Læknum var þó heimilt að skrifa upp á lyfið og hélt fyrirtækið því blákalt fram að paroxetine „gæfi góða raun sem meðferð við þunglyndi hjá unglingum“. Í minnisblaði innan fyrirtækisins var starfsfólki sagt að „hemja útbreiðslu“ hinna raunverulegu niðurstaðna rannsóknanna „svo að þær hefðu ekki neikvæð viðskiptaleg áhrif“.

Lífshættulegar aukaverkanir

Eftir að kanadíska læknatímaritið birti leynilegt minnisblað GlaxoSmithKline á heimasíðu sinni höfðaði Eliot Spitzer, þáverandi saksóknari New York ríkis í Bandaríkjunum, mál gegn GlaxoSmithKline. Sakaði Spitzer fyrirtækið um að hafa skipulega leynt lækna upplýsingum um áhrif lyfsins á börn.

Sættir náðust í málinu. Féllst lyfjafyrirtækið á að greiða 2,5 milljónir dollara í sekt. Einnig skuldbatt lyfjaframleiðandinn sig til að birta opinberlega allar rannsóknir á lyfjum sínum sem fyrirtækið fjármagnaði – líka þær rannsóknir sem sýndu niðurstöður óhagstæðar fyrirtækinu.

Þegar fagfólk tók að skoða gögnin sem GlaxoSmithKline hafði reynt að leyna varð ljóst að stærsti glæpur fyrirtækisins var ekki sá að breiða yfir þá staðreynd að vara þess virkaði ekki á börn. Sannleikurinn var hryllilegri en svo. Í ljós kom að aukaverkanir sem lyfið hafði á börn og unglinga voru gífurlegar, jafnvel lífshættulegar. Börnum og unglingum sem tóku paroxetine var hætt við sjálfsmorðstengdri hegðun, sjálfsmorðshugsunum og sjálfsmorðstilraunum.

Rannsóknir sýna ítrekað fram á gagnsleysi þunglyndislyfja þegar kemur að börnum og unglingum. Í nýlegri úttekt breska læknatímaritsins The Lancet voru fjórtán mismunandi tegundir þunglyndislyfja skoðaðar. Aðeins ein var talin virka betur en lyfleysa.

Eftirfarandi fyrirsögn sem birtist í vikunni á mbl.is sætir því furðu: „Börn frá 5 ára á þunglyndislyfjum“. Í viðtali við útvarpsstöðina K100 sagði Ólafur B. Einarsson, verkefnastjóri lyfjamála hjá Embætti landlæknis, mikla aukningu hafa orðið á notkun þunglyndislyfja meðal barna á aldrinum 0-14 ára hér á landi. Hann sagði jafnframt slíka notkun vart þekkjast annars staðar á Norðurlöndunum. Ólafur hafði áhyggjur af þróuninni og benti á að ekki væri búið að sýna fram á skaðleysi neyslu barna á þunglyndislyfjum í langtímarannsóknum. „Við veltum því fyrir okkur hvort þetta sé góð læknisfræði að vera að meðhöndla börn á aldrinum 5-10 ára með þunglyndislyfjum.“

Börnin eiga skilið svör

Árið 2004 kom í ljós að neysla Prozacs, eins vinsælasta geðdeyfðarlyfs heims, er orðin svo útbreidd að lyfið finnst í drykkjarvatni í Bretlandi. Þunglyndislyf eru flaumur sem æðir stjórnlaus yfir samtímann. En þegar kemur að börnum getum við ekki yppt öxlum og látið eins og lyfin streymi úr krana sem ekki er hægt að skrúfa fyrir.

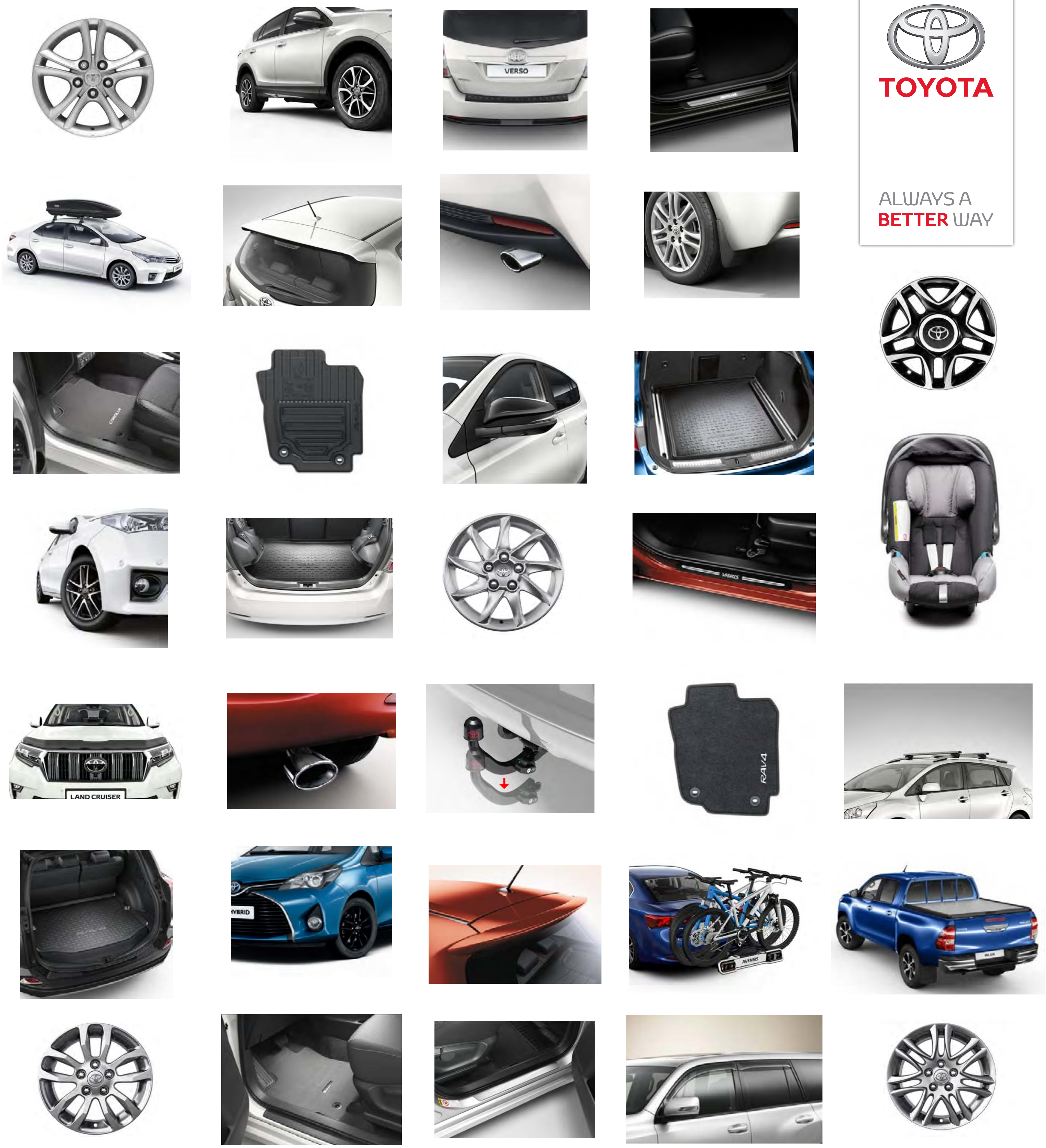
Hvers vegna er verið að skrifa upp á þunglyndislyf fyrir börn í auknum mæli? Eru önnur úrræði reynd fyrst? Standa önnur úrræði yfirleitt til boða? Hversu mikið eftirlit er haft með börnum sem taka lyf við þunglyndi?

Telji landlæknir að um „vafasama læknisfræði“ sé að ræða hlýtur að þurfa að skoða málið frekar. Börn landsins eiga skilið svör.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálsson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is*.
Fréttablaðið kemur út í 85.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5800,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is*
MENNING: Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY



20% afsláttur af aukahlutum hjá Toyota Kauptúni

Nú styttist í sumarið tíma ferðalaga og veðurblíðu. Í ferðalögin þarf ýmsan aukabúnað sem auðveldar ferðina og eykur farangursrými. Dráttarkrókur, pallhús, palllok, þverbogar, hjólafestingar, ferðabox og nýjar mottur eru dæmi um slíkan búnað. Á sumrin viljum við líka að bíllinn sé extra fallegur og gljáandi þá er fátt sem fegrar bílinn meira en flottir aukahlutir. Krómlistar, krómstútur á púst, álfelgur, vindskeið, gluggavindhlífar láta bílinn þinn bera af í sumar.

Í dag frá klukkan 12.00 til 16.00 er **20% afsláttur** af aukahlutum hjá Toyota Kauptúni.

Dúndurtilboð á dekkjum og felgum sem passa á Land Cruiser 90/120/150 og Hilux 17“ og 18“.

Verð: 99.990 (17“) gangurinn og 109.990 (18”) gangurinn á meðan birgðir endast.

Tilboðin gilda út föstudaginn 13. apríl.

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ, sími: 570-5070

Nýjast

Olís-deild kvenna, undanúrslit

Haukar - Valur 23-22

Haukar: Ragnheiður Sveinsdóttir 5, Marie Pereira 5, Þórhildur Braga Þórðardóttir 5, Hekla Rún Ámundadóttir 2, Guðrún Erla Bjarnadóttir 2, Sigrún Jóhannsdóttir 2, Karen Helga Díönudóttir 1, Alexandra Líf Arnardóttir 1.
Valur: Anna Úrsúla Guðmundsdóttir 5, Kristín Guðmundsdóttir 5, Diana Satkauskaite 3, Ólöf Kristín Þorsteinsdóttir 3, Díana Dögg Magnúsdóttir 2, Morgan Marie Þorkelsdóttir 2, Kristín Arndís Ólafsdóttir 2.

Staðan er jöfn 1-1. Þriðji leikur liðanna fer fram í Valshöllinni á mánudaginn.

Dominos-deild kvenna

Skallagrímur - Haukar 64-75

Skallagrímur: Carmen Tyson-Thomas 40/13 fráköst, Jóhann Björk Sveinsdóttir 8, Sigrún Sjöfn Ámundadóttir 6/13 fráköst, Jeanna Louis F. Sicat 5, Bríet Lilja Sigurðardóttir 5.
Haukar: Whitney Michelle Frazier 26/15 fráköst, Helena Sverrisdóttir 21/13 fráköst/9 stoðsendingar, Rósa Björk Pétursdóttir 10, Anna Lóa Óskarsdóttir 5, Sigrún Björg Ólafsdóttir 4, Þóra Kristín Jónsdóttir 4, Magdalena Gísladóttir 3, Fanney Ragnarsdóttir 2.

Staðan er 2-0 fyrir Hauka. Þriðji leikur liðanna fer fram á Ásvöllum á þriðjudaginn.

Enginn ræður við innköstin

Íslenska kvennalandsliðið sótti þrjú stig til Slóveníu og komst um leið í efsta sæti riðilsins í undankeppni HM 2019. Stelpurnar okkar byrjuðu leikinn af krafti og gáfu Slóvenum aldrei færi á að komast inn í leikinn.

FÓTBOLTI Íslenska kvennalandsliðið í knattspyrnu vann öruggan 2-0 sigur á Slóveníu ytra í gærkvöldi og náði toppsæti riðilsins í undankeppni HM 2019 í bili með tíu stig að fjórum umferðum loknum. Var þetta þriðji útileikur Íslands í riðlinum en Stelpurnar okkar mæta Færeyjum á þriðjudaginn kemur í síðasta útileiknum áður en þær ljúka keppninni á fjórum heimaleikjum í röð.

Ísland missir toppsæti riðilsins til Þýskalands eða Tékklands þegar liðin mætast í dag en þegar öll liðin hafa leikið fjóra leiki er Ísland efst í riðlinum með tíu stig.

Sterk byrjun

Líkt og þegar liðin mættust á sama stað í undankeppni EM árið 2015 byrjaði íslenska liðið af krafti og voru þær ákveðnar í að brjóta ísinn snemma. Eftir að hafa stýrt leiknum komst Ísland yfir með marki Gunnhildar Yrsu Jónsdóttur, hennar þriðja í undankeppninni, á 15. mínútu eftir langt innkast.

Tuttugu mínútum síðar bætti Rakel Hönnudóttir við marki af stuttu færi þegar boltinn féll fyrir fætur hennar í vítateig Slóvena og leiddi Ísland 2-0 í hálfleik.

Slóvenar komust betur inn í leikinn á upphafsmínútum seinni hálfleiks og voru mun meira með boltann án þess að ógna marki Íslands. Fékk Ísland nokkur hálffæri til að klára leikinn endanlega en mörkin tvö úr fyrri hálfleik dugðu til.

Freyr Alexandersson, þjálfari liðsins, var hinn kátasti er Fréttablaðið heyrði í honum eftir leik.

„Fyrri hálfleikurinn var frábær af okkar hálfu sem er afar ánægjulegt, við spiluðum vel og varnarleikurinn var afar öflugur. Við vorum að vinna boltann hratt og færa boltann í þau svæði sem við vildum sækja í og sköpuðum fyrir vikið fullt af góðum færum. Svo skorum við úr löngu innköstunum sem enginn ræður við,“ segir Freyr en bæði mörkin komu eftir löng innköst frá Sif Atladóttur.

Stelpurnar fagna marki Gunnhildar eftir að hún kom Íslandi yfir með skrautlegu marki. MYND/HAFLIÐI BREIÐFJÖRÐ

Hægðu á leiknum í seinni

„Mér fannst þetta hrikalega fallegt mark, þetta var beint af æfingasvæðinu,“ sagði Freyr hlæjandi um mark Gunnhildar sem hún virtist skora með maganum. „Hvort sem það er með maganum, hnénu eða ristinni er mér alveg sama ef leikmennirnir klára hlaupin sín og gera það vel. Við vorum árásargjörn í föstum leikatriðum og uppskárum tvö mörk upp úr því, að okkar mati eigum við að geta gert usla með föstum leikatriðum gegn hvaða andstæðingi sem er.“

Honum fannst spilamennskan aðeins detta niður í upphafi seinni hálfleiks.

„Það kemur 20-25 mínútna kafli í seinni hálfleik þar sem spilamennskan er ekki nægilega góð hreint út sagt, það er kannski eðlilegt á þessum árstíma að ná ekki að halda sama hraða í 90 mínútur en þetta var fulllangt að mínu mati. Í byrjun vorum við að vinna boltann í fyrstu pressu og fórum á rétta staði með hann sem kom í veg fyrir að þær hægðu á leiknum og klukkuðu okkur. Það hjálpaði okkur að halda góðu flæði í fyrri hálfleik en vantaði í byrjun seinni hálfleiks, þá náðu þær að hægja leikinn og hnoðast aðeins meira og settu meiri pressu á okkur.“

Þrátt fyrir það fannst þjálfaranum forskotið ekki í hættu.

„Við vorum með öll tök á leiknum, þó að þær hafi komið dýrvitlausar út úr hálfleiknum á sama tíma og við vorum aðeins farnar að slaka á, þá vorum við með gott tak á leiknum og betra liðið og náðum í stigin þrjú sem skipta máli. Í raun var það helsta sem fór í taugarnar á mér að bæta ekki við mörkum upp á gleðina að gera.“

Undankeppni HM 2019

Slóvenía 0-2 Ísland
(0-2)

0-1 Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir (15.), **0-2** Rakel Hönnudóttir (37.).
Byrjunarlið Íslands (3-5-2): Guðbjörg Gunnarsdóttir; Glódís Perla Viggósdóttir, Sif Atladóttir, Ingibjörg Sigurðardóttir; Selma Sól Magnúsdóttir (67. Elín Metta Jensen), Sara Björk Gunnarsdóttir, Rakel Hönnudóttir, Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir, Hallbera Gísladóttir; Agla María Albertsdóttir (62. Harpa Þorsteinsdóttir), Fanndís Friðriksdóttir.

Brynjar tekur víkingaklappið

Fram undan er leikur gegn Færeyjum en það er síðasti útileikur Íslands í undankeppninni. Ísland vann fyrri leik liðanna á Laugardalsvelli 8-0 en með sigri tekst Íslandi að taka þrettán stig af fimmtán mögulegum á útivelli, nokkuð sem liðið setti sér sem markmið.

„Við horfðum á þennan stigafjölda, þrettán stig í fimm leikjum, það væri frábær árangur og myndi setja okkur í þá stöðu sem við viljum vera í þegar kemur að lokaumferðunum. Við erum spennt að fara til Færeyja, ég þekki marga þarna og er spenntur að koma þangað. Ég ætlast til þess að við gerum enn betur og sækjum stigin þrjú og komum heim í toppsætinu,“ sagði Freyr en íslenska liðið flýgur til Færeyja frá Kaupmannahöfn á sunnudaginn.

Freyr kvaðst vera búinn að mynda stuðningsmannasveit í Færeyjum.

„Brynjar Hlöðversson ætlar að vera í stúkunni með trommur að styðja við bakið á okkur, Jónas Tór Næs verður þarna líka. Brynjar er á við heilan her og ætlar að taka víkingaklappið svo að við fáum góðan stuðning þar,“ sagði Freyr léttur að lokum. kristinnpall@frettabladid.is

FÉLAG RAFEINDAVIRKJA STOFNAÐ 1968

AÐALFUNDUR
Félags rafeindavirkja

Aðalfundur Félags rafeindavirkja verður haldinn miðvikudaginn 18. apríl 2018 kl. 17:30 á Stórhöfða 27, gengið inn að neðanverðu. (Grafarvogs megin)

Dagskrá:
- Venjuleg aðalfundarstörf.
- Kosning fulltrúa í fulltrúaráð Birtu, lífeyrissjóðs.
- Önnur mál.

Reykjavík 7. apríl 2018

Stjórn Félags rafeindavirkja

FYLKIR **Aðalfundur Fylkis** FYLKIR

Miðvikudaginn 25. apríl 2018 kl. 19:30 er boðað til aðalfundar Íþróttafélagsins Fylkis í samkomusal Fylkishallar.

Dagskrá:
Hefðbundin aðalfundastörf samkvæmt lögum félagsins
Önnur mál.

Aðalstjórn Fylkis.

Inga Huld er dansari og danshöfundur. Árið 2016 fékk hún Grímuna sem danshöfundur ársins.
VEL GERT
toppur
ÁN BRAGÐEFNA
Toppur er framleiddur eftir ýtrustu gæðakröfum úr fersku íslensku bergvatni, því ef þú ætlar að gera eitthvað, gerðu það þá vel.
Toppur is a registered trademark of The Coca-Cola Company. © 2018 The Coca-Cola Company.

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

VIÐ FRUMSÝNUM TÆKNILEGASTA RAFBÍL HEIMS

Einu sinni voru rafbílar framtíðin.

Í dag eru þeir nútíðin.

Nissan Leaf er mest seldi rafbíll í heiminum en frá því að hann var fyrst kynntur árið 2010 hafa verið seldir yfir 300 þúsund Nissan Leaf rafbílar.

Með nýjum Nissan Leaf tekur mest seldi rafbíll heims stórt stökk fram á við. Öflugri rafmótor, stærri rafhlaða með 378 km* drægi og ört stækkandi hraðhleðslunet gera nýjan Nissan Leaf að hentugum fjölskyldubíl. Auk verulegra útlitsbreytinga hefur nýr Nissan Leaf stækkað frá fyrri kynslóð. En útlit og afl er ekki það eina sem hefur breyst því nýr Leaf er búinn byltingarkenndum nýjungum á borð við ProPilot og e-Pedal.

ProPilot
ProPilot er fyrsta kynslóð tæknibúnaðar frá Nissan í átt að sjálfkeyrandi bílum. ProPilot tæknibúnaðurinn eykur öryggi í akstri og aðstoðar ökumann við að fylgjast með aðvífandi umferð auk þess sem búnaðurinn getur lagt bílnum í stæði. ProPilot er staðalbúnaður í Tekna.

e-Pedal
Með e-Pedal kynnist þú algjörlega nýjum akstursmáta. Þú eykur hraðann, hægir á bílnum og hemlar með einum og sama pedalanum. E-Pedal kerfið endurnýtir auk þess sjálfkrafa alla þá orku sem leysist úr læðingi þegar hemlað er.

Við bjóðum ykkur velkomin á glæsilega frumsýningu á nýjum Nissan Leaf í dag. Boðið verður upp á léttar veitingar í tilefni dagsins.

NÝR NISSAN LEAF

EINFALDLEGA EINSTAKUR

NISSAN LEAF VISIA:

VERÐ FRÁ 3.690.000 KR.

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á NISSAN.IS

GE bílar Reykjanesbæ www.gebilar.is 420 0400	**Bílasalan Bílás** Akranesi www.bilas.is 431 2622	**Bílasala Akureyrar** Akureyri www.bilak.is 461 2533	**Bílaverkstæði Austurlands** Egilsstöðum www.bva.is 470 5070	**IB ehf.** Selfossi www.ib.is 480 8080	**BL söluumboð** Vestmannaeyjum 481 1313 862 2516

Nýr Nissan Leaf var í upphafi páskahelgarinnar kjörinn The World Green Car 2018 á alþjóðlegu bílasýningunni í New York. Verðlaun World Car Awards eru ein þau eftirsóttustu sem veitt eru í bílaiðnaðinum á heimsvísu.

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

B|L

Því miður komust ekki allar konurnar sem komu að bruggun Bríetar þegar hún var kynnt á fimmtudag. En hér eru fimm frænkar, glaðar og kátar með Bríeti í glasi. Frá vinstri Ragnheiður Axel, Þórey Björk Halldórsdóttir, Alyson Hartwig, Laufey Sif Lárusdóttir og Cassie Cosgrove. Á myndina vantar Ástu Ósk, Berglindi Snæland og Hrefnu Karítas.

Bríet er snemmsumarbjór og segir Laufey Sif að hann sé léttur saison-bjór með suðrænum tónum, lime og kókóshnetu.

Brugguðu fyrsta alíslenska kvenbjórinn

Sjö bruggkonur komu saman í brugghúsi Ölverks í Hveragerði á alþjóðlegum sambruggdegi kvenna sem haldinn var hátíðlegur um allan heim þann 8. mars síðastliðinn. Útkoman er Bríet, kókoshnetulime saison-bjór sem kynntur verður í dag á Skúla Craft Bar.

Þetta er suðrænn bjór enda var sumarfílingur í okkur þegar við komum saman að ákveða hvaða bjór skyldi brugga. Það var sannarlega bjart yfir okkur og gott veður í Hveragerði. Hann kemur vel út og þetta er bjórinn sem á að drekka á snemmsumarsdögum,“ segir Laufey Sif Lárusdóttir, eigandi Ölverksbrugghússins í Hveragerði þar sem sjö konur komu saman í mars til að brugga fyrsta alíslenska kvenbjórinn, sem hlotið hefur nafnið Bríet.

Í tilefni af alþjóðlegum sambruggdegi kvenna sem haldinn var hátíðlegur um allan heim þann 8. mars síðastliðinn hittust konur í bruggi, blandarar og eigendur brugghúsa á Íslandi í Ölverki í Hveragerði og brugguðu saman skemmtilegan samstarfsbjór.

Þema sambruggdagsins í ár var með „framandi“ ívafi en fyrir valinu varð léttur saison-bjór með suðrænum tónum, lime og kókoshnetu. Í árdaga bjórsins var bruggstarfið kvennastarf og má segja að hópurinn hafi lagt hjarta og sál í bruggframleiðsluna líkt og kynsystur þeirra gerðu áður.

„Það var fyrir tilstilli Alyson Hartwig, bruggmeistara RVK Brewing Co., að hópurinn kom saman til að gera, í fyrsta sinn, samstarfsbjór á Íslandi. Þetta er stækkandi kvennaiðnaður og gaman fyrir aðrar konur að sjá að kvenmenn eru í iðnaðnum. Þetta er alþjóðlegur dagur sem er haldinn ár hvert um allan heim þar sem konur koma saman og brugga. Ölverk hentaði vel í þetta verkefni því við erum lítið brugghús, en okkar sérstaða er að við keyrum brugghúsið á jarðgufu.“

Bjórinn hefur fengið nafnið Bríet í höfuðið á Bríeti Bjarnhéðinsdóttur en bruggkonurnar komu frá Lady Brewery, RVK Brewing Co., Ölverk brugghúsi, Ölvisholti brugghúsi og Fágun – félagi áhugafólks um gerjun á Íslandi. „Við erum konur sem höfum áhuga á bjór og það komu ýmsar tillögur og mikið af góðum hugmyndum. Það er nóg til í hugmyndabankanum fyrir næsta ár. Það er greinilega mikil hugmyndaauðgi hjá íslenskum bruggkonum og við erum engir eftirbátar karlanna þótt þeir séu yfirleitt sýnilegri,“ segir Laufey, stolt af félagsskapnum og bjórnum Bríeti. benediktboas@365.is

> ÞETTA ER STÆKKANDI KVENNAIÐNAÐUR OG GAMAN FYRIR AÐRAR KONUR AÐ SJÁ AÐ KVENMENN ERU Í IÐNAÐNUM. ÞETTA ER ALÞJÓÐLEGUR DAGUR SEM ER HALDINN ÁR HVERT UM ALLAN HEIM ÞAR SEM KONUR KOMA SAMAN OG BRUGGA. ÖLVERK HENTAÐI VEL Í ÞETTA VERKEFNI ÞVÍ VIÐ ERUM LÍTIÐ BRUGGHÚS, EN OKKAR SÉRSTAÐA ER AÐ VIÐ KEYRUM BRUGGHÚSIÐ Á JARÐGUFU.

Einu sinni var

Árið er 1976 þar sem fram fór bæði ferming og skírn í Árbæjarkirkju í Árbæjarsafni. Hjónin Erna Ármannsdóttir og Pálmar Þórðarson létu ferma tvær eldri dætur sínar og um leið voru tvær yngri dætur þeirra skírðar. Fermingarbörnin tvö fyrir framan prestinn, Anna Þóra Pálmarsdóttir og Ingibjörg Jóna Pálmarsdóttir. Presturinn var Halldór S. Gröndal.
MYND/FRÉTTABLAÐIÐ

Um helgina, af hverju ekki að ...

LESA
Daga höfnunar, skáldsögu eftir hina ítölsku Elenu Ferrante um konu á barmi örvæntingar.

Hrafnkell Örn Guðjónsson trommari

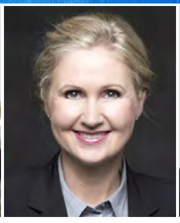
HVAÐ Á AÐ GERA UM HELGINA?
„Hér á Akureyri á AK Extreme er heljarinnar stemning. Ég kom degi fyrr til að sjá gömlu goðsagnirnar í Dr. Spock. Svo var ég að spila með Young Karin og svo Emmsjé Gauta í kvöld. Það eru allir spenntir fyrir keppninni big jump í dag. Kannski maður skelli sér bara á bretti og taki nokkur trikk. Nei, ég segi bara svona.“

FARA
Á gönguskíði. Útivera og púl, ódýrt og skemmtilegt. Veðurspáin er góð fyrir helgina og engar afsakanir teknar gildar fyrir að láta drauminn ekki rætast og fara á gönguskíði. Jafnvel taka fernuna gönguskíði, sund, bjór og grill. Það er vor í lofti – hvers vegna ekki að nýta sér það?

Eyjólfur Árni Rafnsson

Katrín Jakobsdóttir

Dr. Eamonn Butler


Helga Árnadóttir

Ásthildur Otharsdóttir

Vilhjálmur Vilhjálmsson

Orri Hauksson

Ragna Árnadóttir

Anna Svava Knútsdóttir

Stefán Pálsson

Halldór Benjamín Þorbergsson

ÁRSFUNDUR ATVINNULÍFSINS 2018

Í HÖRPU – SILFURBERGI
MÁNUDAGINN 16. APRÍL
KL. 14-15.30

Netagerð að loknum fundi
með tónlist og tilheyrandi.

ÁVÖRP

Eyjólfur Árni Rafnsson, formaður Samtaka atvinnulífsins
Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra
Dr. Eamonn Butler, framkvæmdastjóri, Adam Smith-stofnunarinnar í London

TÍMAFLAKK – ATVINNULÍFIÐ Í 100 ÁR

Helga Árnadóttir, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar
Ásthildur Otharsdóttir, stjórnarformaður Marel
Vilhjálmur Vilhjálmsson, forstjóri HB Granda
Orri Hauksson, forstjóri Símans
Ragna Árnadóttir, aðstoðarforstjóri Landsvirkjunar
Anna Svava Knútsdóttir, eigandi ísbúðarinnar Valdís
Stefán Pálsson, sagnfræðingur

Halldór Baldursson, teiknar skopmynd morgundagsins
Fundarstjóri er **Halldór Benjamín Þorbergsson**, framkvæmdastjóri SA

SA

Skráning á sa.is

„Mér finnst betra að hugsa um það sem ég hef, frekar en það sem ég hef misst,“ segir Arna. MYND/GÚSTI PRODUCTIONS

Ótrúlegt hvað lífið býður upp á

Arna Sigríður Albertsdóttir hlaut mænuskaða eftir skíðaslys aðeins 16 ára gömul. Hún hefur byggt upp andlegan og líkamlegan styrk og stefnir á þátttöku í Ólympíuleikum fatlaðra. Hún segir að ríkið ætti að koma til móts við hreyfihamlaða og styrkja þá betur til þátttöku í íþróttum. Íþróttaiðkun og útivera hafi gert gæfumuninn í hennar lífi.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Það hefur verið frábært færi, sólskin og bjart yfir,“ segir Arna Sigríður Albertsdóttir glöð í bragði. Hún er stödd á heimaslóðum á Ísafirði í fríi heima hjá foreldrum sínum og hefur nýtt tímann vel til að fara á skíði.

Það eru rúm tólf ár síðan Arna slasaðist alvarlega á skíðum í Geilo í Noregi. Þá aðeins sextán ára gömul. Hún hlaut mænuskaða eftir slysið en hefur byggt upp mikinn andlegan og líkamlegan styrk síðustu ár. Hún stundar handahjólreiðar, líkamsrækt og skíði og stefnir ótrauð á þátttöku í Ólympíuleikum fatlaðra árið 2020.

„Mig langaði mikið að komast á Ólympíuleikana 2016 en komst þá ekki inn. Ég er betur undirbúin núna en þarf að leggja hart að mér engu að síður til að komast á leikana. Ég er ein í þessari íþrótt á Íslandi og þarf að safna stigum til þátttöku, yfirleitt eru íþróttir hreyfihamlaðra (t.d. sund og frjálsar) undir Íþróttasambandi fatlaðra, en handahjólreiðar eru undir Alþjóðahjólreiðasambandinu, UCI. Þannig að ég þarf að fá keppnisleyfi og fleira frá Hjólreiðasambandi Íslands en ekki Íþróttasambandi fatlaðra,“

ÞAÐ AÐ VERA Í GÓÐU FORMI OG ÆFA, ÞAÐ EYKUR GÓÐA LÍÐAN. ÞAÐ HJÁLPAR MÉR AÐ GLÍMA VIÐ FYLGIKVILLA MÆNUSKAÐA.

útskýrir Arna. „Þjóðirnar safna stigum saman. Það er því erfitt verkefni fram undan að komast á leikana. Ég þarf að keppa á mörgum mótum. En finnst það gaman. Keppendur í Evrópu geta keyrt á milli móta. Flækjustigið er aðeins hærra hjá mér. Ég þarf að fljúga á milli. Ég hef alltaf þurft að sjá um þetta sjálf en oft fengið fína aðstoð,“ útskýrir Arna en Toyota ákvað nýverið að styrkja Örnu og þrjú önnur ungmenni til að fara á leikana. „Ég er nýbyrjuð í herferð með Toyota, sem heitir Start your impossible, við erum fjögur sem erum líkleg til að komast inn á Paralympics 2020 en höfum ekki komist þangað áður að fá styrki frá Toyota þangað til. Herferðin snýst um að skora á alls konar fólk að setja sér markmið, eitthvað sem þeim kannski finnst ómögulegt og eigum við fjögur að vera sendiherrar þessarar herferðar á Íslandi,“ segir Arna en auk hennar lýsa Patrekur Andrés spretthlaupari, Már Gunnarsson sundmaður og Stefanía Guðmundsdóttir frjálsíþróttakona markmiðum sínum.

Arna ferðast um heiminn og keppir í mótum í handahjólreiðum. Hún þarf að safna stigum til þátttöku í Ólympíuleikum fatlaðra.

Slysið í Noregi

Arna var mikið í íþróttum sem barn. „Þannig er það svolítið hér á Ísafirði, ég var mikið í fótbolta og sundi og á skíðum. Skíðaíþróttin varð ofan á á unglingsárum,“ segir hún frá og rifjar upp slysið í Noregi þann 30. desember 2006.

„Ég fór til Noregs í æfingabúðir með skíðafélaginu mínu hér á Ísafirði. Slysið varð snemma í ferðinni. Ég var að hita upp fyrir æfingu og ég endaði á tré. Ég man lítið sem ekkert eftir slysinu. Ég missti meðvitund. En það var gott fólk í kringum mig. Það kom þyrla að sækja mig og flutti mig á Ulleval-sjúkrahúsið. Þar fór ég í tvær aðgerðir. Læknarnir þar úti opnuðu allt bakið og sáu að þetta leit ekki vel út. Mænan fór að miklum hluta í sundur,“ segir Arna. Þessar upplýsingar fékk hún þó ekki nærri því strax og fyrir því eru ríkar ástæður.

„Ég fékk upplýsingarnar hægt og bítandi. Ég fékk tíma til að mæta afleiðingum slyssins. Læknar fara ➡

ENNEMM / SÍA / NM87337

Reynsluaktu Hyundai i10 alla leið til Moskvu.

Landsliðið er á fullu að undirbúa sig fyrir HM í Rússlandi og þú átt möguleika á að fara þangað með þeim. Komdu og reynsluaktu nýjum Hyundai, þá ferðu í pott og gætir unnið sannkallaða þjóðhátíðarferð á leik Íslands og Argentínu í Moskvu þann 16. júní.

Þann 31. maí verða dregnir út tveir vinningshafar sem hljóta hvor um sig ferð fyrir tvo til Moskvu. Innifalið er flug, gisting, miðar á leikinn og ferðir með fararstjórn til og frá leikvanginum.

Hyundai er einn af aðalstyrktaraðilum FIFA WORLD CUP 2018

Hyundai | Kauptúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

HYUNDAI

Veglegir HM aukahlutapakkar fylgja öllum Hyundai bílum í takmarkaðan tíma.

oft varlega í sakirnar enda er það stundum þannig að bólgur vegna skaða á mænu geta varað lengi, allt að ár og valdið skaðanum og tilfinningaleysinu. Sjúkraflugvél sótti mig og flutti mig til Íslands og ég var lögð inn hér á landi. Fyrst á Borgarspítalann og seinna var ég flutt á Barnaspítala Hringsins," segir Arna.

Gjöf að vera á lífi

Við tók krefjandi og erfitt tímabil. Arna þurfti að læra allt upp á nýtt. Klæða sig, bjarga sér með einfalda hluti. Hún fór í endurhæfingu á Endurhæfingardeildina við Grensás. „Ég fékk miklar innvortis blæðingar við slysið og var nokkuð lengi aum og veik. Ég þurfti að læra allt. Að reisa mig við, setjast upp, klæða mig. Ég vil vera hreinskilin með það að mér leið illa. Ég var reið. Maður heldur að það komi ekkert fyrir sig og ég hélt lengi í vonina og var í afneitun fyrst um sinn. Þetta voru erfiðir tímar og það gagnast engum að fegra það hversu erfitt það er að sætta sig við nýtt hlutskipti," segir Arna. „En á sama tíma áttar maður sig á því hægt og rólega að það gagnast ekki að vera neikvæður," segir Arna frá.

„Það er til dæmis mikil gjöf að ég skuli vera á lífi þó að mér finnist ennþá erfitt að hugsa um það að ég eigi líklega alltaf eftir að vera í hjólastól. Ég kýs að hugsa ekki mikið um þetta og kýs að gera gott úr aðstæðum mínum. Mér finnst ég í raun hafa fengið annað tækifæri. Ég lenti í alvarlegu slysi. Ég hefði getað dáið. Ef það hefði ekki verið gott fólk í kringum mig þá hefði ég til dæmis ekki komist á spítala. Mér finnst betra að hugsa um það sem ég hef, frekar en það sem ég hef misst. En það er samt svo ósköp eðlilegt og mannlegt að eiga slæma daga og verða reiður og sár," segir Arna.

Geggjað að komast út að hjóla

Arna flutti suður árið 2012. Hún keypti sér íbúð í Kópavogi og jók við íþróttaiðkun sína og þjálfun til muna. „Þá var ég að æfa hjá Fannari Karvel einkaþjálfara, sem aðstoðaði mig við að byggja upp vöðva í efri hluta líkamans, og keypti mér hjólið í framhaldinu. Ég fann strax hvað það gerði mér ofboðslega gott að komast út að hjóla," segir Arna frá. „Það eru ekki mörg tækifæri fyrir hreyfihamlaða í íþróttum og útivist og mér fannst áður erfitt að finna rétta vettvanginn fyrir mig. En það að vera í góðu formi og æfa, það eykur góða líðan. Það hjálpar mér að glíma við fylgikvilla mænuskaða. Það er geggjað að komast út undir bert loft, hjóla hratt og fara langt. Því stundum er allt svo ótrúlega óaðgengilegt. Þá er gott að fara út að hjóla."

Arna á líka sérstakan skíðastól. „Það er auðvitað allt öðruvísi að fara á skíði í svona stól. Ég fór á nokkur skíðanámskeið sem Íþróttasamband fatlaðra hélt. Þetta er svolítið öðruvísi, nokkuð erfitt. Mér fannst til dæmis ekkert sérstaklega gaman fyrst. Eiginlega alveg ömurlegt," segir hún og hlær. En um leið og maður er búinn að gera þetta nokkrum sinnum og fer aðeins lengra, þá fer maður að njóta þess og nú fer ég reglulega á skíði," bætir hún við og segir að þótt hún eigi að baki slæma lífsreynslu á skíðum hamli það henni ekki. „Allt venst," segir hún einfaldlega.

Ekki á sama stalli

Arna finnur ekki fyrir fordómum. En aðgengi hreyfihamlaðra segir hún oft slæmt á Íslandi og stundum þarf hún að útskýra íþróttaiðkunina fyrir fólki. „Íþróttir fatlaðra eru því miður ekki á sama stalli og íþróttir almennt. Fólk gerir stundum ráð fyrir því að þetta sé frekar áhugamál en alvöru keppnisíþrótt. En úti er þetta svo stór heimur og mikill fjöldi afreksfólks sem stundar handahjólreiðar af alvöru. Það eru haldin mörg mót og umgjörðin viðamikil, ég þarf að taka þátt í mörgum mótum til að eiga möguleika á að komast á Ólympíuleikana," segir hún. „Ég flutti suður því það er auðveldara að komast um hér. Það er leitt, því fjölskylda mín er hér á Ísafirði og mér líður vel hér með henni. Lífið er aðeins auðveldara í Reykjavík en aðgengi er samt mjög ábótavant. Ég bý við meira sjálfstæði fyrir sunnan. Fyrir vestan myndi ég þurfa á meiri hjálp að halda við daglegt líf. Ég fæ svolitla hjálp frá Kópavogsbæ en bjarga mér með flest," segir Arna.

„Það munar svo miklu að fá að vera sjálfstæður. Ég gat keypt mér íbúð fyrir sunnan. Ég er heppin að hafa getað gert það. Fólk sem lendir í slysi getur það sjaldnast. Íbúðin er sérstaklega innréttuð fyrir mig. Það er líka dýrt að gera það og ekki allir sem hafa efni á því. Í húsinu er bílakjallari sem er líka nauðsynlegur fyrir mig. Ég get farið beint í bílinn. Ég er þokkalega sjálfstæð, þó að ég þurfi reglulega aðstoð við ýmsa hluti. Ég er heppnari en mjög margir í svipaðri aðstöðu og ég."

Ríkið styðji við tækjakaup

Arna hefur verið dugleg við að miðla reynslu sinni og haldið fyrirlestra fyrir hópa og félagasamtök. Hún hefur einnig látið sig málefni mænuskaddaðra varða og er virk í SEM, Samtökum endurhæfðra mænuskaddaðra. Hún bendir á að það sé því miður mjög dýrt fyrir hreyfihamlaða að stunda íþróttir. Kostnaðurinn við það sé mörgum óyfirstíganlegur og hún bendir á að ríkið ætti að greiða niður tæki til íþróttaiðkunar rétt eins og hjálpartæki.

„Þetta er mjög dýrt. Búnaðurinn er afar sérhæfður og þarf að panta sérstaklega fyrir hvern og einn. Það eru engir styrkir í boði frá ríkinu. Ríkið styrkir bara það sem er flokkað sem hjálpartæki. Þessu þyrfti að breyta og ég veit að mörg, börn og fullorðna, langar í skíðastól eða hjól. En hefur ekki efni á því. Þetta hamlar fólki frá því að bæta líðan sína og heilsu og frá því að stunda íþróttir. Kostnaður hreyfihamlaðra er að minnsta kosti tífaldur," segir Arna frá. „Þó að ríkið felli niður allan virðisaukaskatt á íþróttatæki eins og hjól og skíði. Ég er viss um að íþróttaiðkun mín hefur lækkað lyfjakostnað minn og þörf fyrir þjónustu. Íþróttaiðkunin hefur bætt lífsgæði mín svo um munar," segir Arna.

Hún segist ekki líta á sig sem fyrirmynd. Fólki sem hafi lent í erfiðri lífsreynslu eða slysi sé stundum ætlað hetjuhlutverkið. „Ég lít ekki á mig sem fyrirmynd. En ég veit samt að ég sendi ákveðin skilaboð sem eru mikilvæg. Annað hreyfihamlað fólk veit af mér. Veit að þetta er hægt. Að stunda þessa íþrótt. Ég er alltaf til í að ræða við fólk og leiðbeina. Ég er búin að læra svo margt og verð sterkari í hvert skipti. Mér finnst sjálfsagt að deila því með öðrum. En ég er líka heiðarleg með það að ég er bara mannleg. Ég á stundum slæma daga. Það verður aldrei auðvelt að venjast því að vera með mænuskaða. Það hefur mikil og flókin áhrif á fólk að missa hreyfigetuna og tilfinninguna í líkamanum," segir Arna. „Það er samt ótrúlegt hvað lífið býður upp á og hvað er mögulegt," segir hún og segir þrjóskuna margsinnis hafa komið sér yfir erfiðustu hjallana.

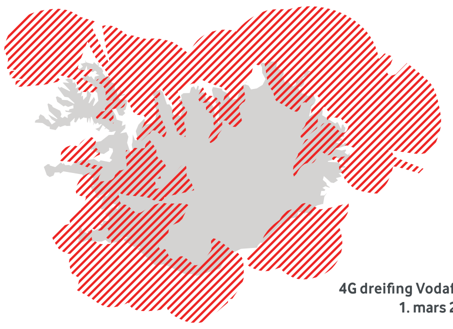
Hún mælir með því fyrir þá sem eru hreyfihamlaðir að prófa að hjóla. „Ég hjóla á hverjum degi. Það er oft ótrúlega góð tilfinning. Mér finnst gott að finna til þreytu. Að reyna á sig er góð tilfinning. Að finnast ég vera uppgefin eftir erfiða æfingu, þá finn ég fyrir því að vera til. Og að komast út, það er svona frelsistilfinning sem ég finn fyrir. Og stundum gleymi ég því að ég er sködduð á mænu. Er bara ég, það er góð tilfinning."

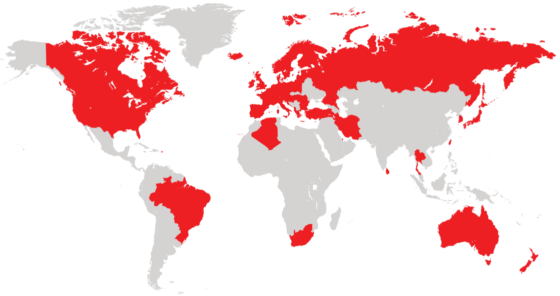
„Mér finnst betra að hugsa um það sem ég hef, frekar en það sem ég hef misst," segir Arna.

Arna fer reglulega á skíði í sérútbúnum skíðastól.

Arna var aðeins 16 ára þegar hún slasaðist.

ÉG VAR REIÐ. MAÐUR HELDUR AÐ ÞAÐ KOMI EKKERT FYRIR SIG OG ÉG HÉLT LENGI Í VONINA OG VAR Í AFNEITUN FYRST UM SINN. ÞETTA VORU ERFIÐIR TÍMAR OG ÞAÐ GAGNAST ENGUM AÐ FEGRA ÞAÐ HVERSU ERFITT ÞAÐ ER AÐ SÆTTA SIG VIÐ NÝTT HLUTSKIPTI.





170.000 km² 4G kerfi

Vodafone hefur algjöra sérstöðu í farsímaþjónustu sem teygir sig um landið og miðin á u.þ.b. 170.000 ferkílómetra svæði. Við vinnum stöðugt að því að auka gæði og dreifingu kerfisins til framtíðar. Nú síðast með uppfærslu háhraða í 4G+ sem nær allt að 250 Mb/s.

4G í yfir 50 löndum

Með 4G í símanum þínum opnar Vodafone þér stöðugt og hnökralaust samband hvert sem leið þín liggur bæði innanlands og erlendis í samstarfi við Vodafone Group. Vodafone fylgir þér til yfir 50 landa nú þegar og fleiri lönd bætast stöðugt við.

Sjónvarp gegnum 4G

Ný uppfærsla á Vodafone Sjónvarpi færir þér dagskrána þína um 4G beint í símann. Njóttu þess besta sem framtíðin hefur að bjóða með stöðugri tengingu og sjónvarpsefni á ferðinni. Náðu í Vodafone PLAY appið fyrir símann þinn strax í dag.

Framtíðin er spennandi.

Ertu til?

vodafone

EASY
Hornsófi. Ljós- eða dökkgrátt slitsterkt áklæði
Stærð: 305 × 220 × 95 cm. Aukahlutir á mynd: Hnakka og armpúði

193.540 kr. ~~239.990 kr.~~

CLEVELAND
Tungusófi. Hægri eða vinstri tunga.
Dökk- eða ljósgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 231 × 140 × 81 cm

92.734 kr. ~~114.990 kr.~~

HOLIDAY
Tungusófi. Limaq grátt eða svart slitsterkt áklæði
Stærð: 279 x 238 x 89 cm

193.540 kr. ~~239.990 kr.~~

EASY
Tveggja og þriggja sæta sófar. Dökk- eða ljósgrátt áklæði.

2ja sæta: 170 x 95 x 85 cm
80.637 kr. ~~99.990 kr.~~

3ja sæta: 205 x 95 x 85 cm
88.702 kr. ~~109.990 kr.~~

ASTERIX
2,5 og þriggja sæta sófi. Ljós- og dökkgrátt áklæði.
2,5 sæta: 200 x 95 x 87 cm

209.669 kr. ~~259.990 kr.~~

EASY
Tungusófi. Tunga getur verið bæði vinstra og hægra megin. Dökk- eða ljósgrátt áklæði. Stærð: 232 x 145 x 85 cm

137.089 kr. ~~169.990 kr.~~

DENVER
Tveggja og þriggja sæta sófar. Með dökkbrúnu slitsterku PU-áklæði.

2ja sæta: 168 x 98 x 88 cm
104.831 kr. ~~129.990 kr.~~

3ja sæta: 218 x 98 x 88 cm
137.089 kr. ~~169.990 kr.~~

TANGO
2ja sæta sófi. Slitsterkt orange, brúnt eða dökkgrátt áklæði. St.: 150 x 90 x 96 cm.

80.637 kr. ~~99.990 kr.~~

NATUZZI EDITIONS
B908 Sófasett, brúnt leður.
Einnig fáanlegt í svörtu leðri.

Sófi 2ja sæta: 178 x 97 x 88 cm
258.056 kr. ~~319.990 kr.~~

Sófi 3ja sæta: 218 x 97 x 88 cm
298.379 kr. ~~369.990 kr.~~

Stóll: 106 x 97 x 88 cm
185.476 kr. ~~229.990 kr.~~

KIRUNA
Tveggja sæta sófi.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 162 x 90 x 78 cm

68.540 kr.
~~84.990 kr.~~

KIRUNA
Þriggja sæta sófi.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 227 x 90 x 78 cm

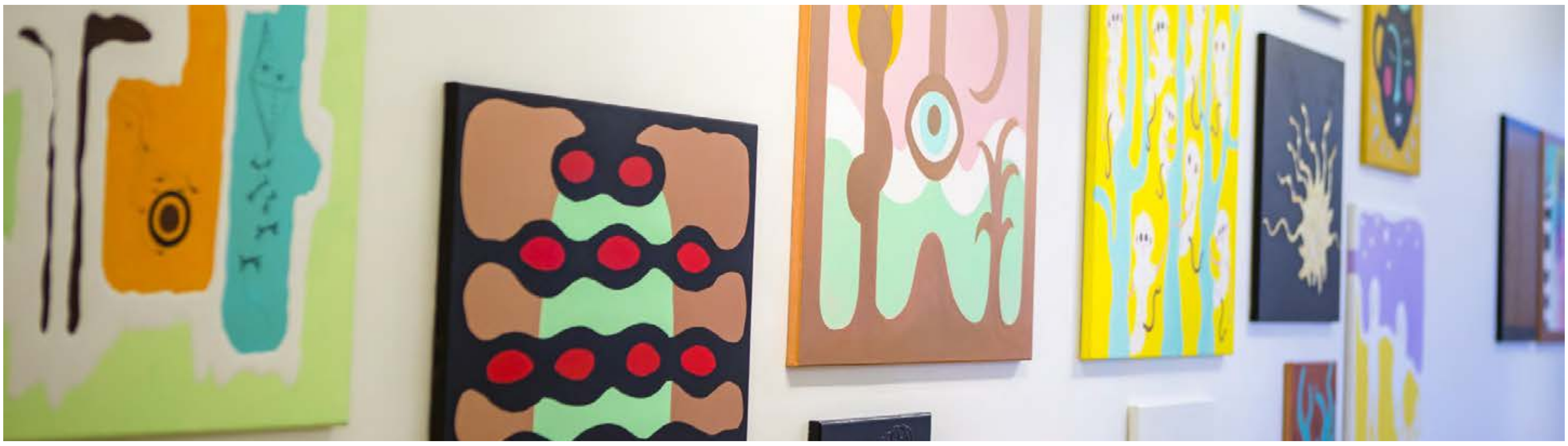
76.605 kr.
~~94.990 kr.~~

KIRUNA
U-sófi. Hægri eða vinstri tunga.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 301 × 200 × 78 cm

177.411 kr. ~~219.990 kr.~~

* **Taxfree tilboðið gildir af öllum sófum og jafngildir 19,35% afslætti.**
Gildir ekki ofan á önnur tilboð eða af sérpöntunum. Að sjálfsögðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði.
Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.

HÚSGAGNA HÖLLIN


„Ég elska liti en varð að finna mína leið í litavali,“ segir Gabríela en sterkir litir einkenna myndirnar á sýningunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ég er að opna hjarta mitt

Gabríela Friðriksdóttir sýnir verk sín í Hverfisgalleríi. Listakonan segir sýninguna eins og dagbók og þar sjáist hvað hún ólst upp við.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrun@frettabladid.is

Gabríela Friðriksdóttir sýnir ný verk sín á myndlistarsýningu sem verður opnuð í dag, laugardaginn 7. apríl, í Hverfisgalleríi. Þar sýnir hún tæplega sextíu málverk. Sýningin heitir einfaldlega Gabríela og listakonan segir hana einkennast af mjög persónulegum verkum.

„Ég geri mikið af myndböndum og innsetningum og milli þessara stóru verkefna mála ég og teikna. Ég vil sinna öllu: málverkum, teikningum, tónlist, dansi og vídeóverkum En alltaf endar það á því að ég sný aftur heim til teikninga og málverka,“ segir Gabríela. „Vinnustofan mín er á neðri hæðinni heima, ég vakna milli fimm og sex á morgnana og geng inn í vinnustofuna, anda að mér andrúmsloftinu og bý inni í því. Á hverjum degi fæ ég ótal hugmyndir og þarf að vinsa úr þeim.

Þegar mér var boðið að vera með sýningu í Hverfisgalleríi fannst mér upplagt að þessi heimilisiðnaður minn, litlu myndirnar sem ég geri milli verkefna, færi á sýningu. Þegar ég vinn verk fyrir stórar sýningar þá er ég að búa til heim, sem er oft marglaga. Hérna leyfi ég mér að vera algjörlega laus við það. Þannig að þessi sýning fjallar um það hver ég er og hvernig ég vinn. Sýningin heitir Gabríela og þar er ég að opna hjarta mitt. Þegar maður opnar sig svona, er sannur sjálfum sér og er ekki að rembast þá koma verk sem lýsa því hver maður er. Ég málaði það sem kom upp í hugann hverju sinni og afraksturinn er tæplega sextíu verk í öllum regnbogans litum.“

Sálræn glíma

Skærir litir einkenna málverkin. Af hverju hrífst hún af þessum litum?

„Það er geðveikin, ljótleikinn og þjáningin. Glíman við form og liti er mjög sálræn. Ég elska liti en varð að finna mína leið í litavali,“ segir hún. „Þegar ég var í myndlistarnámi var ég alveg ákveðin í því hvað ég ætlaði ekki að gera. Ég ætlaði ekki að endurtaka mig. Einn daginn fór ég að hugsa um það hversu góður mér þætti Allsorts lakkrís og hversu margir flottir litir væru í honum. Ég ákvað að þannig ætti litapallettan mín að vera: svartur, hvítur, brúnn og svo allir þeir skæru litir sem eru í þessum lakkrís. Þessir litir hafa fylgt mér síðan. Nú er ég að bæta við litum, eins og skærbleikum og rauði og blái liturinn sem ég notaði aldrei í gamla daga eru farnir að skjóta upp kollinum.“

Ekki hægt að flýja sjálfan sig

Á myndunum á sýningunni eru ýmiss konar form og fígúrur áberandi. „Þegar ég var yngri langaði mig óskaplega til að verða abstrakt listamaður, en það hefur ekki gerst. Sögumaðurinn er svo fastur í mér. Ég er bara þannig og það er ekki hægt að flýja sjálfan sig,“ segir hún. „Þessi sýning er algjörlega ég. Hún er eins og dagbók, bara máluð í staðinn fyrir að vera skrifuð. Ég horfi á þessa sýningu og sé nákvæmlega hvað ég ólst upp við.“

„Þessi sýning fjallar um það hver ég er og hvernig ég vinn,“ segir Gabríela. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hvað ólst hún upp við? Jú, barnabækur eins og Bláu könnuna og teiknimyndasögur. „Ég var og er enn afskaplega hrifin af teiknimyndasögum og teikningum í barnabókum, eins og myndum Tove Jansson og Barbapabba-myndunum. Það er svo margt í þessum barnabókum sem átti þátt í að skapa mig og það mun aldrei fara. Það mun enn sitja í mér þegar ég er orðin gömul kerling og það þykir mér vænt um. Þá er ég að tala um hluti eins og húmorinn manns og formskyn og smekk fyrir litum.“

Spennt fyrir kraftinum í trúnni

Ein mynd á sýningunni sýnir Bláu könnuna sem er orðin gömul og í annarri mynd sést Mikki mús sem hefur sömuleiðis elst töluvert. En þarna er mun fleira en myndir sem tengjast bókum og teikningum. Þarna er til dæmis mynd sem heitir Pólitík, en faðir Gabríelu, Friðrik Sophusson, var áberandi stjórnmálamaður á sínum tíma og systir hennar, Áslaug, er stjórnmálamaður. Önnur mynd heitir Guðspeki. „Ég ólst mikið upp í Guðspekifélaginu því mamma, Helga Jóakimsdóttir, var forseti Íslandsdeildarinnar og þar kynntist ég mörgu skemmtilegu fólki. Þarna sat fólk í hugleiðslu og það var svo yndislegt að ég fylltist af andagift,“ segir Gabríela. „Ég held að kynnin af Guðspekifélaginu hafi haft mikil áhrif á mig. Í verkum mínum hef ég verið að vinna úr guðdómnum og symbólismanum, þótt það sé kannski ekki beinlínis sýnilegt.“

> ÉG HALLAST AÐ BÚDDISMA ÞVÍ Í HONUM FELST ÞAÐ AÐ TAKA ÁBYRGÐ Á SJÁLFUM SÉR. HANN HENTAR MÍNUM RAUNVERULEIKA FULLKOMLEGA.

Þegar hún er spurð hvort hún sé trúuð segir hún: „Ég er zen búddisti. Ég hallast að búddisma því í honum felst það að taka ábyrgð á sjálfum sér. Hann hentar mínum raunveruleika fullkomlega. Mér finnst kaþólskan reyndar líka óskaplega spennandi. Oft hefur mig langað til að verða kaþólikki. Ég elska skreytingarnar í kaþólsku kirkjunum en get ekki hrifist af ljótu steypukirkjunum okkar þar sem eru engar myndir. Ég er mjög trúuð. Ég er líka spennt fyrir kraftinum sem er í trúnni og því ósýnilega. Það veitir mér innblástur.“

Dýrmætt úrræði lagt niður

Notendur GET-samfélagsgeðþjónustunnar og Hugarafls segja ráðamenn hafa sniðgengið þá. Þeim henti ekki hugmyndafræði valdeflingar sem þjónustan byggi á. Engin áhersla sé lögð á virkt samstarf við notendur.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Notendur Hugarafls efna til mótmæla við velferðarráðuneytið á þriðjudag. Þeir segja enga hafa rætt við sig um breytingar á þjónustu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Mjög mikilvæg þjónusta við stóran hóp fólks er í miklu uppnámi, ég mun missa sálfræðinginn minn," segir Kristinn Heiðar Fjölnisson íþróttakennari.

Kristinn Heiðar er einn hundraða notenda GET-þjónustunnar sem hefur í fimmtán ár starfað með Hugarafli að samfélagslegri geðþjónustu þar sem teymi fagfólks og notenda sinnir batahvetjandi stuðningi við einstaklinga og fjölskyldur þeirra.

Kristinn ásamt fleiri notendum Hugarafls og Geðheilsu – eftirfylgdar (GET) hefur boðað til þögulla mótmæla við velferðarráðuneytið, næstkomandi þriðjudag.

Skora á ráðherra að grípa inn í

Með mótmælunum vilja notendur skora á Svandísi Svavarsdóttur heilbrigðisráðherra og Ásmund Einar Daðason félagsmálaráðherra að koma í veg fyrir að þjónustan verði lögð niður enda sé hún mikilvæg.

Ráðherra hefur sagst ætla að leggja ríka áherslu á eflingu geðheilbrigðisþjónustu í embætti. Samkvæmt fjárlögum fyrir árið 2018 rennur 60 milljóna framlag til heilsugæslunnar sem er sérstaklega ætlað til að fjölga sálfræðingum og þverfaglegum geðheilsuteymum innan heilsugæslunnar. Auk þess er stefnt að því að auka aðgengi fólks að hugrænni atferlismeðferð.

Stefnt er að því að fólk sem glímir við geðröskun hafi aðgang að þverfaglegu teymi heilbrigðis- og félagsþjónustu sem komi að greiningu og meðferð. Því verði náð fram með fjölgun geðheilsuteyma á höfuðborgarsvæðinu.

En í tengslum við þetta ákvað Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins að leggja niður GET-teymið og stofna önnur teymi með öðrum áherslum en Hugarafl hefur unnið eftir.

Notendur GET og Hugarafls segja nýju teymin ekki vinna eftir hugmyndafræði valdeflingar.

Ekki rætt við notendur

„Mér finnst það merki um afturför og þröngsýni að undanskilja og sniðganga GET og Hugarafl. Þetta eru hundruð manns sem munu ekki lengur fá tækifæri og aðbúnað sem eru mikilvæg í bata," segir Kristinn. „Ég er lærður íþróttakennari og sótti mér aðstoð vegna þunglyndis. Fyrir tilstilli Hugarafls hef ég fengið tækifæri til þess að nýta mína þekkingu. Þar fær fólk tækifæri til að standa upp aftur," segir Kristinn og segist telja að heilbrigðisstarfsfólk hafi fordóma gagnvart starfi sem felur í sér valdeflingu. „Það eru langir biðlistar inn á heilsugæsluna eins og er. Mér finnst mikil mótsögn felast í því að segja að það verði meiri samfella í þjónustunni með því að slíta út starf samtakanna. Fólk verður meira einangrað heima hjá sér. Það hittir teymið en hittir ekki aðra notendur. Það virðist enginn skilningur vera á dýrmæti þessarar þjónustu sem er veitt hér hjá Hugarafli með GET. Mér finnst sýndarmennska einkenna nýja geðheilbrigðisáætlun því ekkert hefur verið rætt við okkur, hundruð manns sem nýtum okkur Hugarafl og GET til bata," segir Kristinn enn fremur. „Mér finnst verið að hunsa okkur. Tengslin á milli notenda hverfa alveg. Rödd notenda þarf einnig nauðsynlega að heyrast í þessum teymum. Það gæti endað illa ef fólk hefur ekki sína rödd gegn þremur eða fjórum í teymi," segir Kristinn.

Iðjuþjálfar taka undir mótmæli

Iðjuþjálfafélag Íslands lýsir einnig miklum vonbrigðum með ákvörðun Heilsugæslunnar. Í yfirlýsingu frá félaginu er harmað að sú faglega uppbygging, nýsköpun og frumkvöðlastarf sem hafi borið góðan árangur, hlotið verðskuldaða viðurkenningu og athygli inna lands sem utan, sé að engu gert með því að leggja GET niður.

„Ekki er hægt að sjá að með þeirri starfsemi sem áformað er að komi í staðinn sé með sama hætti gert ráð fyrir endurhæfingu og þjónustu iðjuþjálfa, né virku samstarfi við notendur og uppbyggingu styðjandi tengslanets," segir í yfirlýsingu frá iðjuþjálfum og eru stjórnvöld hvött til þess að tryggja að GET starfi áfram. „Hér er kjörið tækifæri fyrir stjórnvöld að standa við orð sín um að lögð verði áhersla á geðheilbrigðismál," segja iðjuþjálfar enn fremur.

„Ég persónulega kynntist starfinu sem vettvangskennari iðjuþjálfanema í Hugarafli núna í byrjun árs og það er einhver galdur í þessu samstarfi fagfólks og notenda sem má ekki rjúfa í sundur. Og valdeflingin er svo mögnuð hugmyndafræði," segir Berglind Indriðadóttir iðjuþjálfi um samstarf GET, iðjuþjálfa og samtökin Hugarafl.

Sinna þúsund manns á ári

Auður Axelsdóttir hjá Hugarafli segist afar áhyggjufull um framhaldið. „Við lítum alvarlegum augum á þetta. Saman eru GET og Hugarafl að sinna yfir 1.000 manns á ári. Margt fólk mun missa endurhæfingu sína, það missir þessi persónulegu tengsl sem það hefur við meðferðaraðila sinn. En við vinnum þetta þannig að fólk getur stjórnað ferðinni sjálft, má vera eins lengi og það vill og eins og það kýs," segir Auður. „Staðreyndin er þessi: Heilsugæslan byrjaði á því að leggja niður GET-teymið og stofnar þess í stað þrjú ný teymi sem eru fyrst og fremst byggð á hjúkrun. Endurhæfingin dettur niður, hópastarfið og þessi langtímastuðningur sem fólk hér hefur búið að. Það er heldur alls ekki verið að fara eftir okkar hugmyndafræði sem þykir þó vera framtíðin í geðheilbrigðisfræðum," leggur Auður áherslu á.

„En auðvitað er alvarlegast að það hefur ekki verið hlustað á notendur þessarar þjónustu eða tekið mark á þeim. Það hefur reyndar enginn haft samband við notendur GET og Hugarafls. Það var ákveðið að sniðganga okkar reynslu og þann faglega grunn sem byggir á valdeflingu. Þetta er klár afturför. Eitt af því sem við höfum alltaf barist fyrir er að fólk hafi valmöguleika og sterka rödd. Svo verður því miður ekki lengur. Við eigum öll að fara á sama göngubrettið og það er verið að beisla grasrótina. En grasrótin sinnir hins vegar mikilvægu hlutverki í heilbrigðisþjónustu," segir Auður.

Hugarafl mitt annað heimili

Sigurborg Sveinsdóttir er annar notandi Hugarafls og starfar nú sem ritari samtakanna. Hún er einnig iðjuþjálfi. „Þetta er algerlega óskiljanlegt. Sérstaklega í ljósi þess mikla árangurs sem starfið hefur leitt af sér. Nú eru 46 manns með allan sinn endurhæfingarlífeyri í uppnámi. Þetta er fólk sem mun ekki fara auðveldlega í endurhæfingu annars staðar. Fyrrverandi ráðherra, Þorsteinn Víglundsson, hafði skilning á þessu. En síðan verður þessi gjörningur í skjóli nýs ráðherra. Og það er einkennilegt hvernig hefur verið að þessu staðið. Hluti af skýringunni er líklega sá að Heilsugæslan vill taka þetta alfarið í sínar hendur og hugnast ekki okkar aðferðafræði. Valdefling og að allir eigi von um bata. Og hugnast heldur ekki að notendur hafi rödd sem stundum fer gegn kerfinu. Mér finnst fólk verða óvarið, raddlaust og skilið eftir með fáa möguleika. Þessi nýju teymi eru mikil afturför og munu ekki rjúfa einangrun fólks," segir Sigurborg. „Ég var að glíma við þunglyndi og kvíða. Ég hafði ekki slæma reynslu af heilbrigðiskerfinu en þurfti samt að halda áfram í bata. Það skref tók ég í Hugarafli, þar styrkti ég sjálfsmyndina og varð fær um að taka að mér verkefni. Ég á þeim allt að þakka, þetta varð mitt annað heimili," segir Sigurborg.

> MÉR FINNST FÓLK VERÐA ÓVARIÐ, RADDLAUST OG SKILIÐ EFTIR MEÐ FÁA MÖGULEIKA. ÞESSI NÝJU TEYMI ERU MIKIL AFTURFÖR SEM MUNU EKKI RJÚFA EINANGRUN FÓLKS.
>
> Sigurborg

> AUÐVITAÐ ER ALVARLEGAST AÐ ÞAÐ HEFUR EKKI VERIÐ HLUSTAÐ Á NOTENDUR ÞESSARAR ÞJÓNUSTU EÐA TEKIÐ MARK Á ÞEIM.
>
> Auður

> FÓLK VERÐUR MEIRA EINANGRAÐ HEIMA HJÁ SÉR. ÞAÐ HITTIR TEYMIÐ EN HITTIR EKKI AÐRA NOTENDUR. ÞAÐ VIRÐIST ENGINN SKILNINGUR VERA Á DÝRMÆTI ÞESSARAR ÞJÓNUSTU SEM ER VEITT HÉR HJÁ HUGARAFLI MEÐ MEÐ GET.
>
> Kristinn

BLÁR APRÍL
Styrktarfélag barna með einhverfu

EINHVERFAN MÍN ER BARA HLUTI AF MÉR OG VERÐUR ÞAÐ ALLTAF

Heilsaðu upp á Maríu á blarapril.is
Hún er einhverf og hefur frá ýmsu að segja

Ferðir

LAUGARDAGUR 7. APRÍL 2018

Kynningar: ÚrvalÚtsýn, Bed and Breakfast hótel

Birta Dögg stundar nú nám í tölvunarfræði og ferðalögin bíða á meðan. MYND/ERNIR

Með ferðabakteríu á háu stigi

Birta Dögg Skaftadóttir var aðeins tvítug að aldri þegar hún hélt í fjögurra mánaða ferðalag til Asíu, Ástralíu og Nýja-Sjálands með viðkomu í Kína. Árið eftir ferðaðist hún með lestum um Evrópu.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is

Birta Dögg Skaftadóttir veit fátt skemmtilegra en að ferðast og notar hvert tækifæri til að skoða heiminn. Að loknu stúdentsprófi frá Menntaskólanum í Reykjavík ákvað hún að taka sér frí frá frekara námi og nota tímann til að ferðast.

„Mig langaði til að upplifa eitthvað nýtt, kynnast nýju fólki og sjá meira af heiminum. Eitt það besta við að ferðast er að maður eignast góða vini út um allan heim,“ segir Birta brosandi.

„Ég og vinkona mín, Ester Ósk Pálsdóttir, ákváðum að fara saman í heimsreisu en við vissum ekki alveg hvernig við ættum að snúa okkur í því máli. Við lásum okkur til og spurðumst fyrir hjá vinum og kunningjum sem höfðu farið á framandi slóðir. Við fengum góð ráð um hvað við ættum að taka með okkur og hvernig við gætum undirbúið okkur sem best. Svo höfðum við samband við ferðaskrifstofuna Kilroy um hvernig við ættum að setja saman ferðina. Þau hjá Kilroy hjálpuðu okkur að panta flugið en í gegnum þau fengum við allar flugferðirnar á góðu verði,“ segir Birta en þær vinkonurnar héldu af stað í febrúar 2015.

Nýja-Sjáland heillaði

Birta og Ester flugu frá Íslandi til Dúbaí og dvöldu þar í nokkra daga en síðan lá leiðin til Nýja-Sjálands sem heillaði þær alveg upp úr skónum. „Við leigðum okkur húsbíl og keyrðum um í tvær vikur og náðum að skoða marga áhugaverða staði á þeim tíma. Það sem stóð upp úr á Nýja-Sjálandi var hvað fólkið var ótrúlega hjálpsamt og vingjarnlegt. Náttúran er líka alveg einstök, ólík öllu sem ég hef séð áður, og margt hægt að gera sem tengist útivist. Við fórum t.d. í zip-line túr að nóttu til í skóginum fyrir utan bæ sem heitir Roturua og er á Norðurey. Það var mikið frelsi að geta keyrt um og skoðað hvað sem okkur datt í hug. Við fórum m.a. til Auckland, Wellington og Christchurch og skoðuðum líka litla bæi á leiðinni. Þá er hægt að fara á tökustaði kvikmyndanna Hringadróttinssaga og Hobbitinn, sem er æðislegt fyrir aðdáendur myndanna,“ segir Birta.

„Síðan flugum við til Sydney í Ástralíu en frændfólk Esterar er búsett þar í borg og hún var að hitta þau í fyrsta sinn. Þau tóku afar vel á móti okkur. Eftir fjögurra daga dvöl hjá þeim tókum við rútu sem ók með fram Gold Coast, eða Gullnu ströndinni. Á leiðinni skoð-

Framhald á síðu 2 →

uðum við t.d. Byron Bay og Surfers Paradise þar sem við lærðum að leika okkur á brimbretti. Það var mjög skemmtilegt og mikil upplifun.“

Lærði að kafa

Þær enduðu ferðalagið um Ástralíu í Brisbane áður en þær fóru yfir til Asíu. „Við flugum til Koh Samui og þaðan fórum við til Koh Tao og skráðum okkur í köfunarskóla. Það var mjög gaman en köfun er þó alls ekki fyrir alla. Þegar maður prufar að kafa finnur maður strax hvort þetta hentar manni eða ekki. Okkur var að vísu ekki sagt frá því í byrjun en þetta var skemmtileg upplifun og mikið ævintýri að sjá fjölbreytt lífið í sjónum.“

Með viðkomu á eyjunni Koh Phi Phi lá leiðin yfir til Bangkok í Taílandi þar sem Birta og Ester höfðu pantað mánaðarferð um Asíu. „Við fórum í hópferð sem kallast Indókína-leiðin með ferðaskrifstofu sem heitir G Adventures. Við fórum til Kambódíu, Víetnams og Laos og enduðum aftur í Taílandi. Næst fórum við til Kína og þaðan heim til Íslands.“

Fengu menningarsjokk í Kína

Að sögn Birtu fengu þær Ester svolítið menningarsjokk við að koma til Kína. „Enda er landið allt öðruvísi en við höfum vanist hérna á litla Íslandi. Mikill fjöldi fólks er í stórborgunum en við heimsóttum m.a. Sjanghæ, Yichang, Xi'an og Beijing. Við prófuðum tai chi, hjóluðum á borgarmúrnum í Xi'an, skoðuðum Leirherinn og ferðuðumst með næturlestum. Við gengum á Kínamúrnum í Beijing og renndum okkur niður á hálfgerðum sleðum sem var mjög skemmtilegt. Kínverskur matur er eitt það besta sem ég fæ og mjög ólíkur því sem ég hef fengið á Íslandi.“

Spurð hvort eitthvað hafi komið upp á í ferðinni segir Birta að í eitt sinn hafi bíllinn sem þær voru með bilað og flug verið yfirbókað en annars hafi allt gengið að óskum. „Við leystum bara úr því með því að vera sjálfstæðar og fundum út úr málunum. Við lentum sem betur fer ekki í neinum erfiðum aðstæðum. Við vorum ekki búnar að skipuleggja ferðina frá upphafi til enda heldur

> **Mig langaði til að upplifa eitthvað nýtt, kynnast nýju fólki og sjá meira af heiminum.**

létum þetta ráðast. Það eina sem við pöntuðum var flugið og tvær skipulagðar ferðir. Viði gistum ýmist á farfuglaheimilum eða hótelum, eftir efnum og aðstæðum.“

Sterk útþrá

Þegar heim kom fór Birta að vinna við umönnun hjá hjúkrunarheimilinu Ísafold í Garðabæ en útþráin var enn til staðar. „Ég réð mig því sem au-pair í Lúxemborg og dvaldi þar í hálft ár. Þá kom ég aftur heim og vann á Ísafold til að safna mér fyrir næstu ferð,“ upplýsir hún.

Í það skiptið fór Birta með Kristínu Eddu Kristjánsdóttur, vinkonu sinni, á Interrail um Evrópu, ferð sem tók einn mánuð. „Við fórum fyrst til Parísar, þaðan til Nice og svo til Milanó. Við vorum við Como-vatn í nokkra daga, skoðuðum Feneyjar og Veróna en fórum svo til München og Prag. Svo fórum við til Króatíu líka en ferðin endaði í Amsterdam. Við höfðum aðeins tvo til þrjá daga á hverjum stað svo við höfðum ekki mikinn tíma til að skoða hvern stað fyrir sig,“ segir Birta en hún var hrifnust af Prag og fannst Króatía fallegasta landið. „Þessi tvö ferðalög voru mjög ólík. Mér finnst Evrópa ekki eins fjölbreytt og framandi og Asía.“

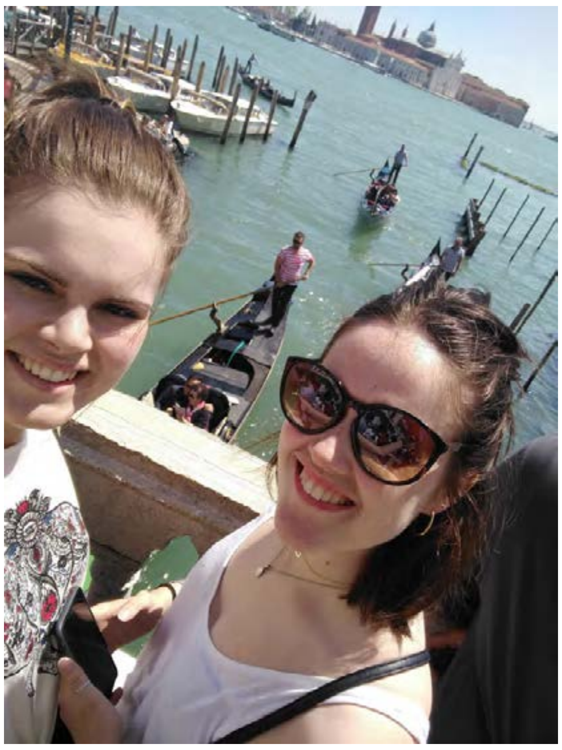
Birta brosir þegar hún er spurð hvað foreldrar hennar segi við öllu þessi flakki. „Þegar ég sagði þeim að mig langaði í heimsreisu var mamma ekki mjög hrifin en pabbi var rólegri. Þau tóku því svo mjög vel þegar við vorum búnar að skipuleggja og undirbúa ferðina og voru mjög hvetjandi og drógu ekkert úr okkur.“

Birta er nú á öðru ári í tölvunarfræði við Háskóla Íslands og hefur í nógu að snúast í náminu en hún er þó farin að huga að næsta ferðalagi. „Á næsta ári er útskriftarferð á framandi slóðir og það getur vel verið að ég lengi ferðina og taki smá aukaferðalag.“

Í Beijing í Kína.

Þær Birta og Ester lærðu tai chi í Kína og höfðu gaman af.

Hjólað í Kína, við borgarmúrinn í Xi'an.


Birta og Kristín Edda í Feneyjum.

Interrail-ferðin um Evrópu tók einn mánuð. Króatía var það land sem heillaði Birtu mest.

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Elmar Hallgríms Hallgrímsson | Sölumaður auglýsinga: Ólafur H. Hákonarson, olafurh@frettabladid.is, s. 512 5433 | Veffang: frettabladid.is

ÚRVAL ÚTSÝN
BÓKAÐU SÓL
Á UU.IS
MEÐ ÍSLENSKRI FARARSTJÓRN
SKOÐUNARFERÐIR Í BOÐI
HÁLFT FÆÐI
ALBIR 18.–24. MAÍ
★★★★ KAKTUS
VERÐ FRÁ 72.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með HÁLFU FÆÐI.
Verð frá 82.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
FJÖL-SKYLDU-VÆNT
TENERIFE 22.–29. MAÍ
★★★ PARQUE CRISTOBÁL
VERÐ FRÁ 85.900 KR.
Verð á mann m.v. 3 fullorðna og 2 börn í kid suite.
Verð frá 106.500 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
MALLORCA 26. ÁGÚST – 2. SEPTEMBER
★★★★ FONTANELLAS PLAYA
VERÐ FRÁ 78.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð með 1 svefnherbergi.
Verð frá 110.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
FJÖL-SKYLDU-VÆNT
ALLT INNIFALIÐ
ALMERÍA 31. MAÍ – 7. JÚNÍ
ZORAIDA GARDEN ★★★★
VERÐ FRÁ 99.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli ALLT INNIFALIÐ.
Verð frá 123.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
HÁLFT FÆÐI
KANARÍ 5.–12. JÚNÍ
IFA BUENAVENTURA ★★★
VERÐ FRÁ 73.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með HÁLFU FÆÐI.
Verð frá 84.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
★ LÚXUS ★
FJÖL-SKYLDU-VÆNT
MORGUN-VERÐUR
MALLORCA 17.–24. JÚNÍ
ZAFIRO PALACE PALMANOVA ★★★★★
VERÐ FRÁ 124.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í junior svítu með MORGUNVERÐI.
Verð frá 151.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.
ALLT INNIFALIÐ
AÐEINS 18 ÁRA OG ELDRI
BENIDORM 15.–22. JÚNÍ
SUNCONFORT AGUA AZUL ★★★★
VERÐ FRÁ 122.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna í tvíbýli með ALLT INNIFALIÐ.
AÐEINS 18 ÁRA OG ELDRI
TENERIFE 4.–11. JÚLÍ
TIGOTAN ★★★★
VERÐ FRÁ 136.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna í tvíbýli með HÁLFU FÆÐI.
KANARÍ 21.–28. ÁGÚST
BUNGALOWS PARQUE PARAISO ★★★
VERÐ FRÁ 57.900 KR.
Verð á mann m.v. 3 fullorðna og 2 börn í smáhýsi með 2 svefnherbergjum.
Verð frá 72.900 kr. á mnann m.v. 2 fullorðna.
STÓRFJÖLSKYLDUR OG VINAHÓPAR?
FÁIÐ RÁÐGJÖF OG TILBOÐ Í YKKAR HÓP FRÁ FERÐARÁÐGJÖFUM.
SENDIÐ PÓST Á HOPAR@UU.IS
NÁNAR Á URVALUTSYN.IS
OG HJÁ FERÐARÁÐGJÖFUM Í SÍMA 585 4000
VERÐ ERU BIRT MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR OG STAFABRENGL.
INNIFALIÐ Í VERÐI ER FLUG, GISTING, ÍSLENSK FARARSTJÓRN, FLUGVALLASKATTAR, FERÐATASKA OG HANDFARANGUR.
ÚRVAL ÚTSÝN | HLÍÐASMÁRA 19 | 201 KÓPAVOGUR | 585 4000 | UU.IS

Albanía er falin náttúruperla

Það er ekki seinna vænna að skipuleggja sumarfríið. Spánn er alltaf vinsæll hjá Íslendingum, margir fara til Grikklands en Króatía sækir á. Þó er sagt að margir séu að uppgötva Albaníu sem paradís.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Saranda er fallegur staður við ströndina í Albaníu. Ferðamenn eru að byrja að uppgötva þennan stað sem sumarleyfisparadís.

Albanía hefur verið að vaxa sem ferðamannaland enda ákaflega fallegt land og ódýrt að sækja heim. Norðmenn hafa verið að uppgötva Albaníu og Terje Berge, framkvæmdastjóri FINN reise, segir í samtali við norska vefmiðilinn VG að ferðamannastraumur þangað hafi aukist um 400% undanfarið í pakkaferðum. Hann segist trúa því að Albanía sé að verða „nýja Króatía“ hjá norskum ferðamönnum. Sömuleiðis hafa forsvarsmenn hjá ferðaskrifstofunni Apollo í Noregi trú á Albaníu í sumar. Apollo hóf skipulagðar pakkaferðir þangað fyrir tveimur árum og áhuginn hefur stöðugt aukist. Í sumar er boðið upp á þrjá nýja staði í Albaníu, Durres Riviera, Himare og Dhermi. Sagt er að strendurnar við Adríahafið séu frábærar en landið liggur í Suðaustur-Evrópu og á landamæri að Kósóvó og Svartfjallaland í norðri, Makedóníu í austri og Grikkland í suðri. Vesturhlutinn liggur að Adríahafi en suðvesturhlutinn með fram Jónahafi.

Hótelum hefur fjölgað við strendurnar í Albaníu eftir því sem ferðamannastraumur eykst. Landið er fátækt og þess vegna eru ferðamenn kærkomnir gestir. Maturinn er góður enda liggur landið stutt frá Ítalíu og hefur trúlega orðið fyrir einhverjum áhrifum þaðan í matargerð. Það besta við að ferðast til Albaníu er verðið. Allt er mun ódýrara en til dæmis á Ítalíu.

Faldar perlur

Það kemur á óvart að þegar ferðast er um Evrópu séu enn til faldir leyndardómar, sérstaklega við ströndina, segir í vefmiðli The Telegraph. Svartfjallaland sem er ekki langt frá hefur náð ferðamönnum til sín með góðum árangri en Albanía virðist hafa orðið útundan. Þá hefur ferðamannafjöldi farið mjög vaxandi í Króatíu sem er ofar á skaganum. Það er undarlegt að hin fallega strönd Albaníu við Adríahaf skuli ekki vera orðin ferðamannaparadís. Fjarlægðin frá Vlorë, sem er þriðja stærsta borg Albaníu, yfir hafið til Pugliu á Ítalíu er aðeins 60 mílur.

Bent er á í greininni í The Telegraph að góð hótel séu nálægt borginni Durrës sem er norðan til í landinu og í Saranda í suðri sem er nálægt grísku landamærunum. Þarna sjást þó ekki margir Bretar, segir vefmiðillinn. Ástæðan gæti verið sú að í Albaníu hefur aðeins einn alþjóðlegur flugvöllur verið starfandi. Hann er við höfuðborgina Tirana en lággjaldaflugfélög hafa ekki verið að fljúga þangað. Flugvöllurinn heitir Nënë Tereza í höfuðið á Móður Teresu sem fæddist í landinu. British Airways er eina flugfélagið sem flýgur til Tirana frá London í gegnum Gatwick flugvöll. Strangar reglur, há lendingargjöld og einokun komu í veg fyrir að lággjaldaflugfélög byðu ferðir til Albaníu en reglum var breytt árið 2016 og nú er ferðum að fjölga. Hugmyndir eru uppi um að byggja nýjan flugvöll nálægt Saranda en þangað sækja ferðamenn.

Búast má við því að ferðamönnum fjölgi mikið til Albaníu á næstu árum.

Lokað land

Albanía var lokað land mun lengur en önnur austurevrópsk lönd eftir að kalda stríðinu lauk. Það hefur kostað þjóðfélagið dýrmætar tekjur af ferðamönnum. Sem betur fer er tíðarandinn og stjórnmálin að breytast í landinu og menn að átta sig á að hin fallega strandlengja landsins er dýrmætt landsvæði. Uppbyggingin er hafin enda Albanía heillandi land að heimsækja. Höfuðborgin Tirana er áhugaverð og þar eru merkilegar fornleifar eins og víðar í landinu. Egyptaland og Tyrkland hafa misst ferðamenn og það er spurning hvert þeir leita í sól og strendur. Talið er að á næstu þremur til fjórum árum muni fólk leita í auknum mæli á strendurnar í Albaníu.

Um þrjár milljónir manna búa í Albaníu en talið er að jafn stór hluti landsmanna hafi flúið bágt ástand og búi um víða veröld. Spilling er sömuleiðis mikil í landinu og hafa margir íbúar flúið til nágrannaríkja, sérstaklega til Grikklands. Albanar eru stór hluti þeirra sem leita hælis á Íslandi en þeim er í flestum tilfellum synjað um hælisvist. Albanía hefur verið með umsókn til Evrópusambandsins frá árinu 2003 en ekki fengið inngönguleyfi. Þess má geta að ferðaskrifstofan Trans Atlantic bauð upp á ferð til Albaníu fyrir páska með millilendingu í London en ferðamenn úr þeirri ferð koma heim í dag.

Ástralía 5.-25. október

Þriggja vikna spennandi ferð um Ástralíu frá 5. - 25. október.
- Mikið innifalið -

Kynntu þér ferðina betur á www.icelinetravel.com

Verð 649.000 á mann
miðað við 2 í herbergi

Upplýsingar í símum 845 - 1425 / 899 - 1295
eða á tölvupósti info@iceline.is

Fólk
Helgin

LAUGARDAGUR 7. APRÍL 2018

Deep Relief hlaupið slær á verki og bólgur í vöðvum.

Deep Relief við bólgu og verkjum í vöðvum

Deep Relief hlaup inniheldur íbúprófen og levómentól sem dregur úr verkjum og bólgum. Deep Relief er borið á aum svæði og gefur þannig staðbundna verkun. Deep Relief er lyf sem fæst án lyfseðils í apótekum. →2

Nemendur á öðru ári í fatahönnun við Listaháskóla Íslands hönnuðu fatalínu úr notuðum fatnaði og textíl. Afrakstur þeirrar vinnu er til sýnis í húsnæði Listaháskólans. →6

TAXFREE DAGAR
TIL SUNNUDAGS

20% AFSL. AF ÖLLUM VÖRUM

habitat TEKK COMPANY

TEKK COMPANY OG HABITAT | SKÓGARLIND 2, KÓPAVOGI | SÍMI 564 4400 | OPIÐ MÁN-FÖS 10-18 | LAU 11-17 OG SUN 13-17 | VEFVERSLUN Á WWW.TEKK.IS

Framhald af forsíðu ➪

Bólga í vöðvum og liðum einkennist af þrota, roða, stífleika og verkjum, og er það leið líkamans til að hefja bataferlið. Deep Relief hlaup er ætlað til að draga úr gigtarverkjum, vöðvaverkjum, sársauka og bólgum, svo sem eftir tognanir og íþróttameiðsl. Deep Relief er ætlað fullorðnum og börnum eldri en 12 ára.

Staðbundin verkun

Deep Relief inniheldur íbúprófen sem tilheyrir flokki bólgueyðandi verkjalyfja, en þau hafa verkjastillandi áhrif og draga úr bólgu og þrota,“ segir Særós Ester Leifsdóttir, lyfjatæknir hjá Icepharma. „Auk þess inniheldur það levómentól sem hefur kælandi áhrif sem slævir verki.“ Þegar Deep Relief hlaup er borið á aum svæði þá er mjög sjaldgæft að fólk finni fyrir kviðverkjum og meltingartruflunum af íbúprófeni sem lyfið inniheldur, þar sem notkunin er staðbundin. Einnig getur lyfið hentað vel þeim sem eiga erfitt með að gleypa töflur eða hylki.

Gott að hafa í huga

Deep Relief hlaup fæst í 50 g túpu. Nota skal 1-4 cm af Deep Relief hlaupinu í hvert skipti, og smyrja því í þunnu lagi á svæðið sem á að meðhöndla. Hlaupinu er nuddað varlega á, þar til það hefur gengið inn í húðina. Endurtaka á þetta allt að 3 sinnum á dag en ekki oftar. Ekki má nota hlaupið oftar en á 4 klukkustunda fresti. Ef verkur eða þroti eru viðvarandi eftir notkun hlaupsins í 2 vikur á að hafa samband við lækni.

Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is. Mentholatum. MEN180402 – apríl 2018.

Deep Relief

Coldfri við kvefi og særindum í hálsi

Coldfri munnúði styttir kveftímabil og meðhöndlar særindi í hálsi. Coldfri er í 20 ml úðaglasi og fæst í apótekum á góðu verði.

Coldfri munnúði er ekki lyf en er seldur í apótekum. Tilvalið er að prófa Coldfri munnúða næst þegar kvefpestin ber að dyrum. Munnúðinn er sykurlaus og því ákjósanlegur í stað sykraðra hálstaflna við hálsbólgunni. „Mikilvægur þáttur í að hindra framgang kvefpesta er að koma í veg fyrir að sýklar nái fótfestu í kokinu,“ segir Hákon Steinsson, lyfjafræðingur hjá LYFIS.

LYFIS
Traust í lyfjum

Coldfri Coldfri munnúði er sykurlaus og fæst í apótekum.

Hvað gera innihaldsefnin?

GLÝSERÓL OG SORBITÓL

- minnka bólgu/bjúg í slímhimnu í hálsi sem linar sársauka
- hvata munnvatnsmyndun sem veldur útskolun á sýklum

ZINK ASETAT

- myndar varnarfilmu á slímhúðinni
- hefur veiru- og bakteríuhamlandi áhrif
- hvatar ónæmissvari við sýkingu

PANTOTENAT (B5-VÍTAMÍN)

- hvetur endurnýjun á bólginni slímhimnu í koki

Coldfri má nota á meðgöngu og með barn á brjósti.

Fólk 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: 365 miðlar
Ábyrgðarmaður: Elmar Hallgríms Hallgrímsson

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 512 5349 | **Ragnheiður Tryggvadóttir,** heida@frettabladid.is, s. 512 5367 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is, s. 512 5368 | **Sigríður Inga Sigurðardóttir,** sigriduringa@frettabladid.is, s. 512 5372 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@frettabladid.is, s. 512 5358 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is s. 512 5338

Sölumenn: **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 512 5457 | **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429 | **Ólafur H. Hákonarson,** olafurh@frettabladid.is, s. 512 5433 | **Máté Dalmay,** mate@frettabladid.is, s. 512 5442 ,

Ofnæmi, meltingartruflanir, sveppasýkingar og sykurát

Bio-Kult Candéa er blanda af góðgerlum, hvítlauk og Grape Seed Extract sem hefur góð áhrif á meltinguna og hjálpar til við að draga úr áhrifum og vexti Candida-svepps. Bio-Kult er góð lausn.

Candida albicans er svokallaður tækifærissveppur (sem er ákveðið form af geri) og er hann í litlum mæli í munni og þörmum til að aðstoða við meltingu. Hann er í raun eðlilegur hluti af hópi þeirra örvera sem lifa í meltingarveginum en ef þessi sveppur fær að vaxa óhindrað veldur hann fjölda óæskilegra einkenna eins og t.d. þreytu, liðverkjum, loftmyndun, þyngdaraukningu og löngun í sykruð matvæli og drykki eykst.

Meltingartruflanir, sveppasýkingar eða þunglyndi?

Afar mikilvægt er að þarmaflóran okkar sé heilbrigð og í jafnvægi en það er stundum hægara sagt en gert því það er svo margt í nútímasamfélaginu sem hefur áhrif þar á og kemur á ójafnvægi í þörmunum. Þar ber helst að nefna sýklalyf, óreglulegan svefn, streitu, mikla kaffi- og áfengisneyslu og að sjálfsögðu neyslu sykurs og einfaldra kolvetna. Ef það verður ójafnvægi á þarmaflórunni og það dregur úr vexti heilbrigðra baktería myndast kjöraðstæður fyrir þær óæskilegu og er Candida-sveppurinn þá oftarlega á blaði. Ef hann fer að vaxa óhindrað veldur hann oft miklum usla og einkennin leyna sér ekki. Það getur t.d. verið:

Meltingartruflanir, uppþemba, óeðlilegar hægðir, húðvandamál, sveppasýkingar (sérstaklega hjá konum), tímabundið ofnæmi, hugsanlegt þunglyndi.

Sveppur sem elskar sykur

Candida-sveppurinn elskar sykur og nærist og dafnar vel þegar svoleiðis er í boði. Hann ýtir því líka undir löngun í sætindi og eiga margir erfitt með að kljást við þann púka. Mikill ofvöxtur á Candida albicans getur valdið því að þarmaveggirnir veikjast og verða gegndræpir (leaky gut/gegndræpur ristill) og þá er ástandið orðið alvarlegt því þegar óæskileg efni ná að leka úr þörmunum út í líkamann valda þau sjúkdómum eins og t.d. síþreytu, liðagigt, mígreni og fleiru sem getur verið mun alvarlegra.

Góðir gerlar og breytt mataræði

Það er vel hægt að ráða niðurlögum Candida-sveppsins og það fyrsta sem þarf að gera er að útiloka allan sykur úr fæðunni. Það þýðir að við sleppum sælgæti, kökum, hveiti og áfengi. Einnig skal draga úr neyslu á korni, baunum, ávöxtum, brauði, pasta og kartöflum, en það mun hindra vöxt sveppsins og á endanum hjálpa til við að koma á jafnvægi. Einnig er mikilvægt að sleppa neyslu á gerjuðum matvælum eins og t.d. súrkáli því þó svo að það sé gott og örvi vöxt baktería í þarmaflórunni, þá örvar það líka óæskilegar bakteríur. Til þess að verið sé að vinna heilshugar að því að drepa gersveppinn og koma jafnvægi á þarmaflóruna er best að taka inn góða mjólkursýrugerla því það þarf að styðja við framleiðslu á góðum bakteríum á sama tíma og við drögum úr vexti þeirra „vondu“.

> Það er vel hægt að ráða niðurlögum Candida-sveppsins og það fyrsta sem þarf að gera er að útiloka allan sykur úr fæðunni.
>
> Hrönn Hjálmarsdóttir, næringar- og heilsumarkþjálfi

Bio-Kult Candéa hefur reynst fólki með meltingarvandamál mjög vel.

Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir.

Hrönn Hjálmarsdóttir.

Bio-Kult Candéa er lausnin

Bio-Kult Candéa inniheldur öfluga blöndu af vinveittum gerlum ásamt hvítlauk og Grape Seed Extract sem hafa góð áhrif á meltinguna og hjálpa til við að drepa niður Candida albicans gersveppinn. Fyrir utan að innihalda 14 mismunandi gerlastrengi sem byggja upp vinveittu þarmaflóruna er þarna hvítlaukur sem er gríðarlega öflugur við að drepa niður gerjun og trufla virkni sveppsins og Grape Seed Extract sem er þykkni, gert úr kjörnum vínberja. Það inniheldur efnasambönd sem eru afar virk gegn fjölmörgum tegundum baktería, veira og sveppa og hafa langvarandi sveppasýkingar (af völdum Candida albicans) verið meðhöndlaðar með þessu efni.

Uppþemban hætti og sykurlöngun minnkað til muna!

Inntaka á Bio-Kult Candéa hefur reynst fjölmörgum afar vel og er Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir ein þeirra:

„Í mörg ár fann ég fyrir óþægindum í maga. Ég upplifði það yfirleitt þegar líða tók á daginn að ég yrði sífellt uppblásnari um magann og sér í lagi efri hluta hans þannig að ég taldi líklegt að um óþol væri að ræða. Mér var bent á Bio-Kult Candéa hylkin og ákvað að það sakaði ekki að prófa. Þegar ég hafði tekið staðfastlega tvö hylki daglega með stærstu máltíð dagsins í tvo mánuði fór ég að finna mun. Ég hafði í mörg ár verið afar hrifin af ákveðnum gosdrykk og hann varð hreinlega að vera til í ísskápnum. Eftir þessa tvo mánuði fór ég að finna minnkandi löngun í hann sem og aðra sykraða gosdrykki og hefur vatnsdrykkja aukist að sama skapi. Í dag hefur gosið að mestu fokið og engin löngun til staðar í slíkt lengur. Ég hef einnig náð að halda mér í kjörþyngd og þakka ég það daglegri inntöku Bio-Kult Candéa sem fær að ferðast með mér allt sem ég fer og útblásni maginn gerir sjaldan vart við sig í dag ef ég gæti mín á salti og sykri“

> Ég hef einnig náð að halda mér í kjörþyngd og þakka ég það daglegri inntöku Bio-Kult Candéa sem fær að ferðast með mér allt sem ég fer og útblásni maginn gerir sjaldan vart við sig í dag ef ég gæti mín á salti og sykri.
>
> Kolbrún Hildur Gunnarsdóttir, 54 ára og 5 barna móðir

Bio-Kult Candéa er öruggt og hentar vel fyrir alla, einnig barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. Pakkinn inniheldur 60 hylki og ef um fyrirbyggjandi meðferð er að ræða, duga 2 hylki á dag (1 hylki tvisvar á dag). Ef Candidasýkingin hefur þegar blossað upp þá er í lagi að taka tvö hylki tvisvar á dag.

Fæst í apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum verslana.

Selma Björk er mjög ánægð með áhrifin af Femarelle.

Femarelle skiptir Valgerði miklu máli.

Eva Ólöf er hressari þegar hún notar Femarelle.

FEMARELLE REJUVENATE
- Slær hratt á fyrstu einkenni breytingaskeiðs
- Minnkar skapsveiflur
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Eykur orku
- Eykur teygjanleika húðar
- Viðheldur eðlilegu hári

FEMARELLE RECHARGE
- Slær hratt á einkenni (hitakóf og nætursviti minnka)
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Eykur orku
- Eykur kynhvöt
- Hefur engin áhrif á vef í brjóstum eða legi

FEMARELLE UNSTOPPABLE
- Inniheldur kalsíum og D3-vítamín sem eru nauðsynleg til að styrkja bein að innan
- Stuðlar að heilbrigðri slímhúð legganga
- Eykur liðleika
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Eykur orku sem stuðlar að andlegu jafnvægi

Lífið ætti ekki að taka stakkaskiptum við það að eldast – vertu með okkur

Elskaðu.Lifðu.Njóttu. Femarelle® vörulínan

www.fi.is

Myndakvöld
Ferðafélags Íslands

Þriðjudaginn 10. apríl kl. 20 í sal FÍ Mörkinni 6

Myndagetraun sem öllum sem mæta gefst kostur á að taka þátt í. Leifur Þorsteinsson stýrir.

Örnefni á Torfajökulssvæðinu og að Fjallabaki:
Ólafur Örn Haraldsson höfundur árbókar FÍ um Friðland að Fjallabaki.

Þátttaka er ókeypis – allir velkomnir

Ég fer á fjöll

FERÐAFÉLAG ÍSLANDS | Sími 568 2533 | www.fi.is

HEIMILI OG SKÓLI
ÓSKA EFTIR TILNEFNINGUM TIL
FORELDRAVERÐLAUNA 2018

Tilnefningar sendist með því að fylla út rafrænt eyðublað á **heimiliogskoli.is**. Hægt er að tilnefna til Foreldraverðlauna en einnig má tilnefna dugnaðarfork Heimilis og skóla. Síðasti skiladagur tilnefninga er **10. apríl 2018**.

Heimili og skóli
Landssamtök foreldra
SUÐURLANDSBRAUT 24 | 108 REYKJAVÍK
SÍMI 516 0100 | WWW.HEIMILIOGSKOLI.IS

Meðlimir Sykurs f.v.: Agnes Björt Andradóttir, Kristján Eldjárn, Stefán Finnbogason og Halldór Eldjárn. MYND/DÝRFINNA BENITA

Mjög góður fyrirboði

Hljómsveitin Sykur gefur út sína þriðju plötu í sumar. Sveitin kom fram á tónlistarhátíðinni Sónar Reykjavík í síðasta mánuði og gladdi gesti með gömlum og nýjum lögum.

Starri Freyr Jónsson
starri@frettabladid.is

Tæp sjö ár eru síðan hljómsveitin Sykur sendi síðast frá sér plötu en sveitin tróð upp á Sónar Reykjavík í síðasta mánuði við góðar undirtektir. Þar flutti hún m.a. nýtt lag af nýrri plötu sem er væntanleg í sumar en óhætt er að segja að aðdáendur sveitarinnar séu margir orðnir spenntir að heyra nýtt efni frá henni.

Halldór og Kristján Eldjárn skipa sveitina auk Agnesar Bjartar Andradóttur og Stefáns Finnbogasonar og voru þau himinlifandi yfir viðtökunum á Sónar. „Við fengum rosalegar viðtökur,“ segir Halldór. „Tónleikarnir voru fyrr um kvöldið en við erum vön en salurinn troðfylltist og allir voru dansandi eins og komið væri langt fram yfir miðnætti. Nýju lögunum var mjög vel tekið. Það var eins og gestir þekktu þau öll og voru meira að segja farnir að syngja með textum sem þeir kunna ekki einu sinni. Ég held að það sé mjög góður fyrirboði.“

Ljúfsár þakklætisóður

Kristján var staddur í Los Angeles og gat því ekki komið fram með þeim í þetta skiptið. „Þetta var rosalega áhugaverð og erfið upplifun að fylgjast með Sykurtónleikunum á Sónar í gegnum samfélagsmiðla. Ég var ótrúlega öfundsjúkur og saknaði hljómsveitarfélaga minna, en á sama tíma var ég svo ótrúlega stoltur af þeim því viðtökurnar voru svo magnaðar.“

Nýja lagið, sem heitir Loving None, fjallar að sögn meðlima Sykurs um sambandsslit. „Frekar en að nálgast þau með biturð eða depurð er lagið eiginlega ljúfsár þakklætisóður til allra góðu stundanna. Þá er einnig falin í því óviljandi vísun í frægt lag með annarri íslenskri hljómsveit, en við látum hlustandanum eftir að finna þá vísun.“

Spennt fyrir LungA

Þau segja lagið hafa verið til í einhverri mynd síðan 2015. „Lagið var í raun frumflutt á LungA sama ár en undir allt öðru nafni. Við munum einmitt spila aftur á LungA í ár og erum alveg tryllingslega spennt fyrir því enda er alltaf frábær stemming þar og mjög gaman að spila fyrir það góða fólk sem þangað kemur.“

Lögin á nýju plötunni hafa fæðst og þróast á undanförnum árum að sögn þeirra. „Við höfum oft grínast með að það sé svo langt síðan við gáfum síðast út plötu að í millitíðinni hættu hljómsveitir að gefa út plötur. Sum lögin voru samin fyrir allmörgum árum en eru fyrst að líta dagsins ljós núna á meðan önnur hafa orðið til í hljóðverinu. Það er nokkurs konar gestaþraut fyrir hlustandann að púsla plötunni saman í krónólógíska röð. Að því sögðu hefur vinnsla hennar tekið mikinn kipp á seinustu mánuðum og gengur ótrúlega vel. Það má búast við lendingu hennar í öllum helstu tónveitum snemmsumars.“

Lögin að klárast

Kristján er nýlega farinn til Los Angeles í nám þannig að platan er að sögn sveitarinnar eiginlega alþjóðlegt samstarf. „Þegar ljósin slokkna í hljóðverinu í Reykjavík, kvikna þau í hljóðverinu í LA. Þegar ein pitsa klárast í Reykjavík, er önnur pöntuð í LA. Það hefur gengið mjög vel að vinna þrátt fyrir miklar fjarlægðir.“

Utan hljómsveitarinnar segjast þau öll vera mjög góðir vinir. Oft þegar þau hittast til að gera tónlist fer orkan með hópinn í allt aðrar áttir en endilega að klára nýtt lag. „Um daginn ætluðum við t.d. að taka upp eitt lag en enduðum á að sjóða uppáhaldshljóðnemann okkar í potti í tvær klukkustundir. Við lásum á netinu að hann yrði betri við þær aðgerðir. Þannig að við enduðum þann dag á að vera með ekkert nýtt lag en miklu betri hljóðnema. En núna erum við fókuseruð.“

Orkumikill hópur

Næstu mánuðir fara í að leggja lokahönd á plötuna en fyrir utan hana er að mörgu að hyggja segja þau. „Halldór og Kristján eru hvor í sínu lagi með sólóverkefni og báðir hafa unnið að tónlist fyrir stutt- og heimildarmyndir. Halldór vann nýverið að tónlistarinnsetningunni Stratus Pianos með Ólafi Arnalds og áður en Kristján fór út í nám spilaði hann með rapparanum Kött Grá Pje og hljómsveitinni Hatara. Stefán fékk nýverið vinnu hjá Ríkissjónvarpinu sem leikmyndasmiður og Agnes er í myndlistarnámi og er einnig vinsæl plötusnælda, þannig það er nóg að gera. Það er nú samt oft þannig að einmitt þegar allir eru hvað uppteknastir í sínu, þá fer tónlistin á hreyfingu.“

VOR
ÚTSALA
-30%
Curvy.is
8.393 kr
11.990 kr
4.193 kr
5.990 kr
4.893 kr
6.990 kr
4.613 kr
6.590 kr
7.693 kr
10.990 kr
4.893 kr
6.990 kr
5.593 kr
7.990 kr
5.593 kr
7.990 kr
VERTU VELKOMIN Í VERSLUN OKKAR AÐ FÁKAFENI 9 EÐA PANTAÐU Á WWW.CURVY.IS
Afgreiðslutímar í verslun Curvy.is að Fákafeni 9 eru
Alla virka daga frá kl. 11-18 og Laugardaga frá kl. 11-16
SENDUM FRÍTT HVERT Á LAND SEM ER!
Við erum á Snap chat > Curvy.is
Curvy.is - Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is

Búa til ný föt úr notuðum

Nemendur á öðru ári í fatahönnun við Listaháskóla Íslands hönnuðu fatalínu úr notuðum fatnaði og textíl. Afrakstur þeirrar vinnu er til sýnis í húsnæði Listaháskólans að Þverholti 11 um helgina.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@frettabladid.is

Verkefnið er unnið í samstarfi við Rauða krossinn, þar sem við hönnum fatalínu sem er einungis gerð úr endurnýttum textíl. Textíliðnaðurinn er annar mest mengandi iðnaðurinn í heiminum og við sem upprennandi hönnuðir þurfum að vera meðvituð um hvað við getum gert til þess að leysa það vandamál," segja Sigmundur Páll Freysteinsson og Sigríður Ágústa Finnbogadóttir, nemar í fatahönnun við LHÍ, en nú stendur yfir sýning annars árs nema, Misbrigði III, í húsnæði LHÍ í Þverholti.

Verkefnið byrjaði á heimsókn í Rauða krossinn þar sem nemendur kynntu sér starfsemina. Sigríður og Sigmundur segja magnið af fatnaði sem hefur safnast hafa komið sér á óvart.

„Á síðustu árum hefur verið mikil aukning í fatasöfnun hjá Rauða krossinum en það sem kom okkur mest á óvart var að þau fá ekki einungis gömul föt heldur er mikið af fatnaðinum enn þá með verðmiðanum," segja þau. Eftir heimsóknina hófust nemendur handa við hugmyndavinnu og þróun á formum og textíl. Þá tók við skissuvinna og loks lokaútgáfa.

Sigríður Ágústa Finnbogadóttir og Sigmundur Páll Freysteinsson, nemar í fatahönnun við LHÍ, segja endurvinnslu eina lausn á vanda textíliðnaðar. MYND/EYÞÓR

Er það áskorun að búa til eitthvað nýtt úr þegar tilbúnum flíkum?

„Það er takmarkandi að vinna einungis með notaðar flíkur og textíl þegar maður er að gera eitthvað nýtt. En það er vissulega góð áskorun því að endurvinnsla er ein af bestu lausnunum á vandamálum textíliðnaðarins. Offramleiðsla stórfyrirtækja veldur því að mikið af nýjum fatnaði er fargað. Við viljum að fólk sé meðvitað um hvar það kaupi sér föt til að við getum spornað við þessu vandamáli," segja þau.

„Flíkurnar sem við gerðum fyrir þetta verkefni fara ekki í framleiðslu heldur eru einungis sýningargripir. Við viljum sýna fólki að það er hægt að gera margt nýtt með því að endurnýta gömul föt. Á sýningunni verður meðal annars hægt að prenta á boli frá Rauða krossinum til að gefa þeim nýtt líf. Við hvetjum alla til að mæta," segja Sigmundur og Sigríður.

Opið er í dag á milli klukkan 17 og 19. Sýningin í Listaháskóla Íslands, Þverholti 11, er opin um helgina frá klukkan 13 til 17 bæði laugardag og sunnudag.

Margt fallegt er hægt að búa til úr notuðum fatnaði eins og sjá má á myndinni.

Ný áhrifarík meðferð við leggangaþurrki

Íslenska lyfjafyrirtækið Florealis hefur sett á markað Smaronia sem er einstök meðferð við leggangaþurrki og öðrum óþægindum á kynfærasvæði oft tengdum tíðahvörfum.

Smaronia er náttúrulegt gel í leggöng sem hlotið hefur viðurkennda virkni sem lækningavara. „Gelið inniheldur hýalúrónsýru sem veitir góðan raka og rauðsmára (red clover) sem stuðlar að þykkari legslímhúð og eykur teygjanleika hennar," segir Elsa Steinunn Halldórsdóttir, doktor í lyfja- og efnafræði náttúruefna og þróunarstjóri Florealis.

„Auk þess eru efnasambönd í gelinu sem mynda varnarhjúp sem viðheldur náttúrulegum raka í slímhúð legganga ásamt því að veita vörn gegn ertandi efnum og örverum. Þannig myndar Smaronia kjöraðstæður fyrir slímhúðina að endurnýja sig og viðhalda heilbrigði legganga," bætir Elsa við.

Leggangaþurrkur er algengur vandi

Konur á öllum aldri geta upplifað þurrk í leggöngum, t.a.m. eftir barnsburð, þótt tíðnin aukist umtalsvert um og eftir tíðahvörf. Þetta er vandamál sem konum finnst almennt ekki þægilegt að ræða um og þær upplifa því oft á tíðum að vera einar um að kljást við þennan vanda.

Talið er að aðeins um fjórðungur kvenna sem upplifa þessi óþægindi sæki sér meðferð. Leggangaþurrki geta fylgt ýmis önnur óþægindi eins og kláði, sviði og sársauki við samfarir.

> Smaronia er margprófað og sýna niðurstöður klínískra rannsókna að um er að ræða áhrifaríka meðferð við þurrki, sviða og særindum í leggöngum.
>
> Elsa Steinunn Halldórsdóttir

Smaronia er náttúrulegt gel í leggöng sem hlotið hefur viðurkennda virkni sem lækningavara.

Smaronia veitir áhrifaríka meðferð

„Smaronia er margprófað og sýna niðurstöður klínískra rannsókna að um er að ræða áhrifaríka meðferð í leggöngum," segir Elsa. „Þegar slímhimnan í leggöngunum þynnist og þornar getur hún orðið viðkvæm fyrir ertandi efnum og árásum sýkla úr umhverfinu en tíðni sýkinga í leggöngum eykst um og eftir tíðahvörf. Við teljum því að Smaronia geti hjálpað fjölda kvenna að öðlast meiri lífsgæði," segir Elsa að lokum.

Smaronia fæst í öllum helstu apótekum. Frekari upplýsingar um vöruna er að finna á www.florealis.is.

Geggjuð ídýfa með snakkinu.

Chili-ostaídýfa

Þessi er svakaleg með helgarsnakkinu.

2-3 steiktir hamborgarar
1 dós rauðar nýrnabaunir, skolið vel
1 dós svartar baunir, skolið vel
½ stór smátt saxaður laukur
280 g frosin maískorn
50 g grænn chili-pipar úr dós (má sleppa)
170 g eldristaðir tómatar úr dós (e. fire roasted tomatoes)
140 g maukaði tómatar úr dós
1 msk. taco-krydd
1 msk. cumin
1 msk. chili-duft
450 g cheddar-ostur, skorinn í litla bita
1 bolli mjólk
2 bollar rifinn cheddar-ostur
½ bolli saxaður kóríander (má sleppa)

Skerið hamborgarana í litla bita. Setjið tómatana í pott og hitið. Bætið við baunum, grænu chili og maís. Sjóðið í smá stund og bætið kryddum út í. Sjóðið áfram og hrærið vel. Næst fara hamborgarabitar, cheddar-ostur í bitum og mjólkin út í. Setjið lokið á og sjóðið við vægan hita í a.m.k. klst. Í lokin er rifna ostinum bætt út í og kóríander. Sjóðið þar til allt hefur blandast vel saman. Berið fram heitt. Ef ídýfan er of þykk má þynna með smá mjólk. Berið fram með t.d. taco-flögum eða tortillakökum.

Furðuverur í Norræna húsinu

Norræna húsið býður í dag fjölskyldur velkomnar á skemmtilega textílvinnusmiðju með áherslu á sjálfbærni og sköpun. Vinnusmiðjan er liður í Umhverfishátíð Norræna hússins sem haldin er nú um helgina.

Þátttakendur fá tækifæri til að skapa sína eigin furðuveru úr endurunnum textílefnum sem fallið hafa til við framleiðslu á Íslandi. Efnin koma frá Umemi, Glófu og Cintamani. Þátttakendur eru svo hvattir til að segja sögu af furðuverunni sinni og leyfa öðrum að kynnast henni betur.

Leiðbeinendur í smiðjunni eru textílhönnuðirnir Erla Dís Arnardóttir og Guðný Katrín Einarsdóttir sem standa fyrir þróunarverkefninu Handabandi, en markmið þess er að þróa skapandi vinnustofu sem hluta af félagsstarfi.

Vinnusmiðjan er á íslensku og stendur frá klukkan 14 til 16 í dag. Þátttaka er ókeypis en skráning fer fram á Tix. Einn miði gildir fyrir einn þátttakanda, fullorðinn eða barn. Fullorðinn getur fylgt einu eða tveimur börnum.

Ljúffengur lax á ótal vegu

Lax má matreiða á ótal vegu án mikillar fyrirhafnar og hann er tilvalinn sunnudagsréttur. Lax er góður hvort sem hann er steiktur, soðinn, bakaður eða grillaður. Hægt er að útbúa dýrindisrétt með því að blanda vel saman 2 dl af sojasósu, 3 cm af engiferrót og 2 tsk. af púðursykri og hella yfir vænt laxaflak og baka í 180°C heitum ofni í um 15 mínútur. Annar skotheldur réttur inniheldur 2 msk. af ólífuolíu, safa úr hálfri sítrónu og salt og pipar. Þessu er dreypt yfir laxaflax sem er bakað í ofni við 180°C í um 15 mínútur. Gott er að setja grænan aspas með í ofnskúffuna og hafa hann sem meðlæti en aspas er einmitt ríkur af A-, C-, E-, K- og B6-vítamíni. Lax er ríkur af D-vítamíni, ómega-3 sýrum og próteini, enda oft flokkaður sem ofurfæða.

Lax er ljúffengur og vítamínríkur.

Afmælistilboð

Kínahofið fagnar 30 ára afmæli
með frábærum tilboðum sem gilda frá 9. apríl til og með 15. apríl.

Veglegt hádegishlaðborð
8 bragðgóðir réttir ásamt úrval af sósum og meðlæti
Verð aðeins kr. 1.590 kr.
Gildir á milli kl. 11 og 14.

Freistandi kvöldtilboð
Allir kjúklinga, nauta, lamba og svínakjötsréttir af matseðli.
Hrísgrjón fylgja öllum réttum.
Verð aðeins kr. 1.590 kr.

Opið alla daga vikunnar frá kl. 11:00 - 22:00

KÍNAHOFIÐ

Kínahofið veitingahús | Nýbýlavegi 20 | 200 Kópavogi
www.kinahofid.is | Sími 554 5022

LIPOSAN loksins á Íslandi

Yfir 500 milljón skammtar seldir í heiminum. Klíniskt staðfest þyngdarstjórnun.

Íslenska líftæknifyrirtækið Primex kynnir Liposan – Náttúrulegar trefjar sem hjálpa til við þyngdarstjórnun, viðhalda eðlilegu kólesteróli og bæta meltinguna. LipoSan frá Primex eru náttúrulegar trefjar sem binda fitu úr fæðunni og draga úr upptöku fitu í meltingarveginum. LipoSan hjálpar til við þyngdarstjórnun, bætir meltinguna og viðheldur eðlilegu kólesteróli.

Hvernig virkar LipoSan?

Þyngdarstjórnun og bætt melting: LipoSan inniheldur náttúrulegt kítósan, sem eru trefjar unnar úr íslenskri rækjuskel. Kítósan leysist upp í magasýru og bindur fitu úr máltíðinni. Þannig hamlar Liposan upptöku fitu í meltingarveginum, dregur verulega úr hitaeiningum í máltíðinni og stuðlar þannig að þyngdartapi. Klínísk rannsókn sýnir fram á þyngdartap í kjölfar notkunar á LipoSan. Hópur einstaklinga sem tóku 3 g á dag í 8 vikur léttist í samanburði við hóp sem tók lyfleysu.[1]

Þá sýna rannsóknir að náttúrulegar trefjar LipoSan styðji við heilbrigða þarmaflóru og bætta meltingu.

Eðlilegt kólesteról: Kólesteról úr fæðu leysist upp í magasýrum og blandast þeim. LipoSan dregur úr upptöku þess í meltingarveginum og lækkar verulega það magn kólesteróls sem nær út í æðakerfið. Regluleg inntaka á LipoSan dregur þannig úr LDL kólesteróli í blóðinu. Samkvæmt EFSA (Matvælastofnun Evrópu) stuðlar kítósan að viðhaldi eðlilegs kólesterólmagns í blóðinu ef tekin eru 3 g á dag.

Hvað með góða fitu í máltíðinni?

LipoSan bindur meira af óhollari olíum og fitum en af hollum olíum úr venjulegri máltíð. Ef lýsi eða aðrar hollar olíur eru teknar að staðaldri er ráðlagt að taka þær

á öðrum tíma dags til að tryggja fulla virkni þeirra. LipoSan hefur ekki áhrif á upptöku eða nýtingu á fituleysanlegum vítamínum (A, D, E og K) né andoxunarefnum úr fæðunni.

Hvernig er best að nota LipoSan?

Til að LipoSan virki sem best er ráðlagt að taka það inn rétt fyrir eða með máltíð. LipoSan þarf einungis um 3-5 mínútur til að ná fullri virkni í maganum og hvert gramm af LipoSan getur bundið vel yfir 100 g af fitu. Sé engin fita í máltíðinni virkar LipoSan á sama hátt og almennar trefjar til stuðnings meltingu og þarmaflóru. Til að auka áhrif LipoSan hefur C-vítamíni verið bætt í hylkin í tvennum tilgangi, annars vegar eykur það fitubindingareiginleika LipoSan auk þess að styrkja ónæmiskerfið og almenna heilsu.

LipoSan er fáanlegt sem **LipoSan + Vitamin C** hylki eða á duftformi sem **LipoSan Micro** sem þá er hægt að blanda beint út í máltíðina.

Þannig hamlar LipoSan upptöku fitu í meltingarveginum, dregur verulega úr hitaeiningum í máltíðinni og stuðlar þannig að þyngdartapi.

„Ég hef tekið LipoSan hylki í meira en ár og líður miklu betur í maganum. Þá finnst mér frábært að geta dreift LipoSan Micro yfir matinn minn þegar ég borða. Ég er ánægð með að það finnst ekkert aukabragð og frábært að geta bætt trefjum við máltíðir. Síðan ég byrjaði að taka LipoSan hef ég tekið eftir því að ég léttist án þess að breyta matarvenjum eða hreyfingu, sem kom mér skemmtilega á óvart!

Sigurlína Káradóttir

Um Primex ehf.

Primex er íslenskt líftæknifyrirtæki, staðsett á Siglufirði, sem sérhæfir sig í þróun og sölu á kítósanvörum fyrir fæðubótarefni, lækningavörur og ýmsar aðrar vörur. Frá árinu 1999 hefur Primex unnið að því að breyta hráefni sem áður var mengandi úrgangur í verðmætar afurðir sem bæta lífsgæði manna og dýra.

1. RN Schiller et al. (2001) A randomized, double-blind, placebo-controlled study examining the effects of a rapidly soluble chitosan dietary supplement on weight loss and body composition in overweight and mildy obese individuals. J. Amer. Nutrac. Ass. 4(1): 42-49. **Nánar á liposan.is**

Fjármálastjóri

Nox Medical auglýsir lausa til umsóknar stöðu fjármálastjóra félagsins. Fjármálastjóri situr í framkvæmdastjórn Nox Medical og tekur virkan þátt í daglegum rekstri og stjórnun félagsins.
Leitað er að öflugum og lausnamiðum einstaklingi með góða menntun og yfirgripsmikla þekkingu og reynslu á sviði fjármála og rekstrar í alþjóðlegu umhverfi. Nox Medical er leiðandi hátæknifyrirtæki á heimsvísu í þróun og framleiðslu á búnaði til greiningar á svefnröskunum. Nox Medical var stofnað fyrir 12 árum og nú starfa um 50 manns hjá fyrirtækinu. Á skömmum tíma hefur Nox Medical komist í hóp stærstu útflutningsfyrirtækja landsins með um 2 milljarða króna ársveltu og verið rekið með hagnaði óslitið í 10 ár. Fyrirtækið hefur hlotið margskonar viðurkenningar.

HELSTU VERKEFNI

- Þátttaka í framkvæmdastjórn félagsins og yfirumsjón og ábyrgð á fjármálum Nox Medical
- Vinna við ársuppgjör og skattframtal í samvinnu við stjórnendur og endurskoðendur
- Reglubundin rekstraryfirlit og skýrslugerð til framkvæmdastjórnar og stjórnar
- Vinna við gerð rekstrar og fjárhagsáætlana í samvinnu við stjórnendur
- Hagkvæm stýring fjármuna, áhættustýring, gjaldeyrisviðskipti og ávöxtun fjármuna í samráði við framkvæmdastjóra
- Yfirsýn yfir innheimtu, umsjón og ábyrgð með greiðslu reikninga og launavinnslu
- Umsjón með Navision fjárhagskerfinu
- Önnur tilfallandi verkefni á fjármálasviði

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Háskólamenntun á sviði viðskipta, fjármála og rekstrar
- Reynsla af fjármálastjórn nauðsynleg
- Yfirgripsmikil þekking og skilningur á reikningsskilum, bókhaldi og færni í stjórnun fjármála
- Yfirgripsmikil þekking og færni í notkun á Navision og Excel
- Góð þekking á lögum og reglum er varða fjármál
- Reynsla af vinnu á sviði áætlanagerðar og stefnumótunar
- Færni í að að setja fram og miðla upplýsingum á skýran og merkingarbæran hátt
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku

UMSÓKNIR

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf með rökstuðningi um hæfni í starfið. Umsóknarfrestur er til og með **17. apríl** n.k. Umsóknum skal skilað á careers@noxmedical.com. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál. Nánari upplýsingar um starfið veita Pétur Már Halldórsson, framkvæmdastjóri Nox Medical í síma 692 2242 eða petur@noxmedical.com, og Sigríður Þorgeirsdóttir, hjá Attentus í síma 896 7300 eða sigridur@attentus.is.

nox medical

Nox Medical | Katrínartún 2 | 105 Reykjavík | 570 7170 | info@noxmedical.com | noxmedical.com

---

LÍFEYRISSJÓÐUR VERZLUNARMANNA

Forstöðumaður eignastýringar

Lífeyrissjóðurinn hefur þjónað sjóðfélögum sínum í yfir 60 ár. Starfsmenn vinna í þágu sjóðfélaga við uppbyggingu lífeyrisréttinda, ávöxtun iðgjalda og þjónustu við lífeyrisþega.

Eignir eru nú um 650 milljarðar og fara ört vaxandi. Um 50 þúsund sjóðfélagar greiða iðgjöld til sjóðsins og yfir 15 þúsund njóta nú mánaðarlegra lífeyrisgreiðslna.

Markmið sjóðsins er að vera áhugaverður vinnustaður, gæta að jafnvægi milli vinnu og einkalífs og bjóða gott starfsumhverfi fyrir samhentan hóp til að vinna að krefjandi verkefnum.

*Nánari upplýsingar um sjóðinn eru á vefnum **www.live.is***

Lífeyrissjóður verzlunarmanna óskar eftir að ráða öflugan einstakling til að veita eignastýringu sjóðsins forstöðu í samræmi við áherslur stjórnar, framkvæmdastjóra, fjárfestingastefnu og áhættustefnu. Leitað er að ábyrgum einstaklingi með reynslu af verðbréfamarkaði.

Forstöðumaður ber m.a. ábyrgð á undirbúningi fjárfestingaákvarðana gagnvart framkvæmdastjóra og stjórn og situr stjórnarfundi. Eignasöfn sjóðsins fyrir samtryggingu og séreignasparnað samanstanda af margþættum söfnum verðbréfa. Innlendum eignum er að mestu stýrt innanhúss en erlendar eignir eru í stýringu erlendra fjármálafyrirtækja í virku samstarfi við eignastýringu sjóðsins.

Helstu verkefni:

- Veita eignastýringu sjóðsins forstöðu og stuðla að öflugri uppbyggingu
- Virkt samstarf við framkvæmdastjóra, aðra viðkomandi stjórnendur og starfsmenn
- Undirbúningur fjárfestingaákvarðana
- Greining markaða og fjárfestingakosta
- Samskipti við aðila á fjármálamarkaði
- Skýrslugerð og almenn upplýsingagjöf til hagaðila
- Koma fram fyrir hönd sjóðsins í tengslum við hagsmunagæslu eignasafna

Kröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi svo sem viðskipta-, hag- eða verkfræði - framhaldsmenntun er æskileg
- Umtalsverð starfsreynsla á sviði eignastýringar
- Þekking á framkvæmd viðskipta með innlend og erlend verðbréf
- Þekking á innlendum og erlendum fagfjárfestasjóðum
- Reynsla af stjórnun og stefnumótun
- Skipulögð vinnubrögð, sjálfstæði og frumkvæði í starfi
- Hæfni í mannlegum samskiptum

*Nánari upplýsingar veita Ari Eyberg (**ari@intellecta.is**) og Þórður S. Óskarsson (**thordur@intellecta.is**) í síma 511 1225. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is. Umsóknarfrestur er til og með 16. apríl 2018. **Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað.** Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf og þarf umsækjandi að geta sýnt fram á að persónuleg fjármál og önnur fjárhagsleg umsýsla sé flekklaus.*

Intellecta Síðumúli 5, 108 Reykjavík, sími 511 1225.

intellecta

Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

Fjármálastjóri

KLASI

Fasteignaþróunarfélagið Klasi óskar eftir að ráða fjármálastjóra til starfa. Um er að ræða fjölbreytt starf á fámennum vinnustað en með stóran efnahagsreikning og mörg spennandi verkefni í vinnslu sem fjármálastjóri mun taka virkan þátt í.

Umsóknarfrestur
15. apríl

Upplýsingar og umsókn
capacent.is/s/6571

Helstu verkefni
- Umsjón og ábyrgð á fjármálum félagsins
- Gerð uppgjöra og áætlana
- Fjárstýring og fjármögnun verkefna
- Þátttaka í markaðs- og sölumálum
- Skoðun og greining viðskiptatækifæra
- Önnur tilfallandi verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur
- Menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af störfum á fjármálasviði
- Reynsla af vinnu við uppgjör og skýrslugerð
- Góðir greiningarhæfileikar
- Sjálfstæð vinnubrögð og frumkvæði
- Sveigjanleiki og hæfni í mannlegum samskiptum

Klasi er þekkingarfyrirtæki í þróun, stýringu og rekstri fasteigna. Starfsemi Klasa byggir á mikilli reynslu úr fjölda verkefna síðasta áratuginn, en saga félagsins spannar um 14 ár. Félagið hefur stýrt þróun, hönnun og uppbyggingu íbúðaverkefna ásamt því að vinna að þróun nýrra byggða á skipulags- og framkvæmdastigi. Klasi hefur haft allar helstu gerðir fasteigna í stýringu s.s. verslunarhúsnæði, skrifstofuhúsnæði og iðnaðarhúsnæði ásamt því að annast stýringu leigufélaga á íbúðamarkaði.

Capacent — leiðir til árangurs

capacent

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Ef þú ert með rétta starfið — erum við með réttu manneskjuna

capacent

www.capacent.is

Landsvirkjun

Við leitum að fjölhæfum og sjálfstæðum **verkefnisstjóra/sérfræðingi**

Starfið felur í sér samskipti við hagsmuna- og eftirlitsaðila og umsjón með samskiptaáætlun. Viðkomandi mun taka þátt í undirbúningi viðhaldsverkefna á Blöndusvæðinu og framþróun vinnuferla við eftirlit og viðhald. Verkefnisstjórinn mun sinna eftirfylgni á kröfum opinberra aðila varðandi vinnuumhverfi, sjá um innkaup á varahlutum og skráningu í viðhaldskerfi, sem og hafa umsjón með kynningarefni og móttöku gesta.

- Menntun sem nýtist í starfi, t.d. á sviði umhverfis- eða náttúrufræða eða tæknimenntun á sviði rafmagns- eða vélfræði
- Reynsla af verkefna- og gæðastjórnun
- Þekking á umhverfismálum og sjálfbærni
- Reynsla á sviði upplýsingamiðlunar
- Samskiptahæfileikar og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Tölvu- og hugbúnaðarfærni

Sótt er um starfið á vef Capacent, www.capacent.is. Nánari upplýsingar veitir Lísbet Hannesdóttir (lisbet.hannesdottir@capacent.is).
Umsóknarfrestur er til og með 22. apríl 2018.

Jafnlaunaúttekt PwC 2017

Landsvirkjun ber gullmerkið í Jafnlaunaúttekt PwC, sem staðfestir að fyrirtækið greiðir körlum og konum jöfn laun fyrir sömu eða jafnverðmæt störf.

Landsvirkjun hvetur konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.

Hjúkrunarframkvæmdastjóri

Staða hjúkrunarframkvæmdastjóra hjúkrunar- og dvalarheimilisins Dalbæjar á Dalvík er laus til umsóknar. Leitað er að einstaklingi til að takast á við krefjandi og skemmtilegt starf. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur
22. apríl

Starfssvið
- Veitir heimilinu forstöðu
- Ber ábyrgð á öllu starfsmannahaldi og daglegum rekstri þess
- Eftirlit með fjármálum og vinna við fjárhagsáætlanir
- Hefur samskipti við alla starfshópa, íbúa og alla hagsmuna- og samstarfsaðila
- Skipuleggur starfið og hefur faglega forystu á sviði hjúkrunar og umönnunar á heimilinu

Upplýsingar og umsókn
capacent.is/s/6567

Menntunar- og hæfniskröfur
- Gerð er krafa um íslenskt hjúkrunarleyfi
- Framhaldsmenntun í hjúkrun er æskileg
- Reynsla af stjórnun og rekstri er æskileg
- Góð tölvukunnátta skilyrði
- Þekking á starfsemi öldrunarþjónustu er æskileg
- Leiðtogahæfni og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum er skilyrði
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð eru skilyrði
- Góð íslensku- og enskukunnátta

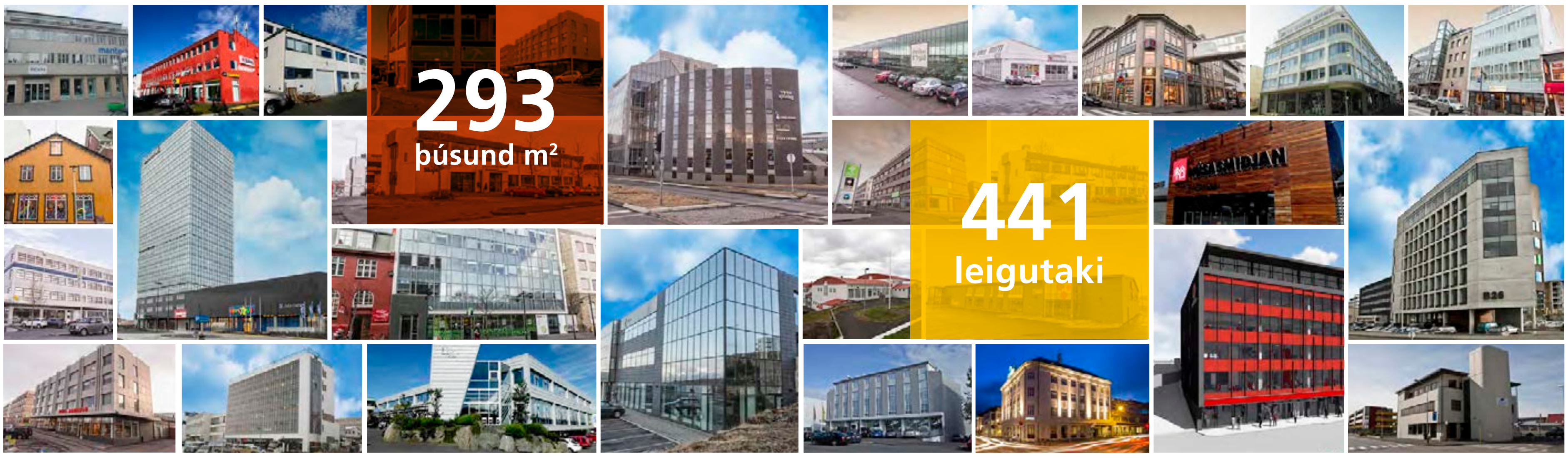
Dalbær heimili aldraðra

Dalbær er hjúkrunar- og dvalarheimili á Dalvík og tók til starfa árið 1979. Á Dalbæ eru 38 íbúar þar af 27 í hjúkrunarrýmum og 11 í dvalarrýmum. Fjöldi starfsmanna er 65 í um 37 stöðugildum.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og Samtaka fyrirtækja í velferðarþjónustu.

Capacent — leiðir til árangurs

capacent



Framkvæmdastjóri viðskiptaþróunar

Eik fasteignafélag óskar eftir drífandi og hugmyndaríkum einstaklingi í stöðu framkvæmdastjóra viðskiptaþróunar fyrirtækisins. Um er að ræða nýtt starf sem heyrir beint undir forstjóra. Leitað er að einstaklingi sem hefur þekkingu á nýsköpun og viðskiptaþróun og býr yfir framúrskarandi samskiptahæfni.

Starfslýsing:
- Leit að nýjum viðskiptatækifærum
- Þróun viðskiptahugmynda
- Arðsemisgreining
- Áætlanagerð og eftirfylgni áætlana
- Þróun og eftirfylgni annarra sérverkefna

Hæfniskröfur:
- Framhaldsmenntun á háskólastigi sem nýtist í starfi
- Reynsla á sviði viðskiptaþróunar og nýsköpunar
- Reynsla á sviði verkefnastjórnunar
- Greiningarhæfni ásamt færni til að setja upplýsingar fram á skýran hátt
- Frumkvæði, metnaður og sköpunargáfa
- Færni í íslensku og ensku í ræðu og riti

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl nk.

Sækja skal um starfið á vef Capacent, www.capacent.is. Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veita Auður Bjarnadóttir (**audur.bjarnadottir@capacent.is**) og Hilmar G. Hjaltason (**hilmar.hjaltason@capacent.is**) hjá Capacent Ráðningum.

Eik fasteignafélag sérhæfir sig í eignarhaldi og útleigu á atvinnuhúsnæði. Félagið býður upp á framúrskarandi starfsaðstöðu og góðan starfsanda. Það er meðal stærstu fasteignafélaga landsins með tæplega 293 þúsund fermetra í yfir 100 fasteignum. Um 84% af eignasafni þess er á helstu viðskiptakjörnum höfuðborgarsvæðisins og eru leigutakar félagsins yfir 441 talsins. Hlutabréf félagsins eru skráð á aðallista kauphallarinnar Nasdaq.

EIK FASTEIGNAFÉLAG

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

capacent

www.capacent.is

RARIK

Verkefnastjórnun stærri framkvæmda

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

Starfsmenn RARIK eru um 200, aðalskrifstofa er í Reykjavík og um 20 starfsstöðvar eru dreifðar vítt og breitt um landið.

RARIK hefur á undanförnum áratugum unnið jafnt og þétt að uppbyggingu rafdreifikerfisins og er nú svo komið að um 60% þess er jarðstrengir.

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

RARIK óskar eftir að ráða verkefnastjóra á tæknisvið fyrirtækisins. Meginverkefni eru við hönnun og byggingu aðveitustöðva, hitaveitur, innleiðingu á nýju fjargæslukerfi og aðrar stærri framkvæmdir.

Leitað er að drífandi og metnaðarfullum einstaklingi til að stýra slíkum verkefnum. Starfsstöð verkefnastjóra er í Reykjavík.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Verkefnastjórn við stærri framkvæmdir
- Hönnun aðveitustöðva
- Gerð útboðslýsinga og úrvinnsla tilboða
- Samskipti við ytri aðila og starfsmenn RARIK

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði rafmagnsverkfræði eða rafmagnstæknifræði
- Reynsla af verkefnastjórnun
- Reynsla af verklegum framkvæmdum
- Nákvæmni og skipulag í vinnubrögðum
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Jákvæðni og góðir samstarfshæfileikar

Um fullt starf er að ræða. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

*Nánari upplýsingar veita Bylgja Björk Pálsdóttir (bylgja@intellecta.is) og Þórður S. Óskarsson (thordur@intellecta.is) í síma 511 1225. Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl 2018. Umsókn óskast fyllt út á **www.intellecta.is** og henni þarf að fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.*

Intellecta Síðumúli 5, 108 Reykjavík.

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

BAUHAUS
Allt fyrir hús, heimili og garða

BAUHAUS leitar að kröftugu starfsfólki í framtíðarstörf og hlutastörf í sumar

Ertu þjónustulundaður einstaklingur með áhuga á sölustörfum?

Við hjá Bauhaus leitum nú að kröftugu sumarstarfsfólki í hlutastörf í allar deildir.
Einnig leitum við að starfsfólki í framtíðarstörf.

Við erum alltaf með viðskiptavininn í fyrsta sæti þar sem markmiðið er að veita sem besta þjónustu. Störfin fela í sér sölu og ráðgjöf til viðskiptavina. Umsækjendur þurfa að búa yfir ríkri þjónustulund og samskiptafærni. Einstaklingar á öllum aldri eru hvattir til að sækja um.

Opnunartími frá kl. 8-19 og 10-18.

Upplýsingar veitir: Geirlaug Jóhannsdóttir
geirlaug@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is
Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl nk.

HAGVANGUR SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

ELDMÓÐUR

LEIÐTOGI FRAMTÍÐ

KRAFTUR ÁSTRÍÐA UMHVERFISMÁL

FRUMKVÆÐI FRAMSÝNI

UMHYGGJA HÁSKÓLAMENNTUN

FRUMKVÖÐULL LEIÐANDI FAGFÓLK

STEFNUMÓTUN TÆKNI

NÝSKÖPUN HVETJANDI FRAMKVÆMDIR

ÖRYGGI SAMVINNA

JAFNRÉTTI HEIÐARLEIKI GAGNSÆI

VIÐHALD METNAÐUR HAGSÝNI

LEIÐA HÓP IÐNAÐARMANNA ÁHÆTTUMAT

Ertu framsýnn leiðtogi?

Við leitum að leiðtoga til að veita Viðhaldsþjónustu Veitna forstöðu. Þar starfar hópur fagfólks sem sinnir viðhaldi, framkvæmdum, eftirliti og bregst við bilunum í stærsta veitukerfi landsins. Starfsfólk Veitna gegnir mikilvægu hlutverki við að halda viðskiptavinum okkar í sambandi – alla daga.

Nánari upplýsingar á veitur.is

Kynntu þér vinnustaðinn Veitur á veitur.is og á Facebook

VEITUR

ALÞJÓÐA SKÓLINN á Íslandi

Alþjóðaskólinn á Íslandi (The International School of Iceland) er öflugur og vaxandi alþjóðlegur grunnskóli sem staðsettur hefur verið í Garðabæ frá árinu 2006. Skólinn á rætur sínar að rekja til bandaríska sendiráðsskólans en varð alþjóðlegur skóli árið 2004. Skólinn býður upp á tvítyngda námsbraut samhliða enskri námsbraut fyrir nemendur í 5 ára bekk og upp í 10. bekk. Skólinn hefur hlotið alþjóðlegar vottanir frá CIS (Council of International Schools) og MSA (Middle States Association of Colleges and Schools).

Störf í boði fyrir skólaárið 2018-2019

Alþjóðaskólinn á Íslandi auglýsir eftir metnaðarfullu starfsfólki. Alþjóðaskólinn á Íslandi (The International School of Iceland) er öflugur og vaxandi alþjóðlegur grunnskóli. Við leitum að metnaðarfullum einstakling til að bætast í okkar hóp og taka þátt í skemmtilegu og spennandi uppbyggingarstarfi með grunnskólabörnum frá öllum heimshornum.

Kennari: Hæfniskröfur:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Kennsluréttindi
- Góð reynsla af að vinna með börnum
- Íslenska sem móðurmál
- Enskukunnátta sem gerir viðkomandi kleift að vinna í alþjóðlegu umhverfi
- Fagmennska, sveigjanleiki, stundvísi og heiðarleiki
- Vinnur vel í teymi

Stuðningsfulltrúi: Hæfniskröfur
- Góð reynsla af að vinna með börnum
- Íslenska sem móðurmál
- Enskukunnátta sem gerir viðkomandi kleift að vinna í alþjóðlegu umhverfi
- Fagmennska, sveigjanleiki, stundvísi og heiðarleiki
- Vinnur vel í teymi

Við bjóðum:
- Tækifæri til að taka þátt í öflugu frumkvöðlastarfi
- Krefjandi og skemmtilegt starfsumhverfi
- Góðan starfsanda

Áhugasamir vinsamlega sendið umsókn ásamt ferilskrá til Hönnu Hilmarsdóttur skólastjóra á netfangið hanna@internationalschool.is, fyrir 15. apríl.

Aðalskoðun

Bifvélavirki/ skoðunarmaður óskast

Aðalskoðun hf. óskar eftir að ráða bifvélavirkja til starfa við skoðun ökutækja á höfuðborgarsvæðinu. Um framtíðarstarf getur verið að ræða. **Umsóknarfrestur er til 22. apríl.** Sveinspróf í bifvélavirkjun skilyrði.

Aðalskoðun leggur áherslu á fagleg vinnubrögð við skoðun ökutækja og ríka þjónustulund, en í starfinu felast eðlilega mikil samskipti við viðskiptavini.

Nánari upplýsingar veita Árni Stefánsson þjónustustjóri og Hörður Harðarson fagstjóri. Sími 5906900.

Umsóknir sendist til Árna Stefánssonar, arni@adalskodun.is. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum verður svarað að loknum umsóknarfresti.

Aðalskoðun hf. er faggild óháð skoðunarstofa sem starfrækir í dag fjórar skoðunarstöðvar á höfuðborgarsvæðinu ásamt skoðunarstöð í Reykjanesbæ. Aðalskoðun sinnir einnig skoðunum í Grundarfirði, Ólafsfirði og Reyðarfirði.

Sjálfsbjargar HEIMILIÐ

HEIMILI - ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ
ÞEKKINGARMIÐSTÖÐ - SUNDLAUG

Aðhlynningarstörf/ sumarafleysingar
Ertu sjúkraliði, sérhæfður starfsmaður, nemandi á heilbrigðissviði

Við leitum til þín.

Okkur vantar starfsmenn til sumarafleysinga, starfshlutfall samkomulag. Unnið er á morgunvöktum og kvöldvöktum og síðan aðra hvora helgi. Einnig vantar starfsmenn á næturvaktir til sumarafleysinga, þar eru unnar 5 vaktir og síðan 5 vaktir frí.

Vinsamlega hafðu samband við Guðrúnu Erlu Gunnarsdóttur hjúkrunarforstjóra í síma 5500330 eða gudrun@sbh.is, sem allra fyrst.

Sjálfsbjargarheimilið rekur búsetuþjónustu og fleiri starfsemisþætti í Sjálfsbjargarhúsinu að Hátúni 12, 105 R. Sjálfsbjargarheimilið hlaut útnefninguna Stofnun ársins 2014 og hafði þar áður verið valin fjórum sinnum sem fyrirmyndarstofnunun af SFR – stéttarfélagi í almannaþjónustu

---

Við óskum eftir **innkaupafulltrúa** á skemmtilegan vinnustað

Við leitum að áhugasömum innkaupafulltrúa í hópinn.

Helstu verkefni og ábyrgð:
- Vörustjórnun í AGR og Navision
- Þjónusta við birgja og Vínbúðir
- Greining og áætlanagerð

Hæfniskröfur:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af innkaupum og birgðastýringu
- Góð almenn tölvukunnátta
- Þekking á innkaupa- og birgðastýringarkerfum
- Jákvætt viðmót og hæfni í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl nk. Umsóknir óskast fylltar út á **vinbudin.is**

Nánari upplýsingar veita:
Bára Rós Björnsdóttir – bara@vinbudin.is og Guðrún Símonardóttir – starf@vinbudin.is, 560 7700.

Gildi ÁTVR eru LIPURÐ – ÞEKKING – ÁBYRGÐ. Ráðningar í stöður hjá fyrirtækinu taka mið af þessum gildum.

ÁTVR rekur 51 Vínbúð um allt land og er með skrifstofur og dreifingarmiðstöð á Stuðlahálsi 2. Stefna ÁTVR er að vera eitt af fremstu þjónustufyrirtækjum landsins og fyrirmynd á sviði samfélagsábyrgðar. Fyrirtækið vill að vinnustaðurinn sé öruggur, heilsueflandi og skemmtilegur þar sem samskipti einkennast af lipurð, þekkingu og ábyrgð.

Jafnlaunaúttekt PwC 2016

FYRIRMYNDAR STOFNUN 2017

VÍNBÚÐIN

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

blómaval

Spennandi störf hjá Húsasmiðjunni og Blómavali

Húsasmiðjan og Blómaval leita að söludrifnum einstaklingum

Húsasmiðjan leitar eftir söludrifnum einstaklingum sem hafa mikla þjónustulund, sýna frumkvæði í starfi, er lausnamiðað og búa yfir góðum samskiptahæfileikum. Æskilegt er að umsækjendur búi yfir haldgóðri þekkingu á þeim vöruflokkum sem á við og er iðnmenntun mikill kostur.

Um er að ræða spennandi störf í fjölbreyttu og líflegu starfsumhverfi Húsasmiðjunnar. Við leitum bæði að framtíðarstarfsmönnum í 100% starf og sumarstarfsmönnum.

Eftirfarandi störf eru í boði:

Húsasmiðjan Skútuvogi

- Sölumaður gólfefna
- Sölumaður verkfæra
- Sölumaður raftækja
- Sumarstörf í verslun

Blómaval Skútuvogi

- Blómaskreytir
- Sumarstörf í verslun

Nánari upplýsingar um störfin má finna á heimasíðu Húsasmiðjunnar, **www.husa.is.**

Umsóknarfrestur er til og með **20. apríl 2018**.

Umsóknir ásamt ferilskrá og kynningarbréfi sendast á **atvinna@husa.is**. Vinsamlega takið fram um hvaða starf sótt er um.

Konur, jafnt sem karlar, eru hvattar til að sækja um starfið. Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál.

Húsasmiðjan leggur metnað sinn í að veita fyrsta flokks þjónustu og bjóða upp á gott aðgengi að vörum sínum og starfsfólki. Það sem einkennir starfsmenn Húsasmiðjunnar eru eftirfarandi gildi:

- Metnaður
- Þjónustulund
- Sérþekking

Húsasmiðjan er í hópi stærstu fyrirtækja landsins, rekur 17 verslanir um land allt og starfsmenn eru um 500.

Byggjum á betra verði

Vilt þú leiða Vegagerðina inn í framtíðina?

Samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra auglýsir embætti forstjóra Vegagerðarinnar

Leitað er eftir einstaklingi sem hefur leiðtogahæfileika, er framsýnn í hugsun, hefur sýnt hæfni í samskiptum og samvinnu og hefur metnað til að ná árangri í þágu almennings og atvinnulífs.

Forstjóri Vegagerðarinnar stýrir stofnuninni og ber ábyrgð á rekstri hennar, þjónustu og árangri. Vegagerðin hefur það hlutverk að þróa, byggja upp, viðhalda og reka samgöngumannvirki og samgöngukerfi landsins.

Á meðal annarra verkefna Vegagerðarinnar eru nýsköpun, rannsóknir og þróunarstarf, almenningssamgöngur, samgönguöryggi, upplýsingamiðlun og alþjóðasamstarf.

Í umsókn skal koma fram sá árangur sem umsækjandi hefur náð í starfi og viðkomandi telur að nýtist í starfi forstjóra Vegagerðarinnar.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Ragnhildur Hjaltadóttir ráðuneytisstjóri. Eins má finna frekari upplýsingar á heimasíðu ráðuneytisins www.SRN.is og starfatorg.is

Umsóknum skal skila rafrænt á starf@SRN.is
Umsóknarfrestur er til 23. apríl nk.

SAMGÖNGU- OG SVEITARSTJÓRNARRÁÐUNEYTIÐ

VILTU LÁTA LJÓS ÞITT SKÍNA?

Við leggjum áherslu á gott starfsumhverfi með spennandi verkefnum þar sem okkar starfsfólk hefur áhrif, nýtur stuðnings og góðrar þjálfunar í starfi og hefur tækifæri til þróunar.

Sérfræðingur í stjórnstöð

Við leitum að sérfræðingi með brennandi áhuga á rafvæddri framtíð til að bætast í öflugan hóp starfsmanna á kerfisstjórnunarsviði Landsnets á Gylfaflöt.

Stjórnstöðin er miðstöð fyrir stýringu og samhæfingu raforkukerfisins. Við bjóðum fjölbreytt starf, samskipti við viðskiptavini og þátttöku í þróunar- og nýsköpunarverkefnum sem stuðla að bættu afhendingaröryggi. Í stjórnstöðinni starfar reyndur hópur sérfræðinga sem leggur áherslu á framúrskarandi þjónustu, öfluga teymisvinnu og stöðugar umbætur. Starfið er unnið í dagvinnu og á vöktum.

Starfssvið

- Stýring og vöktun raforkukerfisins
- Aðgerðastjórnun og áætlanagerð um rekstur flutningskerfisins
- Þátttaka í úrbótaverkefnum og straumlínulögun ferla
- Þátttaka í nýsköpunarverkefnum og snjallnetsþróun

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, s.s. verkfræði, tæknifræði eða menntun á sviði raungreina
- Mjög góð greiningarhæfni og færni til að setja fram upplýsingar á skýran hátt
- Samskiptahæfni og drifkraftur til að gera betur
- Útsjónarsemi og geta til að starfa undir álagi

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl 2018.
Nánari upplýsingar veita **Ragnar Guðmannsson**, forstöðumaður stjórnstöðvar, og **Ólafur Kári Júlíusson**, mannauðssérfræðingur, sími: 563-9300, netfang: **mannaudur@landsnet.is**

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Landsnets, **www.landsnet.is**. Umsóknum þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Við flytjum raforku á Íslandi og stýrum uppbyggingu flutningskerfisins. Við sjáum fyrir okkur rafvædda framtíð sem er í takt við samfélagið og höfum sett okkur það markmið að tryggja örugga afhendingu á raforku til framtíðar og að ná sátt um þær leiðir sem farnar verða. Við viljum taka tillit til þarfa samfélagsins á hverjum tíma og sýnum ábyrgð í umgengni við náttúruna. Hjá Landsneti berum við umhyggju hvert fyrir öðru, sköpum góðan vinnustað með spennandi verkefnum, með gildin okkar – **samvinnu, ábyrgð og virðingu – að leiðarljósi**.

LANDSNET

Landsnet | Gylfaflöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | landsnet@landsnet.is | www.landsnet.is

Lyfjatæknir

Borgar Apótek óskar eftir að ráða lyfjatækni í 70-100% starf sem fyrst í lyfjaskömmtun ásamt öðrum tilheyrandi verkum.

Viðkomandi þarf að geta starfað sjálfstætt, hafa góða þjónustulund, vera traustur og skipulagður. Reynsla af lyfjaskömmtun eða úr apóteki er kostur.

Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á einar@borgarapotek.is. Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl næstkomandi.

Borgar Apótek – Þín vegna
Borgartún 28 - Sími 553 8331

ÍSAFJARÐARBÆR

Grunnskólinn á Suðureyri
- Skólastjóri -

Staða skólastjóra við Grunnskólann á Suðureyri er laus til umsóknar. Um er að ræða 100% starfshlutfall. Leitað er að öflugum og framsýnum leiðtoga til að leiða þróttmikið skólastarf. Í dag eru nemendur Grunnskóla Suðureyrar um 40 og eru einkunnarorð skólans ástundun, árangur og ánægja. Næsti yfirmaður skólastjóra er sviðsstjóri skóla- og tómstundasviðs.

Í Ísafjarðarbæ búa rúmlega 3700 íbúar. Suðureyri er eitt hinna „fögru fimm“ þorpa sem mynda sveitarfélagið og búa þar um 250 íbúar. Á Suðureyri er íþróttahús, sundlaug og lítil verslun en svæðið einkennist af einstakri náttúrufegurð. Stutt er í alla þjónustu og er Ísafjörður í um 20 km fjarlægð. Nánari upplýsingar er að finna á www.isafjordur.is.

Starfssvið:
- Að veita skólanum faglega forystu á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi
- Að leiða samstarf nemenda, starfsmanna, heimila og skólasamfélagsins í heild
- Að stýra skólanum og bera ábyrgð á daglegri starfsemi, starfsmannamálum, fjárhagsáætlunum og rekstri

Menntunar- og hæfnikröfur:
- Leyfisbréf grunnskólakennara
- Viðbótarmenntun í stjórnun eða kennslureynsla á grunnskólastigi

Leitað er að einstaklingi með:
- Lipurð og færni í samskiptum
- Metnað, hugmyndaauðgi, skipulagshæfni og leiðtogahæfileika
- Reynslu af stjórnun og rekstri
- Vilja til að leita nýrra leiða í skólastarfi
- Hæfni til að miðla upplýsingum bæði í mæltu máli og rituðu
- Reynslu af þátttöku í þróunarstarfi (kostur)

Leitað er að einstaklingi sem hefur skýra framtíðarsýn í skólamálum, er skapandi og metnaðarfullur. Staðan er laus frá 1. ágúst 2018. Launakjör eru samkvæmt samningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands. **Umsóknafrestur til og með 28. apríl 2018.**

Umsókn þarf að fylgja greinargott yfirlit um nám og störf (ferilskrá), afrit af leyfisbréfi til kennslu og prófskírteinum, upplýsingar um frumkvæði á sviði skólamála og annað er málið varðar (kynningarbréf). Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Við hvetjum bæði konur og karla til að sækja um starfið.

Upplýsingar um starfið veitir sviðsstjóri skóla- og tómstundasviðs, Margrét Halldórsdóttir, í síma 450-8000 og í gegnum tölvupóst: margreth@isafjordur.is.

Umsóknum skal skilað til mannauðsstjóra Ísafjarðarbæjar í netfangið baldurjo@isafjordur.is.

-Við þjónum með gleði til gagns-

Hefur þú ríka þjónustulund?

Ríkisskattstjóri er í fararbroddi innleiðingar rafrænnar stjórnsýslu. Helstu verkefni embættisins eru álagning opinberra gjalda, skatteftirlit og að halda lögbundnar skrár en að auki er embættinu falið að sinna ýmsum sérverkefnum til lengri eða skemmri tíma, nú síðast verkefni tengdu ráðstöfun séreignarsparnaðar til kaupa á fyrstu íbúð.

Meginstefna ríkisskattstjóra í mannauðsmálum byggir á gagnkvæmu trausti, tillitssemi og virðingu á milli stofnunar og starfsmanna og starfsmanna sín í milli. Vinnustaðurinn er fjölmennur og dreifist starfsemin á átta starfsstöðvar um landið. Ríkisskattstjóri er þátttakandi í tilraunaverkefni á vegum Velferðarráðuneytisins um styttingu vinnuvikunnar í 36 stundir.

Öflugum og jákvæðum einstaklingi gefst nú tækifæri til að ganga til liðs við afgreiðslu ríkisskattstjóra á Laugavegi 166 í Reykjavík. Helstu verkefni eru móttaka viðskiptavina, upplýsingamiðlun, móttaka og afhending gagna og leiðbeiningar um ýmis skattamál, fyrirtækja- og ársreikningaskrá.

Hæfnikröfur
- Fáguð framkoma, jákvæðni, þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Frumkvæði og metnaður til að sýna árangur í starfi.
- Öguð og skipulögð vinnubrögð ásamt hæfileika til að vinna undir álagi.
- Góð íslensku- og enskukunnátta. Önnur tungumálakunnátta kostur.
- Stúdentspróf eða sambærileg menntun.
- Góð almenn tölvukunnátta.

Frekari upplýsingar

Umsóknir skulu fylltar út á rsk.is/starf eða á Starfatorgi. Ferilskrá sem inniheldur ítarlegar upplýsingar m.a. um menntun, fyrri störf, umsagnaraðila og annað er máli skiptir þarf að fylgja með svo umsókn teljist fullnægjandi. Umsækjendum um störf hjá ríkisskattstjóra kann að vera gert að leysa verkefni í ráðningarferlinu sem kæmu, auk annarra þátta, inn í heildstætt mat á hæfni þeirra til viðkomandi starfa.

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármálaráðherra og SFR. Umsóknarfrestur er til og með **23. apríl 2018** og verður öllum umsóknum svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningar. Upplýsingar um starfið veitir Inga Hanna Guðmundsdóttir í síma 442 1151.

Gildi ríkisskattstjóra eru fagmennska, jákvæðni og samvinna. Frekari upplýsingar um embættið má finna á vefsíðunni rsk.is.

RSK RÍKISSKATTSTJÓRI | rsk@rsk.is | 442 1000 Þjónustuver opið: Mán.-fim. 9:00-15:30 Fös. 9:00-14:00 | FYRIRMYNDAR STOFNUN 2017

Ef þú ert með rétta starfið — erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

Persónuverndarfulltrúi

Við leitum að öflugum aðila í starf persónuverndarfulltrúa í tengslum við innleiðingu Arion banka á nýrri persónuverndarlöggjöf. Viðkomandi verður m.a. tengiliður bankans við eftirlitsaðila og viðskiptavini vegna persónuverndarmála.

Helstu verkefni

- Að veita upplýsingar og ráðgjöf um gildandi réttarreglur er varða vinnslu persónuupplýsinga og skyldur félaga í þeim efnum
- Vinna að innleiðingu nýrrar persónuverndarlöggjafar
- Hafa eftirlit með framkvæmd löggjafar um persónuvernd, viðeigandi innri reglum og stefnu bankans
- Veita ráðgjöf um túlkun á löggjöf og innri reglum um persónuvernd og úrlausn álitaefna
- Samskipti við Persónuvernd
- Samskipti við viðskiptavini vegna persónuverndarmála
- Kynningar og fræðsla fyrir starfsmenn og hagaðila

Hæfniskröfur

- Sérþekking á lögum og lagaframkvæmd á sviði persónuverndar
- Haldbær þekking á lögum og reglum sem gilda á fjármálamarkaði er kostur
- Þekking á öryggis- og upplýsingatæknimálum er kostur
- Almenn þekking á alþjóðlegu lagaumhverfi
- Framúrskarandi íslensku- og enskukunnátta
- Góð samskiptahæfni, sjálfstæði, árangursdrifni, greiningarhæfni og þjónustulund
- Frumkvæði, metnaður og öguð vinnubrögð
- Þekking á upplýsingakerfum er kostur

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Thelma Lind Steingrímsdóttir**, mannauðsráðgjafi, thelma.steingrimsdottir@arionbanki.is.

Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2018. Sótt er um starfið á arionbanki.is. Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf. Unnið er úr umsóknum jafnóðum og þær berast.

Fullum trúnaði er heitið og öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

JAFNLAUNA-VOTTUN VR
VR-15-024

Arion banki er líflegur og spennandi vinnustaður. Við vinnum með viðskiptavinum okkar að því að búa í haginn fyrir framtíðina. Við ræktum jákvæðan starfsanda og leggjum áherslu á að starfsfólk okkar þroskist og þróist í starfi með markvissri fræðslu og þjálfun. Straumlínustjórnun er hluti af daglegri menningu með stöðugum umbótum og samvinnu allra starfsmanna. Jafn réttur kvenna og karla til starfa er okkur hjartans mál og síðan árið 2015 höfum við árlega fengið Jafnlaunavottun VR. **Saman látum við góða hluti gerast.**

Arion banki
– *fyrir framtíðina*

Starfsólk í útiþjónustudeild
Set röraverksmiðja

Við leitum að liðtækum einstaklingum til starfa í þjónustudeild Set, bæði iðnmenntuðum og ófaglærðum. Þjónustudeild Set fæst við samsuðu á vatns- og fráveiturörum og samsetningu og einangrun á samskeytum hitaveituröra.
Um framtíðarstörf er að ræða.

Helstu viðfangsefni starfsins eru:

- Samsuða plaströra á verkstað.
- Frágangur á samskeytum hitaveituröra.
- Vinna við einangrun samskeyta.
- Vinna við sérsmíði og lagnalausnir í verksmiðju Set.

Hæfniskröfur:

- Iðnmenntun á sviði pípulagna, vélvirkjunar eða sambærilegt er kostur.
- Reynsla af verktaka- og útivinnu er kostur.
- Sveigjanleiki og færni í jákvæðum samskiptum við aðra.
- Skipulagshæfileikar og snyrtimennska í vinnubrögðum.

Eftirfarandi gögn þurfa að fylgja umsókn:

- Ferilskrá eða ítarlegar upplýsingar á umsóknarformi Set.
- Mynd af umsækjanda.

Áhugasamir sæki um fyrir **12. apríl 2018.**
Eingöngu er tekið við umsóknum á vef Set: www.set.is/atvinna.

Set ehf • Röraverksmiðja

Framúrskarandi fyrirtæki

Set ehf. | Eyravegur 41 | 800 Selfoss
Sími: 480 2700 | set@set.is | set.is

We're hiring.
Quality Assurance Engineer

Working at Meniga means doing what you love. We hire trailblazers, hackers and pioneers. We want people who can solve challenging problems, make a real impact and build something big. Maybe you should join us.

"Testing is about defect detection,
Quality Assurance is about defect prevention."
– Amir Ghahrai

For more info visit
meniga.com/jobs

meniga

Kópavogsbær óskar eftir deildarstjóra gatnadeildar

Deildarstjóri gatnadeildar ber ábyrgð á rekstri gatnadeildar. Í því felst meðal annars ábyrgð á götum, vatnsveitu, fráveitu, opnum svæðum, lóðum og leikskólasvæðum. Hann ber m.a. ábyrgð á sorphirðu, mengunarmálum, vinnuskóla, sumarvinnu og vörslu bæjarlands.

Um er að ræða fjölbreytt og áhugavert starf í góðu starfsumhverfi hjá framsæknu sveitarfélagi sem er í mikilli uppbyggingu. Starfið býður upp á mikla möguleika og fjölbreytni fyrir öfluga verk- eða tæknifræðinga

Helstu verkefni

- Annast rekstur þjónustumiðstöðvar
- Rekstur og viðhald gatna, gangstétta og stíga.
- Rekstur vatns- og fráveitu.
- Rekstur opinna svæða og lóða.
- Vinnsla fjárhagsáætlunar fyrir gatnadeild.
- Umsjón með vinnuskóla og sumarvinnu.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf , BS í verk- eða tæknifræði.
- Reynsla af rekstri og framkvæmdum æskileg.
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu æskileg.
- Reynsla af starfsmannamálum æskileg.
- Þekking í Navision, Autocad, Word og Excel
- Hæfni í mannlegum samskiptum.
- Góð tölvukunnátta skilyrði
- Góðir samskiptahæfileikrar nauðsynlegir
- Skipulagsfærni, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Frekari upplýsingar

Laun samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðeigandi háskólafélags.

Umsóknarfrestur er til og með 30. apríl 2018.

Upplýsingar veitir Steingrímur Hauksson, sviðsstjóri umhverfissviðs, í síma 441-0000 eða í tölvupósti **steingr@kopavogur.is**

Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um starfið

Einungis er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar **www.kopavogur.is**

Kópavogsbær

kopavogur.is

VILT ÞÚ VERÐA HLUTI **AF GÓÐU FERÐALAGI?**

KERFISSTJÓRI NET- OG SÍMAMÁLA

Maren og Jón Kolbeinn starfa sem verkfræðingar hjá Isavia og vinna að uppbyggingu Keflavíkurflugvallar.

Framlengdur umsóknarfrestur

Isavia óskar eftir að ráða kerfisstjóra í net- og símamálum með góða þekkingu á Cisco netbúnaði og netkerfum. Kerfisþjónustan rekur eitt stærsta tölvu- og netkerfi á Íslandi. Gríðarleg áhersla er lögð á uppitíma kerfa. Lögð er áhersla á að nota nýjustu tækni við að leysa flókin vandamál.

Nánari upplýsingar veitir Axel Einarsson, deildarstjóri Kerfisþjónustu, **axel.einarsson@isavia.is**.

Hæfniskröfur

- Cisco CCNA gráða er kostur. (R&S, Voice eða Wireless).
- Þekking á búnaði frá Cisco og Palo Alto er kostur.
- Þekking á Cisco símaumhverfi er kostur.
- Þekking á Cisco WiFi er kostur.
- Almenn þekking á IP, Layer 2 og 3 samskiptum er æskileg.

Vegna kröfu reglugerðar um flugvernd þurfa umsækjendur að fylla út og skila inn umsókn vegna bakgrunnsskoðunar lögreglu og vera með hreint sakavottorð. Nánari upplýsingar er að finna á isavia.is.

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem allt hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli félagsins og íslenska flugstjórnarsvæðið. Isavia hefur hlotið gullmerki PwC fyrir launajafnrétti og hvetjum við bæði konur og karla til að sækja um þau störf sem í boði eru.

STARFSSTÖÐ: **KEFLAVÍK**

UMSÓKNIR: **ISAVIA.IS/ATVINNA**

UMSÓKNARFRESTUR: **15. APRÍL**

isavia

Markaðsstjóri

Starfið felst í stefnumótun markaðsmála og eftirfylgni, ímyndar- og vörumerkjastjórnun ásamt samskiptum við viðskiptavini. Umsækjandi þarf að hafa eftirfarandi eiginleika:

- Jákvæðni og eldmóð, hafa hvetjandi áhrif á umhverfi sitt.
- Framhaldsmenntun og reynslu á sviði markaðsmála.
- Hæfni í samskiptum og getu til að byggja upp tengsl við samstarfsaðila.

Linux-gúrú

Starfið felst í umsjón og framþróun á Linux-rekstrarumhverfi ásamt stuðningi við „continuous deployment"-stefnu fyrirtækisins. Umsækjandi þarf að hafa eftirfarandi eiginleika:

- Brennandi áhuga á að nýta nýjustu tækni við að straumlínulaga ferla og bæta öryggi.
- Reynslu af Linux-uppsetningum, greiningu á álagsmálum og þekkja til helstu kerfa. Sem dæmi má nefna nginx, Tomcat, docker, Jenkins, AWS, PostgreSQL og RabbitMQ.
- Menntun eða vottun á viðeigandi sviði.

Umsóknir og frekari fyrirspurnir sendist á **job@trackwell.com.**

TrackWell

Sími 5 100 600 >> www.trackwell.is

VALITOR ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA ÖFLUGAN EINSTAKLING Í STARF SÉRFRÆÐINGS Á FJÁRMÁLASVIÐI

Valitor er traust og framsækið þekkingarfyrirtæki á sviði greiðslumiðlunar og greiðslulausna sem er stöðugt að skapa nýjar lausnir fyrir viðskiptavini sína. Valitor starfar á alþjóðlegum vettvangi, í nánu samstarfi við fjártæknifyrirtæki (Fintech) í fremstu röð.

Gildin okkar – frumkvæði, traust og samvinna – knýja samhentan hóp um 350 starfsmanna á starfsstöðvum Valitor á Íslandi, Bretlandi og í Danmörku.

Starfið felur í sér tölulegar greiningar og skýrslugerð og krefst mikilla samskipta við aðrar deildir félagsins og dótturfélög. Fyrirliggjandi eru mörg krefjandi verkefni og viðkomandi mun fá tækifæri til þess að móta starfið.

Starfssvið:

- Gerð mánaðarlegra skýrslna fyrir svið og stjórn félagsins
- Tekur þátt í áætlanagerð og gerð langtímaspáa
- Gerð ársfjórðungslegra fjárhagsspáa (rolling forecasts)
- Þátttaka í umbótaverkefnum hjá deildinni/sviðinu
- Önnur verkefni í samráði við deildarstjóra

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði viðskiptafræði er skilyrði
- Framhaldsmenntun á sviði fjármála eða reikningsskila er kostur
- Reynsla af greiningum og uppgjörsvinnu er kostur
- Góð Excel-kunnátta
- Frumkvæði, sjálfstæði og metnaður til að ná árangri í starfi
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum
- Gott vald á ensku í ræðu og riti

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

Umsóknir óskast fylltar út á heimasíðu Valitor, **valitor.is**
Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl 2018.
Nánari upplýsingar veitir Harpa Thoroddsen, deildarstjóri áætlana og fjárhagsgreininga hjá Valitor, sími **525 2000.**
Nokkur sumarstörf eru einnig laus til umsóknar hjá okkur, nánar á **valitor.is**

VALITOR

JÁRNPRÝÐI

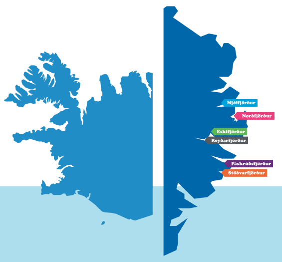
ALMENN SÉRSMÍÐI

Járnprýði ehf vantar fjölhæfan og duglegan járnsmið/blikksmið eða mann með sambærilega reynslu. Viðkomandi þarf að vera íslenskumælandi.

Járnprýði er lítið og persónulegt fyrirtæki sem sinnir fjölbreyttum verkefnum með sterkan hóp viðskiptavina.

Áhugasamir sendi umsókn með ferilskrá á netfangið ingi@jarnprydi.is

Járnprýði ehf | Akralind 5 | 201 Kópavogi | S: 822 1717



Spennandi atvinnutækifæri í Fjarðabyggð

Verkefnastjóri á framkvæmda- og umhverfissviði

Fjarðabyggð auglýsir eftir verkefnastjóra á framkvæmda- og umhverfissviði. Starfið felur í sér rekstur og umsjón með fasteignum og lóðum Fjarðabyggðar, yfirumsjón og eftirlit með verklegum framkvæmdum auk fleiri verkefna. Iðn- eða háskólamenntun sem nýtist í starfi er æskileg.
Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Sambands Íslenskra Sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.
Upplýsingar um starfið veitir Marinó Stefánsson, sviðstjóri á framkvæmda- og umhverfissviði í síma 470-9000, eða í tölvupósti á marino.stefansson@fjardabyggd.is.
Umsóknarfrestur er til og með 16. apríl 2018.

Vélstjóri fyrir Fjarðabyggðarhafnir

Fjarðabyggð auglýsir laust til umsóknar starf vélstjóra fyrir Fjarðabyggðarhafnir, en um er að ræða fullt starf. Starfið felur í sér vélstjórn dráttarbáts Fjarðabyggðarhafna, auk annarra starfa á framkvæmda- og þjónustumiðstöð.
Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Sambands Íslenskra Sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.
Upplýsingar um starfið veitir Sigurður J. Jónsson, forstöðumaður framkvæmda- og þjónustumiðstöðvar Fjarðabyggðar í síma 470-9000, eða í tölvupósti á sigurdur.j.jonsson@fjardabyggd.is.
Umsóknarfrestur er til og með 16. apríl 2018.

Forstöðumaður veitna suður

Fjarðabyggð auglýsir eftir forstöðumanni veitna suður. Starfið heyrir undir veitusvið Fjarðabyggðar og ber starfsmaður ábyrgð á daglegri stjórnun, umsjón og eftirliti með rekstri veitna á Reyðarfirði, Fáskrúðsfirði og Stöðvarfirði.
Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Sambands Íslenskra Sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.
Upplýsingar um starfið veitir Þorsteinn Sigurjónsson, sviðsstjóri veitusviðs í síma 470-9000, eða í tölvupósti á thorsteinn.sigurjonsson@fjardabyggd.is.
Umsóknarfrestur er til og með 18. apríl 2018.

Nánari upplýsingar um öll störfin má finna á heimasíðu Fjarðabyggðar www.fjardabyggd.is. Konur jafnt sem karlar eru hvött til að sækja um.

Sótt er um öll störfin á ráðningarvef Fjarðabyggðar starf.fjardabyggd.is.

FJARÐABYGGÐ
fjardabyggd.is

Jafnlaunaúttekt PwC 2016

Reykjahlíðarskóli

Grunnskólakennarar óskast við Reykjahlíðarskóla í Mývatnssveit

Kennara vantar við Reykjahlíðarskóla frá 1. ágúst 2018. Um er að ræða umsjónarkennslu á yngsta og unglingastigi, íþróttir og textílmennt.

Menntunar- og hæfnikröfur:
- Leyfisbréf grunnskólakennara
- Frumkvæði, sjálfstæði og faglegur metnaður
- Mjög góð færni í samvinnu, samskiptum og teymisvinnu
- Áhugi á starfi með börnum
- Áhugi á starfsþróun og nýjum fjölbreyttum áherslum í skólastarfi
- Hugmyndaauðgi, jákvæðni og sveigjanleiki

Skólinn er að innleiða Heilsueflandi grunnskóla, Jákvæðan aga og flaggar Grænfánanum fyrir umhverfisstefnu. Reykjahlíðarskóli er heildstæður skóli með um 35 nemendur.

Laun samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og og viðkomandi stéttarfélags.

Frekari upplýsingar gefur Sólveig Jónsdóttir skólastjóri í síma 464 4375.

Umsóknir með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðila sendist rafrænt á netfangið solveig@reykjahlidarskoli.is

Við hvetjum fólk af báðum kynjum til að sækja um.

Umsóknarfrestur er til 25. apríl 2018.

Verkfræðingur eða tæknifræðingur á hönnunardeild í Reykjavík

VEGAGERÐIN

FAGMENNSKA ÖRYGGI FRAMSÝNI

Vegagerðin auglýsir eftir byggingarverkfræðingi eða byggingartæknifræðingi á hönnunardeild. Um er að ræða fullt starf, við hönnun umferðarmannvirkja.
Á hönnunardeild vinna um 18 manns við ýmis hönnunar-, þróunar- og rannsóknarverkefni, sem tengjast umferðarmannvirkjum.
Við erum að leita að verkfræðingi eða tæknifræðingi sem hefur áhuga á að takast á við krefjandi verkefni á sínu fagsviði frá frumstigum hönnunar til framkvæmda. Fjölmörg verkefni eru framundan varðandi uppbyggingu vegakerfisins á Íslandi. Um er að ræða spennandi starf við hönnun vega í krefjandi umhverfi, um fjallvegi, firði og í þéttbýli.

Starfssvið
Vinna við hönnun vega, verkefnastjórn hönnunar, umferðaröryggisrýni auk þátttöku í rannsóknarverkefnum tengdum umferðarmannvirkjum.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Byggingarverkfræðingur, M.Sc. eða byggingartæknifræðingur B.Sc.
- Þekking og reynsla í notkun teikni- og hönnunarforrita.
- Reynsla af verkefnastjórnun er kostur.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni til að vinna sjálfstætt sem og í teymisvinnu.
- Frumkvæði og faglegur metnaður.
- Skipulögð og öguð vinnubrögð í starfi.
- Góð íslenskukunnátta.
- Kunnátta í ensku og einhverju Norðurlandamáli.

Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður sem hentar jafnt báðum kynjum.
Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.
Umsóknarfrestur er til 23. apríl 2018. Umsóknir berist á netfangið starf@vegagerdin.is.
Í umsókninni komi fram persónulegar upplýsingar ásamt upplýsingum um þá menntun og hæfni sem óskað er eftir fyrir starfið, þar með talið menntunar- og starfsferilsskrá.
Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Guðmundur Valur Guðmundsson, forstöðumaður hönnunardeildar (gudmundur.v.gudmundsson@vegagerdin.is) í síma 522 1000.
Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

MARKAÐSSTJÓRI ÓSKAST

Ert þú manneskja sem getur næstum því allt?

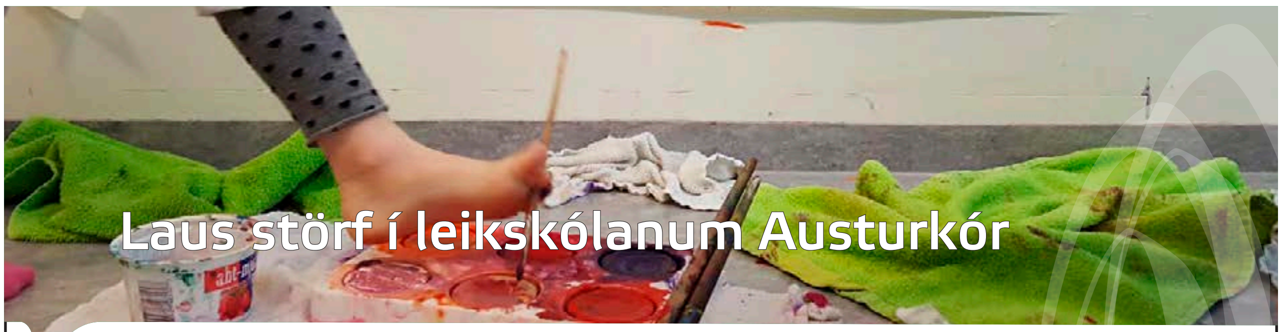
Við erum að leita að nýjum markaðsstjóra því sá gamli ætlar að prufa nýja hluti. Menntun og reynsla í markaðsfögum er bráðnauðsynleg sem og ódrepandi áhugi á markaðsmálum. Við leitum að manneskju sem hefur A+ í víðsýni, samskiptahæfileikum, tæknikunnáttu og frumlegri hugsun. Við leitum að týpu sem getur næstum því allt. Netgíró er skemmtilegur vinnustaður, þar sem ákaflega mikið er lagt upp úr sjálfstæðum vinnubrögðum, skemmtilegu samfélagi starfsfólks, góðum starfsanda og liðsheild.

Ef þú vilt vera vinur okkar, partur af sterkum hóp, leiða okkur á nýjar slóðir, ert með endalaust af góðum hugmyndum og lausnum, hugsar út fyrir bankann, vilt stýra markaðsdeildinni (sem verður reyndar bara þú til að byrja með), ert með internetið á hreinu og óhrædd(ur) við að skella þér á vit nýrra ævintýra og hressandi áskorana þá skaltu sækja um. Annars ekki.

Hæfniskröfur:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Brennandi áhugi og reynsla á sviði markaðsmála.
- Stjórnunarreynsla á sviði markaðsmála.
- Öflug sýn á nýjar leiðir að markaðssetningu.

Áhugasamir sendi ferilskrá og nánari upplýsingar um sig á **snillingur@netgiro.is** fyrir **17. apríl.**

netgíró



Leikskólinn Austurkór óskar eftir að ráða leikskólasérkennara/þroskaþjálfa/iðjuþjálfa, deildarstjóra og leikskólakennara

Leikskólinn Austurkór er nýlegur sex deilda leikskóli staðsettur við götuna Austurkór í Kórahverfinu í Kópavogi. Í leikskólanum eru 120 börn á aldrinum 1-6 ára og um 30 manna fjölbreytt starfslið sem er einbeitt í að byggja upp metnaðarfullt starf í fallegum skóla. Í skólanum eru góðar vinnuaðstæður og liðsheild mikil. Hornsteinar skólastarfsins í Austurkór eru útinám, námslotur byggðar á gildum skólans og lýðræðisleg vinnubrögð. Gildi skólans eru samvinna, lýðræði, atorka og einkennisorð skólans eru Austurkór – þar sem ævintýrin gerast.

Bent er á að samkvæmt lögum verða umsækjendur að skila sakavottorði.

Umsóknarfrestur er til og með 20.04.2018

Upplýsingar gefur Guðný Anna Þóreyjardóttir, leikskólastjóri, í síma 4415101/8989092 og Ragnheiður Gróa Hafsteinsdóttir, aðstoðarleikskólastjóri, í síma 4415102. Einnig má senda fyrirspurnir á netfangið austurkor@kopavogur.is

Karlar jafnt sem konur er hvattir til að sækja um starfið.

Störfin má finna undir „Laus störf -> almenn störf" á heimasíðu Kópavogsbæjar

Einungis er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar

Kópavogsbær

kopavogur.is

RAFVIRKJAR!

Óskum eftir rafvirkjum til framtíðar starfa.
Umsóknum ásamt ferilskrá sendist á
rafbodi@rafbodi.is

RAFBOÐI

Skeiðarás 3 - 210 Garðabær - 565 8098 - rafbodi@rafbodi.is

DÓMSMÁLARÁÐUNEYTIÐ

Embætti sýslumannsins á Suðurlandi laust til umsóknar

Dómsmálaráðuneytið auglýsir laust til umsóknar embætti sýslumannsins á Suðurlandi.

Sýslumenn fara með framkvæmdarvald og stjórnsýslu ríkisins í héraði, hver í sínu umdæmi, eftir því sem lög og reglugerðir eða önnur stjórnvaldsfyrirmæli kveða á um. Þar á meðal fara þeir með innheimtu opinberra gjalda, að því leyti sem hún er ekki falin öðrum. Auk þess fer sýslumaðurinn á Suðurlandi með ýmis sérverkefni á landsvísu þ.e. útgáfu happdrættisleyfa og leyfa til opinberra fjársafnana, eftirlit með spilakössum, útgáfu leyfa til þeirra sem vilja reka útfararþjónustu, færslu bókhalds fyrir fjögur íslensk sendiráð og útgáfu Lögbirtingarblaðsins. Sýslumenn bera faglega, fjárhagslega og stjórnunarlega ábyrgð á rekstri embætta sinna í samræmi við lög og önnur stjórnvaldsfyrirmæli.

Umsækjendur skulu fullnægja skilyrðum 2. mgr. 3. gr. laga nr. 50/2014, um framkvæmdavald og stjórnsýslu ríkisins í héraði.

Aðrar hæfniskröfur eru:
- Reynsla af stjórnun með mannaforráð
- Góð þekking og/eða reynsla af störfum innan stjórnsýslunnar æskileg
- Góð þekking og/eða reynsla af störfum á málefnasviði sýslumanna æskileg
- Rekstrarþekking og/eða reynsla er kostur
- Mjög góð forystu-, samvinnu- og samskiptahæfni
- Fagmennska, frumkvæði, drifkraftur og jákvæðni
- Mjög gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Þekking á einu Norðurlandamáli æskileg

Dómsmálaráðherra skipar í embættið frá 1. ágúst 2018 til fimm ára.

Um kjör fer samkvæmt ákvörðun kjararáðs þar til ný ákvörðun hefur verið tekin um laun og starfskjör skv. 39. gr. a. laga nr. 70/1996, um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins, með síðari breytingum.

Nánari upplýsingar veitir Berglind Bára Sigurjónsdóttir skrifstofustjóri í síma 545 9000.

Umsóknir skulu berast í gegnum starfatorg.is

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun liggur fyrir.

Umsóknarfrestur er til 24. apríl nk.

Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá, starfsheiti og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur fyrir starfið. Umsækjandi skal í kynningarbréfi gera skýra grein fyrir hæfni sinni í samræmi við þær hæfniskröfur sem fram koma í 2. mgr. 3. gr. laga nr. 50/2014 og auglýsingunni auk annarra upplýsinga sem varpað geta ljósi á faglega eiginleika og færni umsækjanda sem máli skipta fyrir störf sýslumanns.

Hjúkrunarfræðingur - Heilsugæslan Efstaleiti

Heilsugæslan Efstaleiti auglýsir eftir hjúkrunarfræðingi til starfa við heilsugæsluhjúkrun. Um 100% starf er að ræða og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst eða eftir nánara samkomulagi.

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl.

Heilsugæslan í Efstaleiti leggur metnað sinn í að hafa á að skipa hæfu starfsfólki til að tryggja gæði þjónustunnar. Unnin er teymisvinna og vinna saman í teymi hjúkrunarfræðingur, læknir og ritari. Mikil þróunarvinna er í gangi á stöðinni og stöðugt verið að vinna að því að gera þjónustuna betri fyrir skjólstæðingana.

Helstu verkefni og ábyrgð

Megin starfssvið er almenn móttaka á heilsugæslustöð, ungbarnavernd og skólaheilsugæsla.

Starfssvið í móttöku er mjög víðtækt, allt frá símaráðgjöf til bráðaþjónustu. Hjúkrunarmóttakan sinnir fólki á öllum aldri og skiptist í opna móttöku, bókaða móttöku og símaráðgjöf. Í opinni móttöku er tekið á móti bráðaerindum, í bókaðri móttöku er tekið á móti erindum sem eru ekki bráð s.s. ferðamannaheilsuvernd og sárameðferð. Einnig er boðið upp á lífsstíls- og sykursýkisráðgjöf.

Skólahjúkrunarfræðingur sinnir reglubundnu heilbrigðiseftirliti nemenda og fræðslu. Auk þess sinnir hann öðrum viðfangsefnum sem upp kunna að koma í samstarfi við annað starfsfólk skólans og foreldra eftir þörfum hverju sinni.

Hæfnikröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi
- Afburða samskiptahæfni
- Faglegur metnaður
- Reynsla af og áhugi á teymisvinnu
- Góð íslenskukunnátta skilyrði

Nánari upplýsingar

Áslaug Birna Ólafsdóttir, fagstjóri hjúkrunar
aslaug.birna.olafsdottir@heilsugaeslan.is - 513 5350

Sjá nánar á vef Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins (www.heilsugaeslan.is) undir laus störf eða á Starfatorgi (www.starfatorg.is).

Ábyrgð - Fagmennska - Traust - Þjónusta - Framþróun

Geirabakarí Borgarnesi

Vantar vanann bakara.
Um er að ræða stöðu yfirbakara í 100% starf.

Nánari upplýsingar veitir
Geiri bakari
í síma 437-1920/696-0025

SUMMER JOBS

Need a job this summer?
We are looking for people to work at cleaning. Daytime work.
Must speak english and/or icelandic.

If you are interested, please apply via email: stm@ath-thrif.is

PROFESSIONALISM
GOOD SERVICE
HONESTY

Ab-þRIF
WWW.ATH-THRIF.IS

LEIKSKÓLINN BJARKALUNDUR - ÖFLUGUR LEIÐTOGI ÓSKAST

Staða leikskólastjóra við leikskólann Bjarkalund í Hafnarfirði er laus til umsóknar.

Leikskólinn er fjögurra deilda fyrir um 85 nemendur Meginhlutverk leikskólastjóra er að stýra og bera ábyrgð á daglegri starfsemi og rekstri leikskólans og að veita skólanum faglega forystu á sviði kennslu og þróunar í skólastarfi. Leitað er eftir einstaklingi sem er tilbúinn að halda áfram því skólastarfi sem er í stöðugri þróun. Lögð hefur verið áhersla á skólastarf í anda Reggio Emilia en sú starfsaðferð er kennd við samnefnda borg á norður Ítalíu.

Ráðið verður í stöðu leikskólastjóra frá og með 1. júlí nk.

Nánari upplýsingar veitir Fanney Dóróthe Halldórsdóttir, sviðsstjóri fræðslu- og frístundaþjónustu,
fanney@hafnarfjordur.is

Hæfniskröfur:

- Leikskólakennaramenntun
- Framhaldsmenntun á sviði stjórnunar- og/eða menntunarfræða æskileg
- Stjórnunarreynsla og leiðtogahæfileikar
- Færni og lipurð í samskiptum
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð
- Góð tölvukunnátta
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku

Umsóknarfrestur er til og með 10. apríl nk.

Umsóknum þarf að fylgja yfirlit um menntun og reynslu ásamt ítarlegri greinargerð um fyrirhugaðar áherslur og áhuga í skólastarfi.

Samkvæmt jafnréttisstefnu Hafnarfjarðar eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um starfið.

HAFNARFJARÐARBÆR
RÁÐHÚS HAFNARFJARÐAR
STRANDGÖTU 6

ÞJÓNUSTUVER
OPIÐ FRÁ KL. 8.00 – 16.00
ALLA VIRKA DAGA

585 5500
hafnarfjordur.is

HAFNARFJÖRÐUR

TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY

Bifvélavirki

Bilanagreiningar og almennar viðgerðir

Við leitum að öflugum einstaklingi til að taka að sér krefjandi verkefni á einu stærsta bifvélaverkstæði landsins.

Viðkomandi þarf að hafa próf í bifvélavirkjun, mikla starfsreynslu og mjög góða þekking á bílum og úrlausnum tæknilegra viðfangsefna.

Við lofum góðri vinnuaðstöðu og skemmtilegum samstarfsfélögum.

Verkstæðismóttaka

Við óskum eftir þjónustulunduðum og metnaðarfullum strafskrafti með góða hæfni í mannlegum samskiptum.

Starfið snýst um móttöku viðskiptavina og afgreiðslu á fjölbreyttum verkum fyrir verkstæði fyrirtækisins og reikningagerð.

Í Verkstæðismóttöku starfar skemmtilegur og samheldinn hópur.

Sækið um störfin á vef félagsins www.toyota.is/storf - Nánari upplýsingar veitir Fanný Bjarnadóttir fanny@toyota.is
Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl 2018. Allar nánari upplýsingar um störfin má finna á ráðningarvefnum.

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Opið mán - fös:
07.45 -18.00
Laugardaga:
12.00 - 16.00

www.toyotakauptuni.is info@toyota.is

bsi. ISO 14001 Environmental Management

Toyota Kauptúni

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar leitar eftir kraftmiklum stjórnanda til að leiða og efla framþróun á fyrirmyndarþjónustu við íbúa á hjúkrunarheimilinu Droplaugarstöðum.

Droplaugarstaðir er heimilislegt hjúkrunarheimili á besta stað í miðbæ Reykjavíkur þar sem 81 heimilismaður býr í sérbýli með aðgangi að fallegum garði, góðu eldhúsi, sjúkra- og iðjuþjálfun og góðu félagsstarfi. Starfsmenn heimilisins leggja áherslu á lífsgæði og vellíðan íbúa. Á heimilinu er rekin sérstök eining sem sinnir þremur íbúum sem þurfa á sérhæfðri hjúkrun að halda auk þess sem Foldabær, heimili fyrir konur með heilabilun, heyrir undir Droplaugarstaði.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Stjórnunarleg og rekstrarleg ábyrgð á rekstri hjúkrunarheimilisins og starfseiningum sem heyra undir það.
- Yfirumsjón með allri þjónustu heimilisins, stýrir daglegum rekstri, stjórnar starfsmannamálum og ber ábyrgð á framkvæmd starfsmannastefnu.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun á sviði stjórnunar æskileg.
- Haldgóð þekking og reynsla af stjórnun og rekstri.
- Þekking og reynsla af stjórnun á sviði öldrunarþjónustu er æskileg.
- Framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum, sjálfstæði í vinnubrögðum og skipulagshæfni.
- Hreint sakavottorð.

Laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Berglind Magnúsdóttir skrifstofustjóri í síma 8628619 og tölvupósti berglind.magnusdottir@reykjavik.is
Umsækjendur eru vinsamlega beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar **www.reykjavik.is/storf**

Umsóknarfrestur er til og með 21.04.2018.

VELFERÐARSVIÐ
REYKJAVÍKURBORGAR

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Komdu að vinna með okkur í ört vaxandi sveitarfélagi!

Í grunnskólum Sveitarfélagsins Árborgar eru lausar stöður fyrir skólaárið 2018-2019.

Barnaskólinn á Eyrarbakka og Stokkseyri

www.barnaskolinn.is
Í Barnaskólanum á Eyrarbakka og Stokkseyri eru 140 nemendur og 45 starfsmenn. Einkunnarorð skólans eru jákvæðni, virðing, metnaður og heiðarleiki. Skólinn starfar á tveimur stöðum, 1.-6. bekkur á Stokkseyri og 7.-10. bekkur á Eyrarbakka.

Eftirtaldar stöður eru lausar til umsóknar:
- Kennarar á yngra og unglingastigi.

Sunnulækjarskóli

www.sunnulaekjarskoli.is
Við Sunnulækjarskóla eru um 700 nemendur og 120 starfsmenn. Áhersla er lögð á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma.

Eftirtaldar stöður eru lausar til umsóknar:
- Umsjónarkennarar á yngsta og miðstigi.
- Umsjónarkennarar á elsta stigi, meðal kennslugreina eru stærðfræði og tungumál.
- Myndmenntakennari.
- Sérkennari.

Vallaskóli

www.vallaskoli.is
Í Vallaskóla eru um 600 nemendur í 1.-10. bekk og 100 starfsmenn. Virðing, þekking og lífsgleði eru einkunnarorð skólans.

Eftirtaldar stöður eru lausar til umsóknar:
- Umsjónarkennarar á yngsta og miðstigi.
- Umsjónarkennari á elsta stigi með áherslu á íslenskukennslu.
- Forfallakennari.
- Þroskaþjálfi.
- Sérkennari.
- Stuðningsfulltrúar á mið- og elsta stigi.
- Íþróttakennari (afleysing vegna fæðingarorlofs).
- Kennari í leikrænni tjáningu (5.-10. bekkur).

Við leitum að metnaðarfullum einstaklingum með uppeldismenntun sem nýtist í starfi, mikla hæfni í mannlegum samskiptum, góða íslenskukunnáttu og brennandi áhuga á starfi í skólum. Reynsla af teymisvinnu er mikilvægur eiginleiki.

Í sveitarfélaginu er unnið að styrkingu heildstæðrar nærþjónustu við börn, foreldra og skóla. Lögð er áhersla á faglega forystu í anda lærdómssamfélagsins, snemmtæka íhlutun, samstarf skóla og stofnana um umbótastarf og þróun úrræða fyrir börn. Í Sveitarfélaginu Árborg búa rúmlega 9 þúsund íbúar, þar af um 2000 börn í fimm leikskólum og þremur grunnskólum. Nánari upplýsingar um sveitarfélagið, fræðslusvið og skólaþjónustu Árborgar má finna á www.arborg.is

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist á skólastjóra viðkomandi skóla:

Barnaskólinn á Eyrarbakka og Stokkseyri, Háeyrarvöllum 56, 820 Eyrarbakka: Magnús J. Magnússon, magnus@barnaskolinn.is

Sunnulækjarskóli, Norðurhólum 1, 800 Selfossi: Birgir Edwald, birgir@sunnulaek.is

Vallaskóli, Sólvöllum 2, 800 Selfossi: Þorvaldur H. Gunnarsson, thorvaldur@vallaskoli.is

Umsóknarfrestur er til 18. apríl 2018. Frekari upplýsingar um skólana er að finna á vefslóðum þeirra. Störfin henta jafnt körlum sem konum.
Launakjör fara eftir kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðeigandi stéttarfélags.

JÁRNPRÝÐI
ALMENN SÉRSMÍÐI

Járnprýði ehf vantar fjölhæfan og duglegan járnsmið/blikksmið eða mann með sambærilega reynslu. Viðkomandi þarf að vera íslenskumælandi.

Járnprýði er lítið og persónulegt fyrirtæki sem sinnir fjölbreyttum verkefnum með sterkan hóp viðskiptavina.

Áhugasamir sendi umsókn með ferilskrá á netfangið ingi@jarnprydi.is

Járnprýði ehf | Akralind 5 | 201 Kópavogi | S: 822 1717

OKKUR VANTAR BÍLSTJÓRA!

Við leitum að bílstjórum með meirapróf í framtíðarstarf og í sumarafleysingar til að sinna eldsneytisdreifingu á stöðvarnar okkar, vinnuvélar og tanka. Hjá félaginu starfar góður og fjölbreyttur hópur fólks sem hefur það að markmiði að veita úrvalsþjónustu.

Ef þú hefur ríka þjónustulund og getur unnið sjálfstætt gætir þú passað í hópinn okkar.

Atlantsolía greiðir ADR-námskeið og laun á námskeiðistíma fyrir bílstjóra sem ekki hafa ADR-réttindi. Við hvetjum að sjálfsögðu konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.

Nánari upplýsingar veita:
Þorvaldur Jónasson s. 8253104
Albert Valur Albertsson s. 8253160.

Umsóknir með ferliskrá sendist á sumarstarf@atlantsolia.is

ATLANTSOLÍA

VERKEFNISSTJÓRAR Á VERKFRÆÐI- OG NÁTTÚRUVÍSINDASVIÐI

VERKEFNISSTJÓRI MANNAUÐSMÁLA

Meginmarkmið verkefnisstjóra er að stuðla að faglegri þjónustu í mannauðsmálum og eflingu mannauðs sviðsins í nánu samstarfi við mannauðsstjóra. Viðkomandi aðili mun koma að ráðningum, starfsþróun, móttöku nýrra starfsmanna og öðrum mannauðstengdum verkefnum og viðburðum. Hlutverk verkefnisstjóra mannauðsmála felst meðal annars því veita starfsfólki sviðsins ráðgjöf og þjónustu í mannauðsmálum og framkvæma stefnu mannauðsmála sviðsins og háskólans í heild.

Helstu verkefni

- Ráðningar og gerð ráðningarsamninga
- Starfsþróunarmál og fræðsla
- Uppgjör starfsskyldna fastra kennara
- Starfslok og skráning upplýsinga
- Starfsmannatengdir viðburðir
- Ýmsar greiningar og úttektir í starfsmannamálum
- Verkefnastýring umbótaverkefna
- Teymisvinna í mannauðs- og samskiptahópi sviðsins

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í mannauðsstjórnun eða skyldum greinum
- Reynsla af verkefnastýringu er kostur
- Góð þekking á mannauðsmálum er æskileg
- Þekking í kjaramálum og stjórnsýslu er æskileg
- Frumkvæði í starfi og góðir samstarfshæfileikar
- Mikil ritfærni og færni í miðlun og framsetningu upplýsinga
- Mjög góð færni í ræðu og riti jafnt í íslensku og ensku
- Afbragðs samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Jóhanna Ella Jónsdóttir mannauðsstjóri í síma 525 4644 og netfang jej@hi.is.**

VERKEFNISSTJÓRI FJÁRMÁLA

Meginmarkmið verkefnisstjóra er að stuðla að faglegri þjónustu í fjármálum og vinna í samræmi við stefnu og markmið Háskóla Íslands. Viðkomandi aðili kemur að kennslu- og fjárhagsáætlanagerð og uppgjörum á kennslu. Verkefnisstjóri skal stuðla að hagkvæmum rekstri sviðsins í nánu samstarfi við fjármálastjóra.

Helstu verkefni

- Gerð kennsluáætlana fyrir deildir sviðsins
- Umsjón með kennsluuppgjörum
- Frágangur stundakennarasamninga
- Innkaupakort sviðs og uppgjör þess
- Afgreiðsla innkaupabeiðna
- Uppgjör meistara- og doktorsvarna
- Upplýsingamiðlun varðandi fjármál, kennslu og rekstur
- Úttektir og skýrslugerð af ýmsum toga
- Greining og skráning gagna á vef og í ýmis kerfi

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í viðskiptafræði, fjármálum eða skyldum greinum
- Reynsla af verkefnastýringu er kostur
- Góð tölvufærni og þekking á fjárhagsupplýsingakerfum
- Þjónustulund og skipulagshæfni
- Afbragðs samstarfshæfni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði í starfi og útsjónarsemi
- Mikil ritfærni og færni í miðlun og framsetningu upplýsinga
- Mjög góð færni í ræðu og riti jafnt í íslensku og ensku

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Sigvaldi Egill Lárusson fjármálastjóri í síma 525 4606 og netfang sigvaldi@hi.is.**

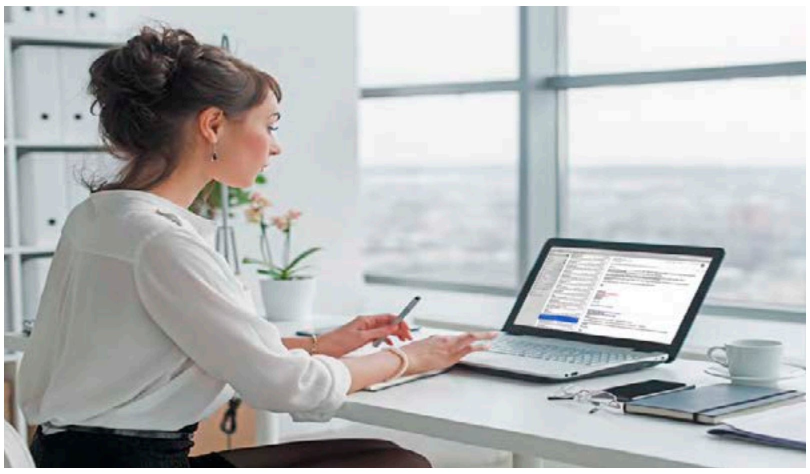
Sótt er um starfið rafrænt á www.hi.is/laus_storf. Öllum umsóknum verður svarað og umsækjendum verður tilkynnt um ráðstöfun starfsins þegar ákvörðun hefur verið tekin.

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl 2018. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá lokum umsóknarfrests. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Á Verkfræði- og náttúruvísindasviði starfa 360 manns við rannsóknir og kennslu á sviði verkfræði og náttúruvísinda. Starfsumhverfið er alþjóðlegt enda eykst sífellt hlutfall erlendra starfsmanna og nemenda við sviðið, en fjórðungur bæði starfsmanna og framhaldsnema eru erlendir. Nemendur Verkfræði- og náttúruvísindasviðs eru um 2300 talsins í sex deildum. Þar af eru 350 í meistaranámi og 150 í doktorsnámi. Rannsóknarstofnanir sviðsins eru Jarðvísindastofnun og Eðlisvísindastofnun sem tilheyra báðar Raunvísindastofnun, Líf- og umhverfisvísindastofnun, Verkfræðistofnun og Stofnun Sæmundar fróða sem er þverfræðileg stofnun og heyrir undir öll fræðasvið háskólans.

Háskóli Íslands er stærsta kennslu-, rannsókna- og vísindastofnun Íslands og er í hópi 250 bestu háskóla heims samkvæmt nýjum matslista Times Higher Education.

HÁSKÓLI ÍSLANDS
VERKFRÆÐI- OG NÁTTÚRUVÍSINDASVIÐ



Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningar sniðnar að þörfum viðskiptavinarins.

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

ráðum
ráðningarstofa

Starfsmaður á laserskurðarvél

Við leitum að jákvæðum, metnaðarfullum einstaklingi sem getur starfað sjálfstætt

- Starfið felst í að forrita laserskurðarvél, mata hana hráefni og ganga frá eftir skurð.
- Starfið gæti einnig falið í sér tilfallandi verkefni í smíði og samsetningu.
- Iðnnám er kostur en ekki skilyrði.

Umsóknir óskast sendar á netfangið: **micro@micro.is**
Nánari upplýsingar veitir Gunnar Óli Sölvason, gunnar@micro.is - S. 869 9535

Micro er rótgróin stálsmiðja í Garðabæ sem sérhæfir sig í smíði úr ryðfríu stáli. Helstu viðskiptavinir félagsins eru sjávarútvegs-, og matvælafyrirtæki. Við bjóðum uppá skemmtilegan anda í smiðju sem er vel tækjum búin. Verkefnastaðan er sterk.

MICRO

Micro-ryðfrí smíði ehf. • Suðurhraun 12b • 210 Garðabær • www.micro.is

RYÐFRÍ SMÍÐI

NÝ HEIMILI

Fyrir fatlað fólk í Austurbrún og Kambavaði

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar auglýsir eftir hæfu og kraftmiklu starfsfólki á ný heimili fyrir unga einstaklinga með fjölfötlun og hegðunarraskanir í Austurbrún og Kambavaði. Um vaktavinnu er að ræða og starfshlutfall getur verið 40% - 100% eftir samkomulagi. Unnið er samkvæmt hugmyndafræði þjónandi leiðsagnar með það að markmiði að efla sjálfstætt líf einstaklinga.

STUÐNINGSFULLTRÚAR

Helstu verkefni og ábyrgð

- Einstaklingsmiðaður persónulegur stuðningur við íbúa í þeirra daglega lífi, jafnt innan sem utan heimilis.
- Hvetur og styður íbúa til sjálfshjálpar og félagslegrar virkni.
- Stuðlar að góðum samskiptum við aðstandendur íbúa.
- Tekur þátt í þróunarstarfi undir stjórn forstöðumanns.

Hæfniskröfur

- Góð almenn menntun.
- Reynsla af starfi með fötluðum æskileg.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum, ábyrgðarkennd og frumkvæði.
- Hæfni til að takast á við krefjandi vinnuumhverfi/verkefni.
- Íslenskukunnátta.
- Hreint sakavottorð í samræmi við lög sem og reglur Reykjavíkurborgar.

HÁSKÓLAMENNTAÐIR STUÐNINGSFULLTRÚAR

Helstu verkefni og ábyrgð

- Samstarf við foreldra, fagaðila og aðra starfsmenn.
- Fræða nýtt starfsfólk og leiðbeina því.
- Þátttaka í gerð og framkvæmd einstaklingsáætlana í samráði við forstöðumann.
- Einstaklingsmiðaður persónulegur stuðningur við íbúa í þeirra daglega lífi, jafnt innan sem utan heimilis.
- Hvetur og styður íbúa til sjálfshjálpar og félagslegrar virkni.
- Tekur þátt í þróunarstarfi undir stjórn forstöðumanns.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis-, mennta- eða félagsvísinda sem nýtist í starfi.
- Reynsla af starfi með fötluðum æskileg.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum, ábyrgðarkennd og frumkvæði.
- Framtakssemi, áreiðanleiki, heiðarleiki og jákvæðni í starfi.
- Hæfni til að takast á við krefjandi verkefni.
- Hreint sakavottorð í samræmi við lög sem og reglur Reykjavíkurborgar.

Laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og Starfsmannafélags Reykjavíkurborgar.

Frekari upplýsingar um starfið veitir Birgir Freyr Birgisson í síma 821-4600 og tölvupósti **birgir.freyr.birgisson@reykjavik.is**

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar **www.reykjavik.is/storf**

Umsóknarfrestur er til og með 30. apríl 2018.

VELFERÐARSVIÐ
REYKJAVÍKURBORGAR

Aðstoðarleikskólastjóri, deildarstjóri og leikskólakennarar

Heilsuleikskólinn Suðurvellir

Við Heilsuleikskólann Suðurvelli í Vogum eru lausar til umsóknar stöður aðstoðarleikskólastjóra, deildarstjóra og leikskólakennara.

Suðurvellir er þriggja deilda leikskóli sem vinnur eftir viðmiðum Heilsustefnunnar. Virðing og umhyggja eru leiðandi hugtök í leikskólanum og áhersla er lögð á gæði í samskiptum. Yfirmarkmið leikskólans er að auka gleði og vellíðan barna með áherslu á næringu, hreyfingu og listsköpun í leik og starfi.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Leikskólakennaramenntun
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum
- Frumkvæði, skipulagshæfileikar og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Metnaður í starfi og áhugi á þróunarstarfi

Nánari upplýsingar veitir:
María Hermannsdóttir leikskólastjóri, í síma 4406240

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar sveitarfélaga og KÍ.
Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á maria@vogar.is
Umsóknarfrestur er til 23. apríl n.k.

Karlar jafnt sem konur eru hvattir til að sækja um starfið

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

Deildarstjóri húsnæðis

Starfið felur í sér ábyrgð á framkvæmdum, skipulagi og viðhaldi húsnæðisins við Efstaleiti, ásamt umsjón með öðrum starfsstöðvum RÚV.

RÚV leggur áherslu á að húsnæðið þjóni vel starfsemi þess á hverjum tíma. Fasteignin við Efstaleiti er um 16.300 fm að stærð en hluti hennar er í útleigu. Stór hluti af húsnæðinu er ætlaður sérhæfðri starfsemi vegna framleiðslu og útsendingar efnis.

Umsóknarfrestur er til 22. apríl 2018.

Upplýsingar um starfið og skil umsókna er á **www.ruv.is/laus-storf.**

Við hvetjum konur jafnt sem karla og fólk af ólíkum uppruna til að sækja um starfið.

www.ruv.is

Jafnlaunaúttekt PwC 2017

Geirabakarí Borgarnesi

Vantar vanann bakara.
Um er að ræða stöðu yfirbakara í 100% starf.

Nánari upplýsingar veitir
Geiri bakari
í síma 437-1920/696-0025

Laus störf hjá Kópavogsbæ

Grunnskólar

- Bókasafns- og upplýsingafræðingur í Smáraskóla.
- Frístundaleiðbeinendur í dægradvöl Salaskóla.
- Frístundaleiðbeinendur í dægradvöl Vatnsendaskóla.
- Kennari á unglingastigi í Salaskóla.
- Kennari á yngsta stig í Vatnsendaskóla.
- Kársnesskóli auglýsir eftir dönskukennara.
- Kársnesskóli auglýsir eftir heimilisfræðikennara.
- Námsráðgjafi í Salaskóla.
- Náttúrufræðikennari í Hörðuvallaskóla.
- Náttúrufræðikennari í Vatnsendaskóla.
- Stuðningsfulltrúar í Salaskóla.
- Sérkennari í Kársnesskóla.
- Umsjónarkennarar á miðstig í Smáraskóla.
- Umsjónarkennarar í Smáraskóla á yngsta stig.
- Umsjónarkennari á miðstig í Salaskóla.
- Umsjónarkennari á miðstig í Vatnsendaskóla
- Þroskaþjálfi/sérkennari í Salaskóla.
- Verkefnisstjóri tölvumála í Salaskóla.
- Umsjónarkennari í Kársnesskóla fyrir næsta skólaár.

Leikskólar

- Aðstoðarmaður í eldhúsi í Núp.
- Deildarstjóri í Austurkór.
- Deildarstjóri í Læk.
- Deildarstjóri í Sólhvörfum.
- Deildarstjóri í Sólhvörfum.
- Leikskólakennari á Efstahjalla.
- Leikskólakennari í Austurkór.
- Leikskólakennari í Sólhvörfum.
- Leikskólakennari í Álfatúni.
- Leikskólakennari/þroskaþjálfi í Sólhvörfum.
- Leikskólastjóri í Baug.
- Leikskólasérkennari/þroskaþjálfi í Austurkór.
- Þroskaþjálfi í Álfatúni.

Velferðarsvið

- Hjúkrunarfræðingar/nemar í Roðasali.
- Sjúkraliðar í Roðasali.
- Starfsmaður óskast í Roðasali.
- Starfsmenn óskast á heimili fatlaðs fólks.

Annað

- Deildarstjóri gatnadeildar.
- Starfsmaður hjá Sundlaug Kópavogs - Kona.

Eingöngu er hægt að sækja um störfin rafrænt á heimasíðu Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is, þar sem jafnframt má finna fleiri störf og nánari upplýsingar.

Kópavogsbær
kopavogur.is

Kennari í málmtæknigreinum
Borgarholtsskóli

Laus er til umsóknar staða kennara í málmtæknigreinum við Borgarholtsskóla frá og með haustönn 2018.

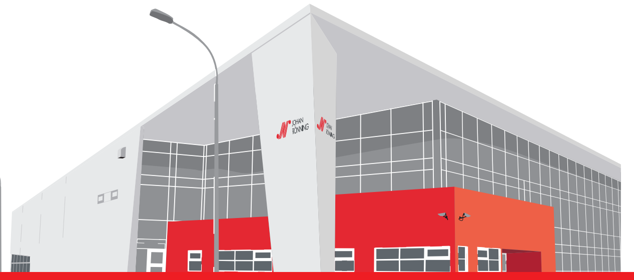
Laun eru í samræmi við kjarasamning KÍ og stofnanasamning Borgarholtsskóla.
Umsækjendur greini í umsókn frá menntun, fyrri störfum og öðru því sem telja má að skipti máli.
Jafnt konur og karlar eru hvött til að sækja um störfin.
Sakavottorð fylgi umsókn

Á heimasíðu skólans, www.bhs.is, eru upplýsingar um skólann og starfsemi hans.
Upplýsingar um starfið veitir ***Aðalsteinn Ómarsson, deildarstjóri, adalsteinn@bhs.is; sími: 856-1714.***
Umsóknir ásamt fylgigögnum sendist í tölvupósti til Ársæls Guðmundssonar, skólameistara,
arsael@bhs.is **fyrir 21. apríl 2018.**

Borgarholtsskóli er fjölbreyttur, framsækinn og skapandi skóli sem leggur áherslu á að allir fái nám við sitt hæfi. Boðið er upp á margar námsleiðir; í bóknámi, listnámi, iðnámi og starfsnámi. Einkunnarorð Borgarholtsskóla eru: ***agi, virðing, væntingar.***

BHS Borgarholtsskóli
bókmennt • handmennt • siðmennt
www.bhs.is

JOHAN RÖNNING
www.ronning.is



Er kraftur í þér?

Starfsmaður í þjónustudeild

Johan Rönning óskar eftir að ráða hörkuduglegan liðsmann í þjónustudeild fyrirtækisins að Klettagörðum 25, Reykjavík. Þjónustudeild sér um alla umsýslu á vörum félagsins gagnvart viðskiptavinum og útibúum. Um er að ræða framtíðarstarf þar sem viðkomandi hefur möguleika á að vinna sig upp innan fyrirtækisins.

Hæfniskröfur:
- Öguð og áreiðanleg vinnubrögð
- Rík þjónustulund
- Samskiptahæfni
- Lyftararéttindi kostur

Starfið felst í:
- Tiltekt og frágangi á pöntunum
- Samskiptum við viðskiptavini
- Öðrum tilfallandi störfum innan þjónustudeildar

Við hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.
Upplýsingar um starfið veitir Hallur Vilhjálmsson í síma 5 200 800.
Umsóknum skal skilað fyrir **20. apríl** í netfangið hv@ronning.is

Johan Rönning hf. var stofnað árið 1933. Fyrirtækið er leiðandi á sviði rafbúnaðar og rekur jafnframt verslunar og þjónustufyrirtækin Sindra, Sindra vinnuföt og Vatn og veitur. Hjá félaginu starfa 120 starfsmenn í Reykjavík, Fjarðabyggð, Reykjanesbæ, Hafnarfirði, Grundartanga, á Selfossi og Akureyri. Höfuðstöðvar félagsins eru að Klettagörðum 25 í Reykjavík. Johan Rönning hf. er góður og eftirsóttur vinnustaður.

VR Fyrirtæki ársins 2017
Framúrskarandi fyrirtæki 2014-2017

REYKJAVÍK	SELFOSSI	AKUREYRI	REYÐARFIRÐI	REYKJANESBÆ	HAFNARFIRÐI	GRUNDARTANGA
Klettagörðum 25	Eyravegi 67	Draupnisgötu 2	Nesbraut 9	Hafnargötu 52	Bæjarhrauni 12	Mýrarholtsvegi 2
Sími 5 200 800	Sími 4 800 600	Sími 4 600 800	Sími 4 702 020	Sími 4 207 200	Sími 5 200 800	Sími 5 200 830

Ný tækifæri, nýjar áskoranir!

www.hagvangur.is
HAGVANGUR

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Deildarstjóri lögfræðiþjónustu

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar óskar eftir að ráða öflugan og metnaðarfullan einstakling í starf deildarstjóra lögfræðiþjónustu. Um er að ræða nýtt starf en deildarstjóri lögfræðiþjónustu tilheyrir yfirstjórn umhverfis- og skipulagssviðs. Deildarstjóri stýrir teymi lögfræðinga sem veitir ráðgjöf og upplýsingar til stjórnenda og starfsfólks sviðsins varðandi lagaumhverfi starfseminnar. Hann er helsti tengiliður sviðsins vegna lögfræðiverkefna er undir það heyrir, við samstarfsaðila innan borgar og utan. Næsti yfirmaður er sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs.

Umhverfis og skipulagssvið (USK) stendur á gömlum merg en það tók formlega til starfa í janúar 2013 þegar umhverfis- og samgöngusvið, skipulags- og byggingarsvið og framkvæmdahluti framkvæmda- og eignasviðs voru sameinuð. Sviðið gegnir fjölþættu hlutverki allt frá því að vinna með kjörnum fulltrúum að stefnumótum í umhverfis-, skipulags- og samgöngumálum í að samþykkja teikningar og tryggja eftirlit í heilbrigðismálum. Að auki stýrir sviðið framkvæmdum og viðhaldi og sinnir almennum rekstri í borgarlandinu eins og grasslætti og snjómokstri. Undir sviðið heyra einnig byggingarfulltrúi, skipulagsfulltrúi, bílastæðasjóður og Heilbrigðiseftirlit Reykjavíkur. Umhverfis- og skipulagssvið er með vottað umhverfisstjórnunarkerfi skv. ISO 14001.

Ábyrgðarsvið og helstu verkefni:
- Vera í fyrirsvari fyrir umhverfis- og skipulagssvið varðandi lögfræðileg málefni.
- Lögfræðilegar álitsgerðir, ráðgjöf og umsagnir til umhverfis- og skipulagsráðs, umhverfis- og skipulagssviðs, borgarstjórnar, borgarráðs, borgarstjóra og borgarlögmanns vegna verkefna umhverfis- og skipulagssviðs.
- Fyrirsvar og samskipti við Úrskurðarnefnd umhverfis- og auðlindamála, þ. á m. gerð svara og umsagna vegna kærumála hjá nefndinni.
- Meðferð stjórnsýslukæra er varða verkefni umhverfis- og skipulagssviðs.
- Rekstur, þjónusta og utanumhald um mannauðsmál lögfræðideildar.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Embættispróf eða meistaragráða í lögfræði.
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu og stjórnsýslurétti.
- Þekking á sveitarstjórnarrétti og verkefnum sveitarfélaga æskileg.
- Reynsla af stjórnun æskileg.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Leiðtogahæfileikar og góð hæfni í mannlegum samskiptum.
- Framsýni, metnaður, frumkvæði í starfi.
- Fagleg, sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð.
- Lipurð og færni í samskiptum.
- Góð færni til framsetningar máls í ræðu og riti á íslensku og ensku.

Um er að ræða fullt starf og æskilegt er að starfsmaður geti hafið störf sem fyrst. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar við Stéttarfélag lögfræðinga.

Umsóknarfrestur er til og með 23.apríl 2018.

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, ***www.reykjavik.is/storf***

Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi.

Nánari upplýsingar veitir Ásdís Ásbjörnsdóttir, mannauðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs, netfang: ***asdis.asbjornsdottir@reykjavik.is***.

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

LAUS STÖRF
FYRIR RÉTTA EINSTAKLINGA

Fjármálasvið
» Kerfisfræðingur í tölvudeild

Fjölskylduþjónusta
» Sumarstörf hjá stoðþjónustudeild
» Félagsliði í heimaþjónustu
» Starfsmaður í mötuneytið Höfn, Sólvangsvegi 1

Fræðslu- og frístundaþjónusta
» Skólastjóri Tónlistarskóla Hafnarfjarðar

Grunnskólar
» Skólaliði í mötuneyti - Áslandsskóli
» Umsjónarkennari á yngsta stigi - Hraunvallaskóli
» Umsjónarkennari á miðstigi - Hraunvallaskóli
» Kennsla í íslensku á unglingastigi - Hraunvallaskóli
» Sérkennari - Hraunvallaskóli
» Umsjónarkennari á yngsta stigi - Hvaleyrarskóli
» Umsjónarkennari á miðstigi - Hvaleyrarskóli
» Umsjónarkennari á yngsta stigi - Víðistaðaskóli
» Umsjónarkennari á miðstigi - Víðistaðaskóli
» Faggreinakennari í unglingadeild - Víðistaðaskóli
» Deildarstjóri sérdeildar - Öldutúnsskóli
» Náttúrufræðikennari á unglingastigi - Öldutúnsskóli

Leikskólar
» Deildarstjóri - Álfaberg
» Leikskólakennari - Álfaberg
» Leikskólastjóri - Bjarkalundur
» Sérkennslustjóri - Hlíðarendi
» Leikskólakennari - Hlíðarendi
» Leikskólakennari - Hvammur
» Deildarstjóri - Norðurberg
» Leikskólakennari - Stekkjarás

Málefni fatlaðs fólks
» Hlutastarf á heimili fatlaðs fólks - Smárahvammur
» Sumarstarf á heimili fatlaðs fólks í Áslandshverfi
» Verkefnastjóri - Frístundaklúbbur og vinnuverkefni

Söfn
» Afgreiðslufulltrúi - Hafnarborg

Umhverfis- og skipulagsþjónusta
» Skrifstofustjóri
» Yfirverkstjóri veitna

JAFNRÉTTISVIÐURKENNING JAFNRÉTTISRÁÐ 2017

Í samræmi við jafnréttisstefnu Hafnarfjarðar eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um.

Nánar á **hafnarfjordur.is**

JAFNLAUNAMERKIÐ

HAFNARFJÖRÐUR

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

S4S LEITAR AÐ

SKEMMTILEGU OG METNAÐARFULLU FÓLKI

ERUM VIÐ AÐ LEITA AÐ ÞÉR? VIÐ LEITUM AÐ FÓLKI Á ÖLLUM ALDRI TIL AÐ VERA PARTUR AF FJÖRUGRI OG ÖFLUGRI LIÐSHEILD HJÁ FLOTTU FYRIRTÆKI.

Kaupfélagið Smáralind

HELGARSTARFSMAÐUR Í KAUPFÉLAGIÐ Í SMÁRALIND

Helstu verkefni
- Sala
- Þjónusta við viðskiptavini
- Daglegur rekstur og aðstoð við verslunarstjóra

Hæfniskröfur
- Reynsla af verslunar- og þjónustustarfi er æskileg en ekki nauðsynleg
- Góð almenn tölvukunnátta
- Framúrskarandi þjónustulund
- Færni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

ELLINGSEN SÍÐAN 1916

FRAMTÍÐAR- OG SUMARSTÖRF Í ELLINGSEN

Ellingsen óskar eftir:
- Starfsmönnum í fullt framtíðarstarf í útivistar/útilegudeild, æskilegur áhugi á almennri útivist og útilegubúnaði.
- Starfsmönnum í fullt framtíðarstarf í fata- og skódeild.
- Sumarstarfsfólki í allar deildir.

Helstu verkefni
- Sala
- Þjónusta við viðskiptavini
- Daglegur rekstur og aðstoð við verslunarstjóra

Hæfniskröfur
- Reynsla af verslunar- og þjónustustarfi er æskileg en ekki nauðsynleg
- Góð almenn tölvukunnátta
- Framúrskarandi þjónustulund
- Færni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

Umsóknir berist fyrir **15. apríl** á atvinna@s4s.is

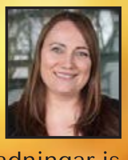
VR FYRIRTÆKI ÁRSINS 2017 — VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2016 — 2012-2016 Framúrskarandi fyrirtæki

S4S hefur verið í topp 5 yfir fyrirmyndarfyrirtæki hjá VR síðustu 3 ár í flokki stærra fyrirtækja.

S4S

Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing



lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

FAST Ráðningar
www.fastradningar.is

Seltjarnarnesbær
Laus störf

Grunnskóli Seltjarnarness, starfsfólk óskast í eftirtalin störf frá hausti 2018
- **Íþróttakennari**
- **Sérkennari**
- **Stuðningsfulltrúar,** fullt starf og hlutastörf
- **Umsjónarkennari**
- **Þroskaþjálfi eða starfsmaður með aðra uppeldisfræðimenntun,** fullt starf

Leikskóli Seltjarnarness, starfsfólk óskast frá 1. ágúst nk.
- **Leikskólakennarar,** fullt starf
- **Leikskólaleiðbeinandi,** fullt starf

Frístundamiðstöð Seltjarnarness
- **Frístundaleiðbeinandi,** fullt starf og hlutastörf með börnum á aldirnum 6-10 ára
- **Þroskaþjálfi eða starfsmaður með aðra uppeldisfræðimenntun,** fullt starf

Tónlistarskóli Seltjarnarness
- **Fiðlukennari,** hlutastarf frá hausti 2018

Nánari upplýsingar um störfin og skil umsókna má finna á Ráðningarvef Seltjarnarnesbæjar www.seltjarnarnes.is – **Störf í boði**

Umsóknarfrestur er til 22. apríl næstkomandi.

Í samræmi við jafnréttisáætlun Seltjarnarnesbæjar eru karlar jafnt sem konur hvött til að sækja um störf. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og hlutaðeigandi stéttarfélaga.

Jafnlaunaúttekt PwC 2016

SELTJARNARNESBÆR

seltjarnarnes.is

Aðalskoðun

Bifvélavirki/ skoðunarmaður óskast

Aðalskoðun hf. óskar eftir að ráða bifvélavirkja til starfa við skoðun ökutækja á höfuðborgarsvæðinu. Um framtíðarstarf getur verið að ræða. **Umsóknarfrestur er til 22. apríl.** Sveinspróf í bifvélavirkjun skilyrði.

Aðalskoðun leggur áherslu á fagleg vinnubrögð við skoðun ökutækja og ríka þjónustulund, en í starfinu felast eðlilega mikil samskipti við viðskiptavini.

Nánari upplýsingar veita Árni Stefánsson þjónustustjóri og Hörður Harðarson fagstjóri. Sími 5906900.

Umsóknir sendist til Árna Stefánssonar, arni@adalskodun.is. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum verður svarað að loknum umsóknarfresti.

Aðalskoðun hf. er faggild óháð skoðunarstofa sem starfrækir í dag fjórar skoðunarstöðvar á höfuðborgarsvæðinu ásamt skoðunarstöð í Reykjanesbæ. Aðalskoðun sinnir einnig skoðunum í Grundarfirði, Ólafsfirði og Reyðarfirði.

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Sérfræðingur í lyfjaöryggisdeild	Lyfjastofnun	Reykjavík	201804/727
Sérfræðingur	Lyfjastofnun	Reykjavík	201804/726
Almennur sérfræðingur	Lyfjastofnun	Reykjavík	201804/725
Lyfjatæknir	Lyfjastofnun	Reykjavík	201804/724
Verkefnisstjóri fjármála	Háskóli Íslands	Reykjavík	201804/723
Verkefnisstjóri mannauðsmála	Háskóli Íslands	Reykjavík	201804/722
Lögfræðingur	Samgöngu- og sveitastj.ráðuneytið	Reykjavík	201804/721
Lögfræðingur á sviði EES réttar	Samgöngu- og sveitastj.ráðuneytið	Reykjavík	201804/720
Embætti sýslumanns	Dómsmálaráðuneytið	Suðurland	201804/719
Verkfræðingur/tæknifræðingur	Vegagerðin	Reykjavík	201804/718
Tölvuráðgjafar á þjónustuborði	Háskóli Íslands	Reykjavík	201804/717
Lífeindafræðingur	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201804/716
Lektor, dósent eða prófessor	Háskólinn á Akureyri	Akureyri	201804/715
Sérfræðingur	Utanríkisráðuneytið	Reykjavík	201804/714
Kennari, stærðfræði	Menntaskólinn á Egilsstöðum	Egilsstaðir	201804/713
Innkaupafulltrúi	ÁTVR, Vínbúðin	Reykjavík	201804/712
Yfirhjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Húsavík	201804/711
Yfirhjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Húsavík	201804/710
Yfirhjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Húsavík	201804/709
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Norðurlands	Blönduós	201804/708
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæslan Firði	Hafnarfjörður	201804/707
Ljósmóðir, sumarafleysing	Heilsugæslan Seltjarnarnesi/Vesturbæ	Seltjarnarnes	201804/706
Hjúkrunarfræðingur	Heilsugæslan Efstaleiti	Reykjavík	201804/705
Sérnámsst. í heilsugæsluhjúkrun	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201804/704
Aðstoðardeildarstjóri hjúkrunar	Landspítali, bráðaöldrunarlækningad.	Reykjavík	201804/703
Félagsráðgjafi	Landspítali, kvenna- og barnasvið	Reykjavík	201804/702
Gæðastjóri jafnlaunavottunar	Landspítali	Reykjavík	201804/701
Verkefnisstjóri	Háskóli Íslands, launadeild	Reykjavík	201804/700
Tryggingafulltrúi	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201804/699
Starf í afgreiðslu	Ríkisskattstjóri	Reykjavík	201804/698
Kennari í eðlisfræði og jarðfræði	Fjölbrautaskólinn í Garðabæ	Garðabær	201804/697
Námsráðgjafi	Framhaldsskólinn í A-Skaftafellssýslu	Höfn	201804/696
Fjallamenska og listgreinar	Framhaldsskólinn í A-Skaftafellssýslu	Höfn	201804/695
Tómstundafræðingur	Framhaldsskólinn í A-Skaftafellssýslu	Höfn	201804/694
Kennarar	Framhaldsskólinn í A-Skaftafellssýslu	Höfn	201804/693
Kennari í efnafræði	Menntaskólinn í Reykjavík	Reykjavík	201804/692
Kennari í líffræði	Menntaskólinn í Reykjavík	Reykjavík	201804/691
Kennari í eðlisfræði	Menntaskólinn í Reykjavík	Reykjavík	201804/690
Hjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201804/689
Lögreglumenn, sumarafleysing	Lögreglustjórinn í Vestmannaeyjum	Vestm.eyjar	201804/688
Hjúkrunardeildarstjóri	Landspítali, Hjartagátt	Reykjavík	201804/687
Deildarlæknir	Landspítali, krabbameinslækningar	Reykjavík	201804/686
Sjúkraliðar	Landspítali, taugalækningadeild	Reykjavík	201804/685
Sérhæfður starfsmaður	Landspítali, hjarta- og æðaþræðingast.	Reykjavík	201804/684
Dönskukennari	Framhaldsskólinn á Húsavík	Húsavík	201804/683
Náms- og starfsráðgjafi	Framhaldsskólinn á Húsavík	Húsavík	201804/682
Íþróttakennari	Framhaldsskólinn á Húsavík	Húsavík	201804/681
Prestur í Grafarholtsprestakalli	Biskupsembættið	Reykjvík	201804/680

Sérfræðingar í ráðningum

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

FAST Ráðningar
www.fastradningar.is

GRAND HÓTEL REYKJAVÍK ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA VEITINGASTJÓRA

Helstu verkefni:
- Yfirumsjón með daglegum veitingarekstri
- Undirbúningur og skipulag vakta
- Ráðningar og þjálfun starfsfólks
- Innkaup
- Markmiðasetning

Hæfniskröfur:
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Jákvæðni og að geta unnið undir álagi
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Rík þjónustulund, fagmennska og samskiptahæfni
- Sveinspróf er kostur

Um er að ræða fullt starf í vaktavinnu. Grand Hótel Reykjavík rekur veitingastaði, veislusali og fundarsali.

Umsækjendur eru beðnir að senda inn ferilskrá og kynningarbréf á **starf@grand.is**. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál. Öllum umsóknum verður svarað. Umsóknarfrestur er til og með **20. apríl**. Nánari upplýsingar gefur hótelstjóri í síma 824-2098. Hlökkum til að heyra frá þér.

ÍSLANDS HÓTEL

Grand Hótel Reykjavík er stærsta funda- og ráðstefnuhótel Íslands. Hótelið er 4 stjörnu ráðstefnuhótel fyrir ferðamenn og ráðstefnugesti sem vilja njóta glæsilegrar aðstöðu og framúrskarandi þjónustu. Á hótelinu eru 311 herbergi, 11 ráðstefnusalir, veitingastaður og bar. Grand Hótel Reykjavík er hluti af Íslandshótelum sem reka 17 hótel hringinn í kringum landið.

Grand Hótel Reykjavík / Sigtún 38 / 105 Reykjavík / Sími: 514 8000 / grand.is

Starfsólk í útiþjónustudeild
Set röraverksmiðja

Við leitum að liðtækum einstaklingum til starfa í þjónustudeild Set, bæði iðnmenntuðum og ófaglærðum. Þjónustudeild Set fæst við samsuðu á vatns- og fráveiturörum og samsetningu og einangrun á samskeytum hitaveituröra. Um framtíðarstörf er að ræða.

Helstu viðfangsefni starfsins eru:
- Samsuða plaströra á verkstað.
- Frágangur á samskeytum hitaveituröra.
- Vinna við einangrun samskeyta.
- Vinna við sérsmíði og lagnalausnir í verksmiðju Set.

Hæfniskröfur:
- Iðnmenntun á sviði pípulagna, vélvirkjunar eða sambærilegt er kostur.
- Reynsla af verktaka- og útivinnu er kostur.
- Sveigjanleiki og færni í jákvæðum samskiptum við aðra.
- Skipulagshæfileikar og snyrtimennska í vinnubrögðum.

Eftirfarandi gögn þurfa að fylgja umsókn:
- Ferilskrá eða ítarlegar upplýsingar á umsóknarformi Set.
- Mynd af umsækjanda.

Áhugasamir sæki um fyrir **12. apríl 2018.** Eingöngu er tekið við umsóknum á vef Set: www.set.is/atvinna.

Set ehf • Röraverksmiðja

Framúrskarandi fyrirtæki

Set ehf. | Eyravegur 41 | 800 Selfoss
Sími: 480 2700 | set@set.is | set.is

Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningar sniðnar að þörfum viðskiptavinarins.

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

ráðum ráðningarstofa

Aðstoðarleikskólastjóri, deildarstjóri og leikskólakennarar

Heilsuleikskólinn Suðurvellir

Við Heilsuleikskólann Suðurvelli í Vogum eru lausar til umsóknar stöður aðstoðarleikskólastjóra, deildarstjóra og leikskólakennara.

Suðurvellir er þriggja deilda leikskóli sem vinnur eftir viðmiðum Heilsustefnunnar. Virðing og umhyggja eru leiðandi hugtök í leikskólanum og áhersla er lögð á gæði í samskiptum. Yfirmarkmið leikskólans er að auka gleði og vellíðan barna með áherslu á næringu, hreyfingu og listsköpun í leik og starfi.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Leikskólakennaramenntun
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum
- Frumkvæði, skipulagshæfileikar og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Metnaður í starfi og áhugi á þróunarstarfi

Nánari upplýsingar veitir:
María Hermannsdóttir leikskólastjóri, í síma 4406240

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar sveitarfélaga og KÍ.
Umsóknir ásamt ferilskrá óskast sendar á maria@vogar.is
Umsóknarfrestur er til 23. apríl n.k.

Karlar jafnt sem konur eru hvattir til að sækja um starfið

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Rammasamningur um túlka- og þýðingarþjónustu,** EES útboð nr. 14067
- **Kvistaborg. Endurgerð lóðar – Jarðvinna,** útboð 14190.
- **Kvistaborg. Endurgerð lóðar – Leiktæki,** útboð 14191.
- **Kvistaborg. Endurgerð lóðar – Yfirborðsefni,** útboð 14192.
- **Seljaborg. Endurgerð lóðar – Jarðvinna,** útboð nr. 14193.
- **Seljaborg. Endurgerð lóðar – Leiktæki,** útboð nr. 14194.
- **Seljaborg. Endurgerð lóðar – Yfirborðsefni,** útboð nr. 14195.

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

Reykjavíkurborg
Innkaupadeild

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1042 / 411 1043, Bréfsími 411 1048
Netfang: utbod@reykjavik.is

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

Húsasmiðjan leitar að öflugum rekstrarstjóra á Húsavík

Við leitum að leiðtoga í krefjandi stjórnunarstarf sem hefur brennandi áhuga á sölu- og þjónustu. Hann þarf að búa yfir metnaði til að ná árangri, hæfni í mannlegum samskiptum og hafa jákvætt viðhorf.

Í boði er tækifæri fyrir öflugan og drífandi einstakling sem vill taka þátt í spennandi og fjölbreyttu starfi Húsasmiðjunnar. Rekstrarstjóri ber ábyrgð á rekstri verslunarinnar á Húsavík í samræmi við stefnu og gildi Húsasmiðjunnar. Rekstrarstjóri starfar náið með framkvæmdastjórum og er hluti af stjórnendateymi Húsasmiðjunnar.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Reynsla af rekstri og stjórnun
- Reynsla af verslun og þjónustu æskileg
- Menntun sem nýtist í starfi
- Almenn tölvukunnátta
- Reynsla af stjórnun mannauðs æskileg

Helstu verkefni/Starfssvið:
- Skipulagning og ábyrgð á daglegri starfsemi og rekstri í samræmi við stefnu og starfsáætlun
- Ráðgjöf, þjónusta og sala til viðskiptavina ásamt tilboðsgerð
- Sköpun og eftirfylgni viðskiptasambanda
- Umsjón með innkaupum og birgðahaldi
- Umsjón með starfsmannamálum
- Stuðla að jákvæðum starfsanda og starfsumhverfi

Í boði er:
- Krefjandi stjórnunarstarf hjá góðu fyrirtæki
- Góður starfsandi og heilbrigt starfsumhverfi
- Tækifæri til endurmenntunnar og starfsþróunar

Við hvetjum konur jafnt sem karla til þess að sækja um starfið.

Húsasmiðjan leggur metnað sinn í að veita fyrsta flokks þjónustu og bjóða upp á gott aðgengi að vörum sínum og starfsfólki. Það sem einkennir starfsmenn Húsasmiðjunnar eru eftirfarandi gildi:

- Metnaður
- Þjónustulund
- Sérþekking

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl 2018.
Vinsamlega sendið umsóknir ásamt ferilskrá og kynningarbréfi á **atvinna@husa.is.**

Nánari upplýsingar um starfið veitir **Edda Björk Kristjánsdóttir,** mannauðsstjóri á eddak@husa.is.

Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál.

Byggjum á betra verði

Ef þú ert með rétta starfið — erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

ÚTBOÐ NR. 20738

LANDSPÍTALI LANDAKOTI ENDURBYGGING ÞAKS K-ÁLMU

Framkvæmdasýsla ríkisins, fyrir hönd Landspítala, óskar eftir tilboðum í verkið:

LSH Landakot - þak K-álmu.

Verkið felst í endurnýjun þaks K-álmu og múrviðgerða aðliggjandi turns. Núverandi rishæð og þakfrágangur eru rifin en haldið er í þaksperrur sem eru hefluð eftir þörfum. Endurnýjun nær til þakklæðningar og kvista en ekki skorsteina og þakglugga. Frágangur verður bættur m.t.t. loftunar þaks og þykkt einangrunar. Zinkklæðning kemur í staðinn fyrir núverandi steinskífuklæðningu.

Helstu magntölur eru:

Rif og förgun á innveggjum	500 m2
Rif og förgun á gólfefni	380 m2
Rif núverandi þakklæðningar	730 m2
Heflun þakvirkis	350 m
Nýr þakfrágangur með zinkklæðningu	730 m2
Steining á turnbyggingu	95 m2

Boðið er til kynningarfundar og vettvangsskoðunar á verkstað við Landakotsspítala, mæting fyrir framan suðurhliðar K-álmu, **mánudaginn 16. apríl nk. kl. 14:00** að viðstöddum fulltrúa verkkaupa.

Verkinu skal vera að fullu lokið eigi síðar en 15. október 2018.

Útboðsgögn eru aðgengileg á vef Ríkiskaupa. Tilboðin verða opnuð hjá Ríkiskaupum **miðvikudaginn 25. apríl 2018 kl. 11:00** að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

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

RÍKISKAUP

ÚTBOÐ

20684 VIÐBYGGING VIÐ STJÓRNARRÁÐSHÚS, LÆKJARGÖTU
Framkvæmdasamkeppni

Framkvæmdasýsla ríkisins, f.h. forsætisráðuneytisins, býður til opinnar hönnunarsamkeppni (framkvæmdasamkeppni) um viðbyggingu við Stjórnarráðshúsið í Lækjargötu.

Um er að ræða um 1.200 m² viðbyggingu sem hýsi m.a. flestar skrifstofur forsætisráðuneytisins, fundarrými og aðstöðu fjölmiðla. Einnig þarf að endurskoða innra skipulag Stjórnarráðshússins og tengja það við viðbygginguna.

Tvö fyrirspurnartímabil eru í samkeppninni og lýkur því fyrra ,16. maí nk. en því síðara 23. ágúst. Skilafrestur tillagna er 25. september 2018, fyrir kl. 15:00 hjá Ríkiskaupum.
Veitt verða verðlaun að heildarfjárhæð 10 m.kr. þar af verða fyrstu verðlaun að lágmarki 5 m.kr.
Gert er ráð fyrir að útboðsgögn verði tilbúin á vormánuðum 2020 og að vígsla byggingarinnar gæti orðið um áramót 2021/22.
Samkeppnin fer fram í samvinnu við Arkitektafélag Íslands og er auglýst á EES-svæðinu.

Nánari upplýsingar er að finna í samkeppnislýsingu sem er aðgengileg á vef Ríkiskaupa, www.rikiskaup.is, útboðsnúmer 20684, frá og með þriðjudeginum 10. apríl 2018. Til að nálgast ítargögn verður að skrá sig til þátttöku á vefnum en gögn verða einnig fáanleg á minniskubbi, gegn framvísun staðfestingar hjá Ríkiskaupum, Borgartúni 7c, 105 Reykjavík. Skrifstofa Ríkiskaupa er opin virka daga frá kl. 9:00 – 15:30.

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

RÍKISKAUP

ÚTBOÐ

20683 STJÓRNARRÁÐSREITUR
Hugmyndasamkeppni um skipulag

Framkvæmdasýsla ríkisins, f.h. forsætisráðuneytisins, býður til opinnar hugmyndasamkeppni um skipulag Stjórnarráðsreits.

Setja skal fram raunhæfar og spennandi tillögur um heildarlausn á skipulagi á reitnum þannig að byggja megi upp á heildstæðan hátt framtíðarhúsnæði ráðuneyta, stofnana ríkisins og dómstóla m.a. með hagræðingu í huga.
Tvö fyrirspurnartímabil eru í samkeppninni og lýkur því fyrra 9. maí nk. en því síðara 16. ágúst. Skilafrestur tillagna er 18. september 2018, fyrir kl. 15:00 hjá Ríkiskaupum.
Veitt verða verðlaun að heildarfjárhæð 12 m.kr. þar af verða fyrstu verðlaun að lágmarki 6 m.kr.
Samkeppnin fer fram í samvinnu við Arkitektafélag Íslands og er auglýst á EES-svæðinu.

Nánari upplýsingar er að finna í samkeppnislýsingu sem er aðgengileg á vef Ríkiskaupa, www.rikiskaup.is, útboðsnúmer 20683, frá og með þriðjudeginum 10. apríl 2018. Til að nálgast ítargögn verður að skrá sig til þátttöku á vefnum en gögn verða einnig fáanleg á minniskubbi, gegn framvísun staðfestingar hjá Ríkiskaupum, Borgartúni 7c, 105 Reykjavík. Skrifstofa Ríkiskaupa er opin virka daga frá kl. 9:00 – 15:30.

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

RÍKISKAUP

Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi í Kópavogi

Vatnsendi – Athafnasvæði. Urðarhvarf 16.
Breytt deiliskipulag.

Bæjarstjórn Kópavogs hefur samþykkt í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir lóðina að Urðarhvarfi 16.

Skipulagssvæðið sem er um 0.5 ha að stærð afmarkast af lóðarmörkum Vatnsendavegi til suðurs, Víkurhvarfi 7 og 8 til austurs og Urðarhvarfi 14 til norðurs.

Í breytingunni felst að auka byggingarmagn úr 6,048 m2 í 10,000 m2, þar af er stærð niðurgrafinnar bílageymslu áætluð um 2,000 m2. Það hækkar að hluta til um 3,5 metra. Gert er ráð fyrir einu bílastæði á hverja 50 m2 í atvinnuhúsnæði, þar af 50% í niðurgrafinni bílageymslu. Nýtingarhlutfall hækkar úr 1.26 í um 2.08

Að öðru leiti er vísað í gildandi deiliskipulag fyrir Vatnsenda, athafnasvæði, samþykkt í bæjarstjórn 25. september 2001 og birt í B- deild Stjórnartíðinda 15. janúar 2002 m. s. br. birt í B- deild Stjórnartíðinda 30. júlí 2008

Tillagan er sett fram á uppdrætti í mkv. 1:2000 ásamt greinargerð, skýringarmyndum. Nánar vísast til kynningargagna.

Ofangreind tillaga er til kynningar á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is og í afgreiðslu skipulags- og byggingardeildar Umhverfissviðs að Digranesvegi 1 frá kl. 8:30 til 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá 8:30 til 15:00. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. Athugasemdir eða ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulags- og byggingardeildar Umhverfissviðs að Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 15:00 mánudaginn 4. júní 2018.

Skipulagsstjóri Kópavogs

Útboð

OR Orkuveita Reykjavíkur

Orkuveita Reykjavíkur
óskar eftir tilboðum í útboðsverkefnið:

KAUP Á EINSTREYMISLOKUM (Tilting disc check valves DN200):

Flange (wafer) connected tilting disc check valves, size DN 200. The valves are used in a pumping station for geothermal district heating water.

Útboðsverkefninu er nánar lýst í útboðsgögnum „VEIK-2018-03 Kauptún – Pumping station

Flange (wafer) connected tilting disc check valves DN 200, útgefnum í apríl 2018“

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu frá og með mánudeginum 09.04.2018 á vefsíðu Orkuveitunnar **https://www.or.is/fjarmal/utbod#page-7016**

Tilboð verða opnuð hjá Orkuveitu Reykjavíkur, Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, þriðjudaginn 24 apríl 2018 kl. 10:30.

VEIK-2018-03 07.04.2017

Orkuveita Reykjavíkur
Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík
Fax 516 630 • Sími 516 6100
www.or.is/utbod

Ertu að leita að talent?
Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á
www.talentradning.is
talent@talentradning.is/bryndis@talentradning.is - Sími: 552-1600

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

Útboð

Orkuveita Reykjavíkur

Orkuveita Reykjavíkur
óskar eftir tilboðum í útboðsverkefnið:

KAUP Á DÆLUM (Centrifugal pumps):

Two identical pumps shall be supplied. The pumps are intended for pumping of geothermal water, 80°C. The design capacity of each pump shall be 144 m3/h at 35 mWc.

Útboðsverkefninu er nánar lýst í útboðsgögnum „VEIK-2018-02 Kauptún – Pumping station

Centrifugal pumps, útgefnum í apríl 2018"

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu frá og með mánudeginum 09.04.2018 á vefsíðu Orkuveitunnar **https://www.or.is/fjarmal/utbod#page-7016**

Tilboð verða opnuð hjá Orkuveitu Reykjavíkur, Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, fimmtudaginn 26. apríl 2018 kl. 10:30.

VEIK-2018-02 07.04.2017

Orkuveita Reykjavíkur
Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík
Fax 516 630 • Sími 516 6100
www.or.is/utbod

Útboð

Orkuveita Reykjavíkur

Orkuveita Reykjavíkur óska eftir tilboðum
í útboðsverkefnið:

KAUP Á STJÓRNLOKUM (Control Valves):

Control valves with flanges ends, pipe size DN 150-DN200.
The control valves are intended for flow control at a pumping station. The valves shall be equipped with an electric actuator.

Útboðsverkefninu er nánar lýst í útboðsgögnum „VEIK-2018-01 Kauptún – Pumping station

Control valves, útgefnum í apríl 2018"

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu frá og með mánudeginum 09.04.2018 á vefsíðu Orkuveitunnar **https://www.or.is/fjarmal/utbod#page-7016**

Tilboð verða opnuð hjá Orkuveitu Reykjavíkur, Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, fimmtudaginn 26. apríl 2018 kl. 11:00.

VEIK-2018-01 07.04.2017

Orkuveita Reykjavíkur
Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík
Fax 516 630 • Sími 516 6100
www.or.is/utbod

Landsvirkjun

ÍBÚÐAEININGAR TIL SÖLU

Landsvirkjun auglýsir eftirfarandi húseiningar til sölu:

- Gistiskáli í Kröflu
- Skrifstofurými í Búðarhálsi
- 2 herbergja íbúðir í Búðarhálsi
- 3 herbergja íbúðir í Búðarhálsi
- Gistiskáli með eldhúsi og mötuneyti á Þeistareykjum.

Raða má einingum upp á fjölbreyttan hátt.

Nánari upplýsingar má finna á uppboðsvef Króks, www.bilauppbod.is/lausafjarmunir, þar sem salan fer fram.

Útboð

Orkuveita Reykjavíkur

Orkuveita Reykjavíkur
óskar eftir tilboðum í útboðsverkefnið:

KAUP Á HRAÐABREYTUM (Variable Ferquency drives VFDs):

VFDs (Variable Frequency Drives) to be used in the Vetrarbraut pumping station. VFD's are designed for use with AC induction motors rated for variable frequency control.

Útboðsverkefninu er nánar lýst í útboðsgögnum „VEIK-2018-05 Vetrarbraut – Pumping station

Variable Ferquency drives (VFDs), útgefnum í apríl 2018"

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu frá og með mánudeginum 09.04.2018 á vefsíðu Orkuveitunnar **https://www.or.is/fjarmal/utbod#page-7016**

Tilboð verða opnuð hjá Orkuveitu Reykjavíkur, Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, fimmtudaginn 26. apríl 2018 kl.10:00

VEIK-2018-05 07.04.2017

Orkuveita Reykjavíkur
Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík
Fax 516 630 • Sími 516 6100
www.or.is/utbod

Útboð

Orkuveita Reykjavíkur

Orkuveita Reykjavíkur óska eftir tilboðum
í útboðsverkefnið:

KAUP Á HLIÐARFÆRSLUÞÖNUM (Expansions joints DN200):

Braced lateral expansion joints (flanged, with tie rods), size DN200. The expansion joints are used in a pumping station for geothermal district heating and serve both as vibration dampers and for eliminating thermal stress/deflection from piping.

Útboðsverkefninu er nánar lýst í útboðsgögnum „VEIK-2018-04 Kauptún – Pumping station

Braced lateral expansion Joints Flanged, with tie rods DN200, útgefnum í apríl 2018"

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu frá og með mánudeginum 09.04.2018 á vefsíðu Orkuveitunnar **https://www.or.is/fjarmal/utbod#page-7016**

Tilboð verða opnuð hjá Orkuveitu Reykjavíkur, Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík, þriðjudaginn 24. apríl 2018 kl. 11:00.

VEIK-2018-04 07.04.2017

Orkuveita Reykjavíkur
Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík
Fax 516 630 • Sími 516 6100
www.or.is/utbod

ALÞJÓÐLEGIR FRIÐARSTYRKIR RÓTARÝHREYFINGARINNAR

Rótarýsjóðurinn, ROTARY FOUNDATION, sem rekinn er af Alþjóða Rótarýhreyfingunni, mun veita allt að 50 styrki til tveggja ára meistaranáms skólaárin 2019-2021. Styrkirnir verða veittir til náms og rannsókna, sem tengjast alþjóðasamstarfi og eflingu friðar í heiminum og eru ætlaðir fólki sem þegar hefur reynslu af alþjóðastarfi auk þess að hafa lokið fyrstu háskólagráðu.

Í þessu skyni hefur Rótarýsjóðurinn komið á samvinnu við sex virta háskóla:

- ***Duke University and University of North Carolina at Chapel Hill,USA***
- ***International Christian University, Tokyo, Japan***
- ***University of Bradford, West Yorkshire, England***
- ***University of Queensland, Brisbane, Australia***
- ***Uppsala University,Uppsala, Sweden***
- ***Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand***

Styrkirnir, sem eiga að standa undir tveggja ára námskostnaði, eru alþjóðlegir samkeppnisstyrkir. Umsækjendur skulu að loknu háskólaprófi hafa aflað sér umtalsverðrar reynslu af störfum við mannúðarmál innan lands eða utan. Rótarýhreyfingin á Íslandi getur mælt með umsókn með hliðsjón af viðtali og könnun á námsferli og störfum. Makar, afkomendur og makar afkomenda lifandi Rótarýfélaga geta ekki sótt um styrkinn. Ellefu Íslendingar hafa hlotið friðarstyrki frá því þeir voru fyrst veittir árið 2002.

Nánari upplýsingar um námið, háskólana, umsóknarferli- og skilmála er að finna á eftirtöldum slóðum á veraldarvefnum:
https://www.rotary.org/myrotary/en/get-involved/exchange-ideas/peace-fellowships
https://vimeo.com/channels/1170480/200898257

Einnig má nálgast upplýsingar á heimasíðu Rótaryumdæmisins: http://www.rotary.is/umrotary/verkefni/namsstyrkir/fridarstyrkir
og síma 568-2233 (eða í síma 543-9216).

Umsækjendur eru beðnir kynna sér ítarlega reglur sjóðsins og fylla út umsóknareyðublað á veraldarvefnum.
https://my.rotary.org/en/peace-fellowship-application

Umsóknarfrestur er til 31. maí 2018.

Umsóknir um dvöl í íbúð fræðimanns í Kaupmannahöfn 2018-2019.

ALÞINGI

Íbúð fræðimanns í Kaupmannahöfn, skv. reglum um hús Jóns Sigurðssonar, er laus til afnota tímabilið 29. ágúst 2018 til 27. ágúst 2019.

Allar nánari upplýsingar og sérstök eyðublöð er að finna á heimasíðu Jónshúss: **jonshus.dk** (fræðimannsíbúð).
Umsóknir um íbúðina skulu hafa borist skrifstofu Alþingis eigi síðar en þriðjudaginn 17. apríl nk.

Fjölbrautaskólinn í Garðabæ óskar tilboða í rekstur mötuneyta skólans.

Um er að ræða mötuneyti nemenda og mötuneyti starfsmanna. Nemendur eru um 700 og starfsmenn um 70. Góð aðstaða er á staðnum til að elda mat.

- Skólinn leggur áherslu á að í boði sér hollur matur í samræmi við áherslur embætti landlæknis.
- Nauðsynlegt er að veitingar séu til sölu á meðan skólinn er starfandi.
- Skólinn er opinn fyrir nýjungum og mun skoða allar hugmyndir sem sendar verða inn.
- Mögulegt er að bjóða sérstaklega í hvort mötuneyti fyrir sig.
- Talsverð sóknarfæri eru fólgin í föstum áskriftum nemenda og er skólinn tilbúinn að vinna að slíku með rekstraraðilanum.

Frekari upplýsingar má fá hjá Kristni Þorsteinssyni skólameistara í síma 520 1600 og netfanginu kristinn@fg.is. Velkomið er að koma og skoða aðstæður.

Skólastjórnendur áskilja sér rétt til að ganga til samninga við þann/þá aðila sem best mæta hugmyndum þeirra um heilsueflandi framhaldsskóla.

Reykjavíkurborg
Borgarsögusafn Reykjavíkur

Borgarsögusafn Reykjavíkur, Árbæjarsafn, óskar eftir rekstraraðila

Borgarsögusafn Reykjavíkur, Árbæjarsafn óskar eftir rekstraraðila til að taka að sér veitingarekstur í Dillonshúsi á Árbæjarsafni við Kistuhyl, 110 Reykjavík.

Árbæjarsafn er fjölsótt safn þar sem lögð er áhersla á góða þjónustu og leitast er við að gefa hugmynd um byggingarlist og lifnaðarhætti í Reykjavík. Veitingasalan er mikilvægur hluti heildar upplifunar gesta og því er mikilvægt að rekstur og yfirbragð séu í góðu samræmi við starfsemi Árbæjarsafns.

Opið er á safninu daglega. Sumaropnun er frá kl. 10:00-17:00 og vetraropnun er frá kl. 13:00-17:00.

Kynningarfundur fyrir áhugasama verður haldinn í Dillonshúsi þriðjudaginn 10. apríl kl. 13:00.

Frekari upplýsingar veitir deildarstjóri rekstrar og þjónustu á Borgarsögusafni, Vala Magnúsdóttir í síma 411-6300.

Áhugasamir aðilar geta óskað eftir að fá afhent gögn um verkefnið með því að senda tölvupóst á netfangið: borgarsogusafn@reykjavik.is. Gögn eru afhent til og með 13. apríl 2018.

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

LÍFSGÆÐASETUR Í ST. JÓSEFSSPÍTALA

Heilsa | Samfélag | Sköpun

Hafnarfjarðarkaupstaður auglýsir eftir áhugasömum aðilum til að koma með starfsemi í St. Jósefsspítala sem mun fá nýtt hlutverk sem Lífsgæðasetur. Þar verður fjölbreytt og lifandi starfsemi á sviði heilsuverndar og samræmi við heilsustefnu Hafnarfjarðar. Lífsgæðasetur verður opið samfélag sem býður meðal annars upp á forvarnir, heilsuvernd, snemmtæka íhlutun, fræðslu og sköpun.

Í umsókn skal gera grein fyrir eftirfarandi:
- Kynning á umsækjanda/umsækjendum
- Greinargóð lýsing á hugmynd/starfsemi
- Hvernig fellur hugmyndin að markmiðum Lífsgæðaseturs?
- Hvaða þarfir eru um húsnæði (stærð, staðsetning, aðstaða, nýting rýma)?
- Rekstraráætlun verkefnisins

Fjölbreytt rými eru til leigu í húsinu sem geta hentað margvíslegri starfsemi. Stefnt er að því að starfsemi hefjist á haustmánuðum.

Nánari upplýsingar um starfsemi, hugmyndafræði, verkefnið og teikningar má finna á vef Hafnarfjarðarbæjar hafnarfjordur.is/stjo

Umsóknafrestur er til 30. apríl 2018 og skal senda umsóknir á netfangið: stjo@hafnarfjordur.is

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

HAFNARFJÖRÐUR

Grýtubakkahreppur auglýsir eftir samstarfsaðila til uppbyggingar ferðaþjónustu í sveitarfélaginu.

Grýtubakkahreppur auglýsir eftir aðilum sem áhuga hafa á að bjóða uppá heilsárs ferðaþjónustu í sveitarfélaginu. Til að styðja við heilsárs ferðaþjónustu eru einnig auglýst samhliða takmörkuð afnot af landi sveitarfélagsins til þyrluskíðamennsku frá hausti 2021, og nær afnotaréttur til eftirtalinna jarða, þó ekki ræktarlands:

Þönglabakki (landnr.153095), Látur (landnr. 153061), Keflavík (landnr. 153057), Hóll í Þorgeirsfirði (landnr. 153046), Botn (landnr. 153027), Kaðalstaðir (landnr.153056), Gil (landnr.153034), Kussungsstaðir (landnr. 153060), Grenivík (landnr. 153035) og Hvammur 1 (landnr. 153048). Einnig á sveitarfélagið jörðina Svínárnes (landnr. 153093) að hálfu.

Áhugasamir aðilar skulu skila inn til skrifstofu sveitarfélagsins neðangreindum upplýsingum:

- Ítarlegar hugmyndir og áætlanir um uppbyggingu ferðaþjónustu í sveitarfélaginu Grýtubakkahreppi og áætlaðan fjölda starfa sem til kunna að verða í sveitarfélaginu vegna þeirrar uppbyggingar.
- Upplýsingar um reynslu og þekkingu viðkomandi af ferðaþjónustu og þjónustu tengdri henni auk upplýsinga um reynslu og þekkingu af þyrluskíðamennsku.
- Áætlanir um kynningu og markaðsstarf svæðisins í heild sem valkosts í ferðaþjónustu, bæði hérlendis og erlendis.

Þess er óskað að auk þeirra upplýsinga sem óskað er hér að ofan, verði eftir atvikum lögð fram gögn er varða fjármögnun verkefna og annað sem máli kann að skipta varðandi mat á því hvort þær hugmyndir sem fram verða settar, séu raunhæfar og líklegt að þær gangi eftir.

Stefnt er að því að gefa þeim aðilum sem lýsa yfir áhuga sínum, tækifæri til þess að kynna hugmyndir sínar fyrir sveitarstjórn, áður en ákvörðun verður tekin um samstarfsaðila.

Frestur til þess að skila inn upplýsingum, í samræmi við ofangreint, er til 4. maí 2018 og skal þeim skilað til skrifstofu sveitarfélagsins að Túngötu 3, 610 Grenivík eða á netfangið sveitarstjori@grenivik.is. Grýtubakkahreppur áskilur sér almennan rétt til að hafna öllum tilboðum.

EIGNAMIÐLUN

Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Laugavegur 3 – Til leigu

Veitinga- og verslunarhúsnæði á einum bestum stað bæjarins á mótum Laugavegs, Bankastrætis og Skólavörðustígs til leigu. Um er að ræða jarðhæð og kjallara, stórir gluggar að götu og góð lofthæð. Sögufrægt hús teiknað af Guðjóni Samúelssyni arkitekt.

Nánari upplýsingar veita:
Kjartan Hallgeirsson löggiltur fasteignasali, kjartan@eignamidlun.is
Hilmar Þór Hafsteinsson Löggiltur fasteignasali/leigumiðlari, hilmar@eignamidlun.is

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

Hrafnhildur Bridde löggiltur fasteigasali s: 821 4400

ÞEKKING • ÞJÓNUSTA • ÞINN HAGUR
HB FASTEIGNIR
Ármúli 4-6 • 108 Reykjavík

HALLKELSHÓLAR Í GRÍMSNES- OG GRAFNINGSHREPPI

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 8. APRÍL KL. 15 – 16

Fallegur um 62 fm heilsárs sumarbústaður á 1 hektara grónu eignarlandi ca. 40.mín frá Reykjavík. Bústaðurinn hefur mikið verið endurnýjaður en að sögn eiganda eru nýlegar pípulagnir, rotþró og rafmagn. Vatn er hitað með hitatúpu. Bústaðurinn skiptist í 3 svefnherb, stofu, eldhús í horni stofu með fallegri hvítri innréttingu, lítið wc og rúmgott þvottahús með sturtu og tengi fyrir þvottavélar. Þvottahúsið er í nýju álmunni og er það allt hið glæsilegasta. Falleg og gróin lóð en viðarpallur er að stórum hluta í kringum húsið. Stutt er í golfvöll og sundlaugar. Frábær staðsetning og falleg aðkoma.

Svæðið að sumarbústaðnum er lokað af með rafmagnshliði sem opna þarf sérstaklega til að komsast að húsinu.

VINSAMLEGA HRINGIÐ Í S. 821-4400 TIL AÐ ÞAÐ VERÐI OPNAÐ !

Verð kr. 20,9 millj.

Ertu golfari ?

Til sölu fallegt 1.hektara eignarland í Kiðjabergi. Lóðin er staðsett við einn eftirsóttasta golfvöll suðurlands. Lóðin liggur að á. Tilvalið fyrir fjársterka aðila.

intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta

Gerplustræti 31-37

Nýtt 40 íbúða fjölbýlishús
á fallegum útsýnisstað

Fasteignasala Mosfellsbæjar

Við vorum að fá í sölu vel skipulagðar 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir, ásamt bílastæði í bílageymslu, í lyftuhúsi í Helgafellshverfi í Mosfellsbæ. Íbúðirnar skilast fullbúnar með innréttingum frá Axis, án megin gólfefna. Gólf í baðherbergjum/þvottahúsum verða flísalögð. Verið er að reisa glæsilegan leik- og grunnskóla í hverfinu, Helgafellsskóla.

3ja herbergja íbúðir. V. 44,5 m. – 45,5 m.
4ra herbergja íbúðir. V. 44,5 m. – 58,9 m.
5 herbergja íbúðir. V. 53,9 m. – 54,9 m.

Afhending í maí og júní 2018
www.fastmos.is

Allar nánari upplýsingar fást hjá
Fasteignasölu Mosfellsbæjar
í síma 586 8080.

Svanþór Einarsson Löggiltur fasteignasali, 698-8555,
Ingimar Óskar Másson Löggiltur fasteignasali, 612-2277,
Einar Páll Kjærnested Löggiltur fasteignasali, 899-5159.

FASTEIGNASALA MOSFELLSBÆJAR • KJARNA - ÞVERHOLTI 2 • 270 MOSFELLSBÆ • SÍMI: 586 8080 • FAX: 586 8081 • WWW.FASTMOS.IS

Ertu að leita að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á
www.talentradning.is
talent@talentradning.is/bryndis@talentradning.is - **Sími: 552-1600**

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

---

heimili fasteignasala – á traustum grunni

Jón Bergsson
hdl. og
lögg. fasteignasali

Finnbogi
Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Finndu okkur
á Facebook

Lundur 1

Glæsileg 3ja herbergja íbúð.

Opið hús á morgun sunnudag kl. 14:00-14:30.
Góð og vönduð 3ja herbergja íbúð á 5. hæð. Eldhús með vandaðri innréttingu og granít borðplötum. Samliggjandi björt og rúmgóða stofa og borðsofa. Úr stofu er útgengi á suðursvalir með svalalokun. Tvö svefnherbergi, hjónaherbergi með fataherbergi hitt með fataskáp. Rúmgott baðherbergi með sturtu og baðkari. Gott þvottahús og geymsla inn af eldhúsi. Sér geymsla í sameign. Sérmerkt bílastæði í lokaðri bílageymslu. Sameign mjög snyrtileg.

Verð 76,9 millj.
Nánari upplýsingar veitir Jón 777-1215.

530 6500 Grensásvegi 3 | Opið mán. – fös. frá kl. 9–17 | www.heimili.is **530 6500**

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Baugakór 24

Kópavogi. 4ra herbergja efri hæð með sérinngangi.

Eignin verður til sýnis í dag, laugardag, frá kl. 13.30 – 14.00

Virkilega falleg og vönduð 137,1 fm. efri hæð með sérinngangi og gluggum í þrjár áttir í fjórbýlishúsi við Baugakór. Tvennar flísalagðar svalir. Mjög rúmgóð stofa. Opið eldhús með fallegum eikarinnréttingum, vönduðum tækjum og graníti á borðum. Þrjú rúmgóð svefnherbergi. Gluggar bæði á baðherbergi og þvottaherbergi.

Frábær staðsetning nærri leikskóla, barnaskóla, íþróttasvæði og útivistarsvæði
Verð 64,9 millj.

KORPUTORG | 112 REYKJAVÍK

TIL LEIGU 2.200 fermetra lager og iðnarhúsnæði

Borg fasteignasala 519 5500 kynnir:

Til leigu 2.200 fermetra lager og iðnarhúsnæði við Blikastaðaveg- Korputorg í Reykjavík.
Húsnæðið er með 10 metra lofthæð og býður upp á margvíslega notkunarmöguleika.

Húsnæðið er laust til afhendingar strax. Innkeyrsluhurð er í bakhluta með vörumóttöku.

Húsnæðið er tilbúið með dúk á gólfi og sprinklerkerfi. Góða salernis og kaffiaðstaða er fyrir starfsmenn.

Næg bíla stæði eru og stutt er í stofnbrautir.

Brandur Gunnarsson
löggiltur fasteignasali
Sími: 897 1401
brandur@fastborg.is

BORG FASTEIGNASALA

519 5500
SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS

BORG
FASTEIGNASALA

519 5500
SÍÐUMÚLA 23 · 108 REYKJAVÍK · FASTBORG.IS

Opið hús | þri. 10. apríl kl. 17:30 18:00

Miðtún 78 — 105 Reykjavík

Neðri hæð | 3 herb. | 108,9 fm | Svalir/bílskúr fylgir

44.900.000

Falleg neðri hæð með tveimur rúmgóðum herb.

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Opið hús | sun. 8. apríl kl. 14:00 - 14:45

Mjóstræti 10 — 101 Reykjavík

Einbýlishús | 7 herb. | 170,1 fm | Eftirsótt staðsetning

98.000.000

Fallegt og hlýlegt einbýlishús í grjótaþorpinu

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Pantið skoðun!

Bollagarðar 81 — 170 Seltjarnarnesi

Einbýlishús | 6 herb. | 187,2 fm | Fallegt einbýlishús

95.900.000

Vel skipulagt fjölskylduhús/fallegur suðurgarður

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Panntið skoðun!

Sólvallagata 37 — 101 Reykjavík

Hæð | 2-3 herb. | 78,7 fm | Björt og falleg íbúð

42.500.000

Tvær stofur og rúmgott svefnherbergi

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Opið hús | þri 10. apríl k.l 17:00-17:30

Skúlagata 44 - íb. 503 — 101 Reykjavík

Íbúð | 4 herb. | 93 fm | Glæsileg íbúð á 5 hæð

55.900.000

Gunnlaugur fasteignasali 844 6447

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Heiðarbær 17 — 110 Reykjavík

Einbýlishús | 5 herb. | 279,5 fm | Einstakt hús við Elliðaárnar

Tilboð

Gunnlaugur fasteignasali 844 6447

Úlfar Þór fasteignasali 897 9030

Opið hús | þri. 10. apríl kl. 17:30-18:00

Blöndubakki 11 — 109 Reykjavík

Íbúð | 4-5 herb. | 103.4 fm | Aukaherbergi í sameign

36.900.000

Endaíbúð

Sigurður Fannar fasteignasali 897 5930

Opið hús | mán. 9. apríl kl. 17:00-17:30

Álfkonuhvarf 41 - íb. 202 — 203 Kópavogur

Íbúð | 2 herb. | 60,9 fm | Afhendist við kaups.

32.500.000

Góð íbúð, lyftuhús og stæði í bílgeymslu

Gunnlaugur fasteignasali 844 6447

Opið hús | mið. 11. apríl kl. 17.30-18.00

Haustakur 2 — 210 Gaðabær

Íbúð | 4 herb. | 146 fm | Sérinngangur af svölum

67.900.000

Einstaklega falleg íbúð með útsýni

Þóra fasteignasali 777 2882

Gulaþing 4 — Kópavogur 203

Parhús | 4-5 herb. | 204,1 fm | Laust strax

67.500.000

Fokhelt að innan

Brandur fasteignasali 897 1401

Mánatún 9 — 105 Reykjavík

Íbúð | 3 herb. | 138,9 fm | Laust strax

60.900.000

Stæði í bílskýli – Fullbúinn

Brandur fasteignasali 897 1401

Opið hús | ???

Suðurgata 6 — 101 Reykjavík

Einbýlishús | 10 herb. | 234,7 fm | 9 svefnherbergja hús

Tilboð

Í hjarta Reykjavíkur

Böðvar lögfræðingur 660 4777

RE/MAX Senter

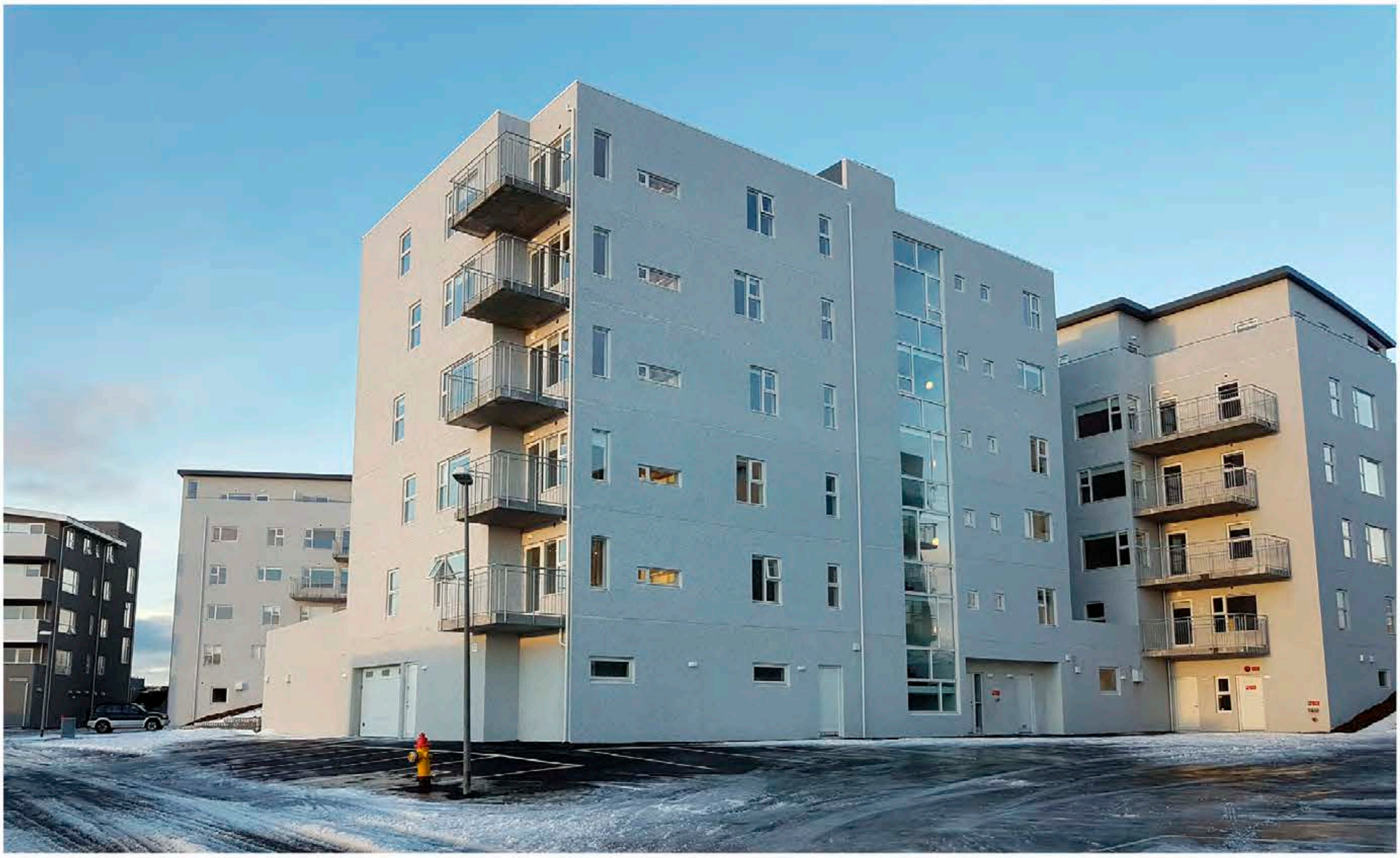
Opin hús um helgina

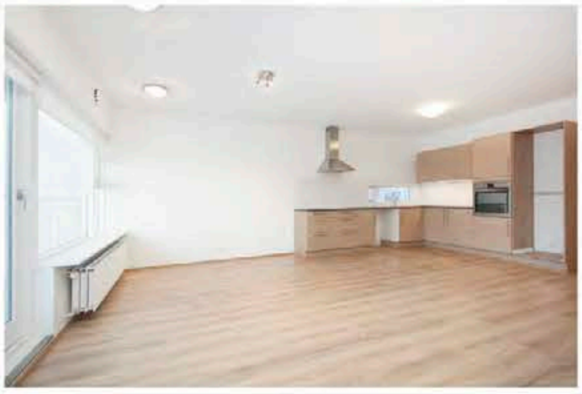
Gunnar Sverrir Harðarson
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is

Opið hús að Friggjarbrunni 53, laugardaginn 7. apríl frá kl. 16.00 til 16.30

Til sölu 3-4 herbergja fullbúnar íbúðir í Úlfarsárdal



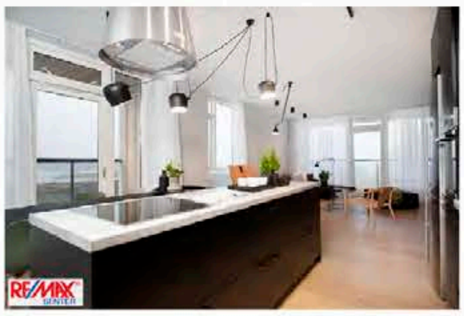


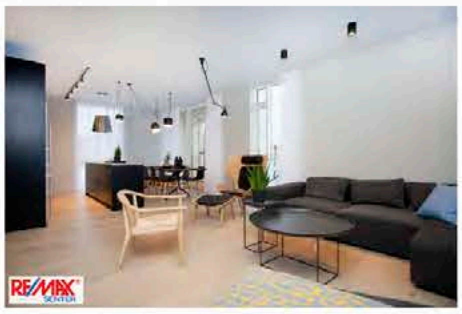
Fullbúnar íbúðir í lyftuhúsi við Friggjarbrunn 53 í Úlfarsárdal. Íbúðirnar eru allar fullbúnar þriggja til fjögurra herbergja. Eldhús með heimilistækjum frá AEG og innréttingar frá HTH. Gott skápa og borðpláss. Baðherbergi eru flíslögð á gólfi og að hluta til á veggjum og einnig með innréttingu frá HTH, veggsalerni og góðri sturtu. Sér flísalagt þvottahús er í öllum íbúðum. Tvö til þrjú svefnherbergi sem eru öll rúmgóð og með fataskápum. Út frá stofu er ýmist svalir eða verönd. Harðparket á gólfi frá Húsasmiðjunni. Öllum íbúðum fylgir stæði í bílastæðahúsi. Húsið er steinað að utan. Virkilega fallegar íbúðir á vinsælum stað og fallegur útsýni í hverfi sem á er í hraðri uppbyggingu.

Opið hús að Holtsvegi 8-12 sunnudaginn 8. apríl. kl. 15.00 - 15.30

RE/MAX Senter

Glæsilegar 2ja til 3ja herbergja íbúðir á einstökum stað í Urriðaholti





Nánari upplýsingar um íbúðirnar: www.holtsvegur.is

Upphaf FASTEIGNAFÉLAG

Framtíðin

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson
Sölufulltrúi
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

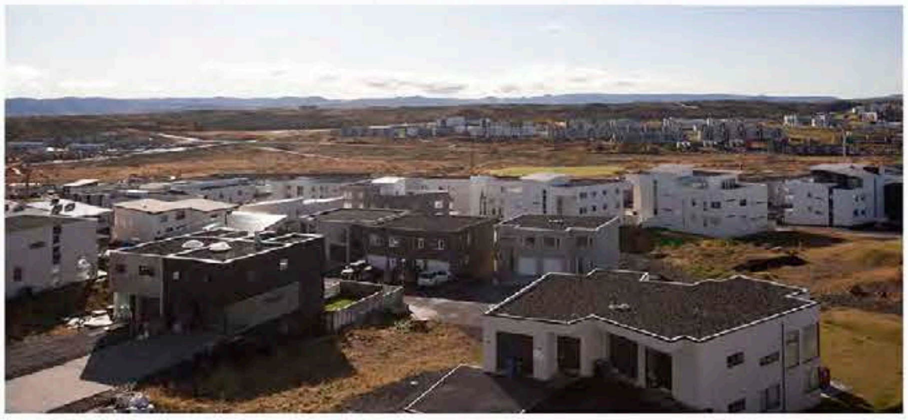
Ástþór Reynir Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is

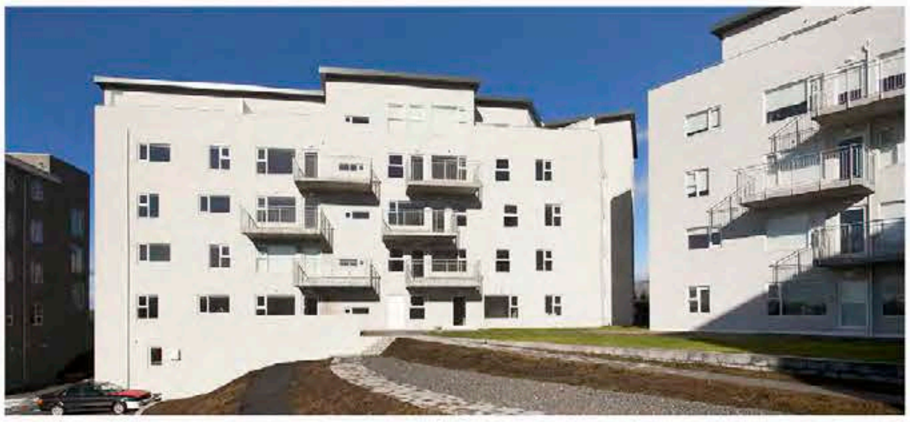
RE/MAX Senter

Skútuvogur 11a
104 Reykjavík
Sími: 4144700
www.remax.is

Opið hús að Skyggnisbraut 2 og 4 sunnudaginn 8. apríl. kl. 16.00 - 16.30

Til sölu fullbúnar 3ja til 5 herbergja íbúðir á frábærum stað í Úlfarsárdal





Nýjar og fullbúnar íbúðir við Skyggnisbraut 4 í Úlfarsársdal. Íbúðirnar eru 3-5 herbergja. tilbúnar til afhendingar. Með hverri íbúð fylgir stæði í lokaðri bílgeymslu. Heildareignin er 5 hæðir og eru íbúðirnar mismunandi á hverri hæð. Íbúðirnar eru fullbúnar með parketi á gólfum og gardínum í gluggum. Stofurnar er opnar með eldhúsi. Úr stofunum er gengið út á svalir/garð.

Eldhúsin eru með góðu borð og skápaplássi, eldavél, ofn og háf. Flísar á milli innréttinga. Baðherbergin eru með flísum á gólfi og hluta til á veggjum, upphengdu salerni, góðri innréttingu og sturtu. Í svefnherbergjum eru fataskápar. Þvottahús með flísum á gólfum er innan hverra íbúðar. Að utan er húsið steinað og garðurinn að mestu frágenginn.

Opið hús að Vefarastræti 36-38 laugardaginn 7. apríl. kl. 15.00-15.30

Til sölu fullbúnar 2ja til 4ra herbergja íbúðir í nútímafjölbýli í Mosfellsbæ

Verð frá 34.100.000 kr. til 72.400.000 kr.

Vefarastræti nr. 32-38 er 32 íbúða fjölbýlishús í Mosfellsbæ, nánar tiltekið í suðurhlíðum Helgafells, á skjólgóðum og sólríkum stað eins og flestar lóðir í hverfinu sem liggja í suður- og vesturhlíðum Helgafells. Liðlega eitt þúsund íbúðir verða í fullbyggðu hverfinu, í fjölbýli og í sérbýli. Vefarastræti 32-38 er eins og önnur fjöl- býlishús í hverfinu, skipulagt innan svokallaðs "auga" sem dregur nafn sitt af lögun svæðisins og liggur í nálægt hverfisins.

Skipulag hverfisins er nútímalegt og mjög fjölskylduvænt, með góðum grunnskóla og tveimur leikskólum sem staðsettir verða í auganu í miðju hverfisins. Lítil bílaumferð verður á svæðinu og lágur umferðarhraði. Útsýni úr íbúðum Vefarastrætis 32-38 er einstaklega fallegt, þar sem sér vel yfir Álafosskvosina til austurs, suðurs og vesturs.

Nánari upplýsingar um íbúðirnar: www.vefarastraeti.is

RE/MAX Senter

Ég sel fasteignir

Hafðu samband í síma 820 0490 og ég fylgi þér alla leið

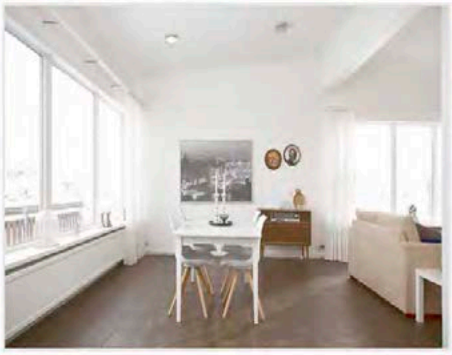
Guðrún Þórhalla Helgadóttir
Löggiltur fasteignasali
Sími 8200490
gudrun@remax.is

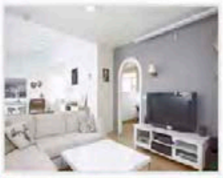
RE/MAX Senter - Skútuvogur 11a - 104 Reykjavík - Sími: 414 4700 - www.remax.is

Túngata 19
240 Grindavík
Einbýli með sér íbúð til útleigu

Stærð: 286,4 fm
Fjöldi herbergja: 10
Byggingarár: 1978
Fasteignamat: 44.350.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Senter





Opið hús.. | **Verð: 56.900.000**

RE/MAX Senter kynnir einbýlishús með bílskúr að Túngötu 19 í Grindavík. Efri hæðin er með fjórum svefnherbergjum. Á neðri hæð er 3ja herbergja íbúð með sér inngangi, tilvalin til útleigu. Stórar svalir til austurs og suðurs, gróinn garður og pallur með heitum potti til vesturs. Vinsæl staðsetning í hjarta Grindavíkur og stutt í alla þjónustu. Nánari upplýsingar hjá Sigrúnu í síma 8640061 eða sigrun@remax.is

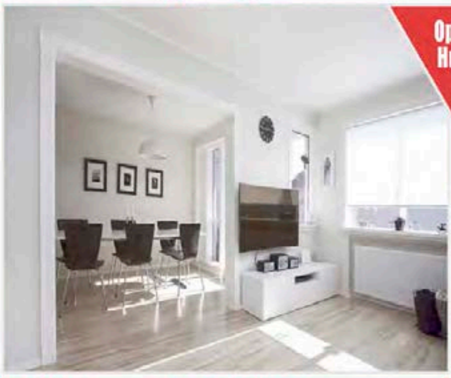
Sigrún Gréta H.
Lögg. fasteignasali
864 0061
sigrun@remax.is

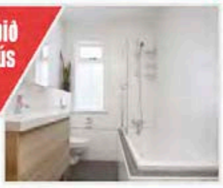
Barmahlíð 44
105 Reykjavík
Mikið endurnýjuð eign

Stærð: 108,2 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1949
Fasteignamat: 45.800.000

RE/MAX Senter

Opið Hús





Opið hús sun. kl. 14.00-14.45 | **Verð: 54.900.000**

RE/MAX Senter kynnir 5 herbergja búð á 2. hæð að Barmahlíð 44 í Hlíðunum í Reykjavík. Nýlega hafa miklar endurbætur átt sér stað á húsinu, en húsið var steinað að nýju, þak yfirfarið, nýjar þakrennur, nýir gluggar þar sem þurfti, hiti settur í útitröppur, skólp og dren, rafmagnstöflur, baðherbergi, gólfefni o.fl. Suðursvalir eru út frá borðstofu (herbergi). Nánari upplýsingar hjá Sigrúnu í síma 8640061 eða sigrun@remax.is

Sigrún Gréta H.
Lögg. fasteignasali
864 0061
sigrun@remax.is

Vantar þig aðstoð við sölu á þinni eign?

Frítt söluverðmat

RE/MAX FJÖRÐUR

Sigrún Einarđóttir
Löggiltur fasteignasali
S: 894-2353
sein@remax.is

Páll Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
S: 861-9300
pallb@remax.is

- Við förum yfir söluferlið með þér
- Við sjáum um opin hús og sýningar á eigninni
- Fagljósmyndari tekur myndir

RE/MAX Fjörður— Lækjargata 34d— 220 Hafnarfirði— sími 519-5900

Borgartún 30A
105 Reykjavík
Endaíbúð á efstu hæð

Stærð: 165,6 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2003
Fasteignamat: 72.400.000

RE/MAX Senter

Opið Hús

OPIÐ HÚS LAUGARD. 7.APRÍL KL.14:00-14:30 | **Verð: 82.900.000**

RE/MAX Senter kynnir til sölu: Mjög rúmgóð og björt 150,5 fm endaíbúð á efstu hæð í vönduðu fjölbýli með lyftu sem gengur beint inn í íbúðina. Tvö baðherbergi og þvottahús er innan íbúðar ásamt tvennum svölum með fallegt og mikið útsýni. Um er að ræða glæsilega eign á mjög eftirsóttum stað við Borgartún 30A, 105 Reykjavík með tvö bílastæði í bílageymslu og 15,1 fm geymslu. Samtals stærð samkvæmt fasteignamati er 165,6 fm.

Guðlaugur Jónas
Lögg. fasteignasali
661-6056
gulli@remax.is

Herjólfsgata 38
220 Hafnarfjörður
Fyrir 60 ára og eldri - Útsýni

Stærð: 142,6 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2005
Fasteignamat: 55.600.000

RE/MAX Senter

Opið Hús

OPIÐ HÚS SUNNUD. 8.APRÍL KL.13:00-13:30 | **Verð: Tilboð óskast**

RE/MAX Senter kynnir: Mjög glæsileg 142,6 fm. þriggja herbergja íbúð með tvö baðherbergi ásamt þvottahúsi og geymslu innan íbúðar. Um er að ræða nýja íbúð sem aldrei hefur verið búið í.

Mjög vel staðsett eign í lyftuhúsi fyrir 60 ára og eldri í vesturbæ Hafnarfjarðar sem er bæði með sjávarútsýni og útsýni út á friðað hraunið sem er aftan við bakhlið hússins. Íbúðin er laus við kaupsamning.

Guðlaugur Jónas
Lögg. fasteignasali
661-6056
gulli@remax.is

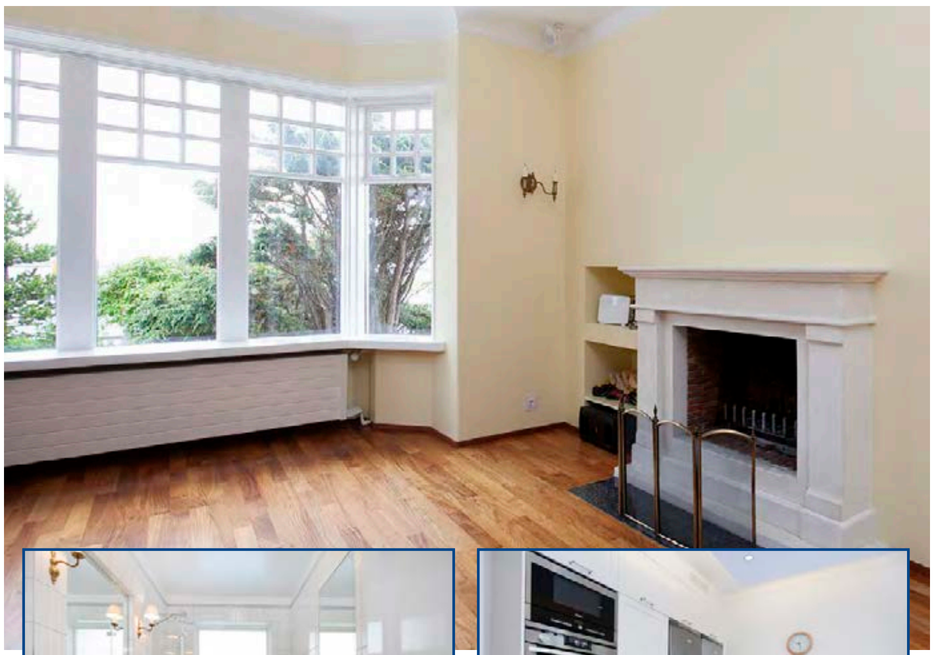
Erlendur Davíðsson
Löggiltur fasteignasali
og verðbréfamiðlari

Kristberg Snjólfsson
Aðstoðarmaður
fasteignasala
Símanúmer 892-1931
ks@450.is

450 FASTEIGNASALA

450 Fasteignasala ehf. kt. 620900-2490
Engjateigur 9, 105 Reykjavik - 450@450.is

Til leigu glæsilegt einbýlishús í vesturbænum



Til leigu fyrir vandláta eitt af glæsilegustu húsum höfuðborgarinnar sem er 319 fm einbýlishús á besta stað í vesturbænum, leigist í langtímaleigu og er laust frá og með 1. júní . Eingöngu traustir leigutakar koma til greina, 6 – 8 svefnherbergi, 2-3 stofur, 4 baðherbergi, nett gym í kjallaranum með hlaupabretti og róðrarvél. Glæsilegar stofur, arin í aðalstofu, tv í flestum herbergjum, upphitað plan. Heitur pottur og glæsileg lóð. Þetta er afar einstök eign með útsýni m.a. til Bessastaða.

Allar nánari upplýsingar veitir Kristberg Snjólfsson í síma 8921931 eða ks@450.is

Fljótshlíð, 13.6 hektara land með veiðitjörn

Landið er einstaklega sléttlent, kjarri vaxið og vel staðsett. Tilvalið til ýmiskonar uppbyggingar t.d. ferðaþjónustu vegna staðsetningar og nálægðar við eftirsótta ferðamannastaði. Á landinu er stór veiðitjörn með fallegum hólma sem er í miðri tjörninni. Mikill gróður er umhverfis veiðitjörnina. Nýleg girðing umlykur landð. Hér er á ferðinni sannkölluð útivistarparadís með gríðarlega möguleika fyrir rétta aðila. ATH ekki er búið að skipuleggja svæðið með tilliti til uppbyggingar. Eignaskipti möguleg.
Allar nánari upplýsingar veitir Kristberg Snjólfsson í síma 8921931 eða ks@450.is

Til sölu eða leigu; Skemmuvegur – laust fljótlega

Frábærlega vel staðsett 249 fm atvinnuhúsnæði að Skemmuvegi 34a í Kópavogi.
Háar innkeyrsludyr. Stóran og bjartur vinnusalur. Mikil lofthæð. Skrifstofa, kaffiaðstaða, salernisaðstaða. Milliloft í hluta rýmis. Laust í byrjun maí.
Söluverð 53,9 millj. Leiguverð kr. 480.000.
Allar nánari upplýsingar veitir Kristberg Snjólfsson í síma 8921931 eða ks@450.is

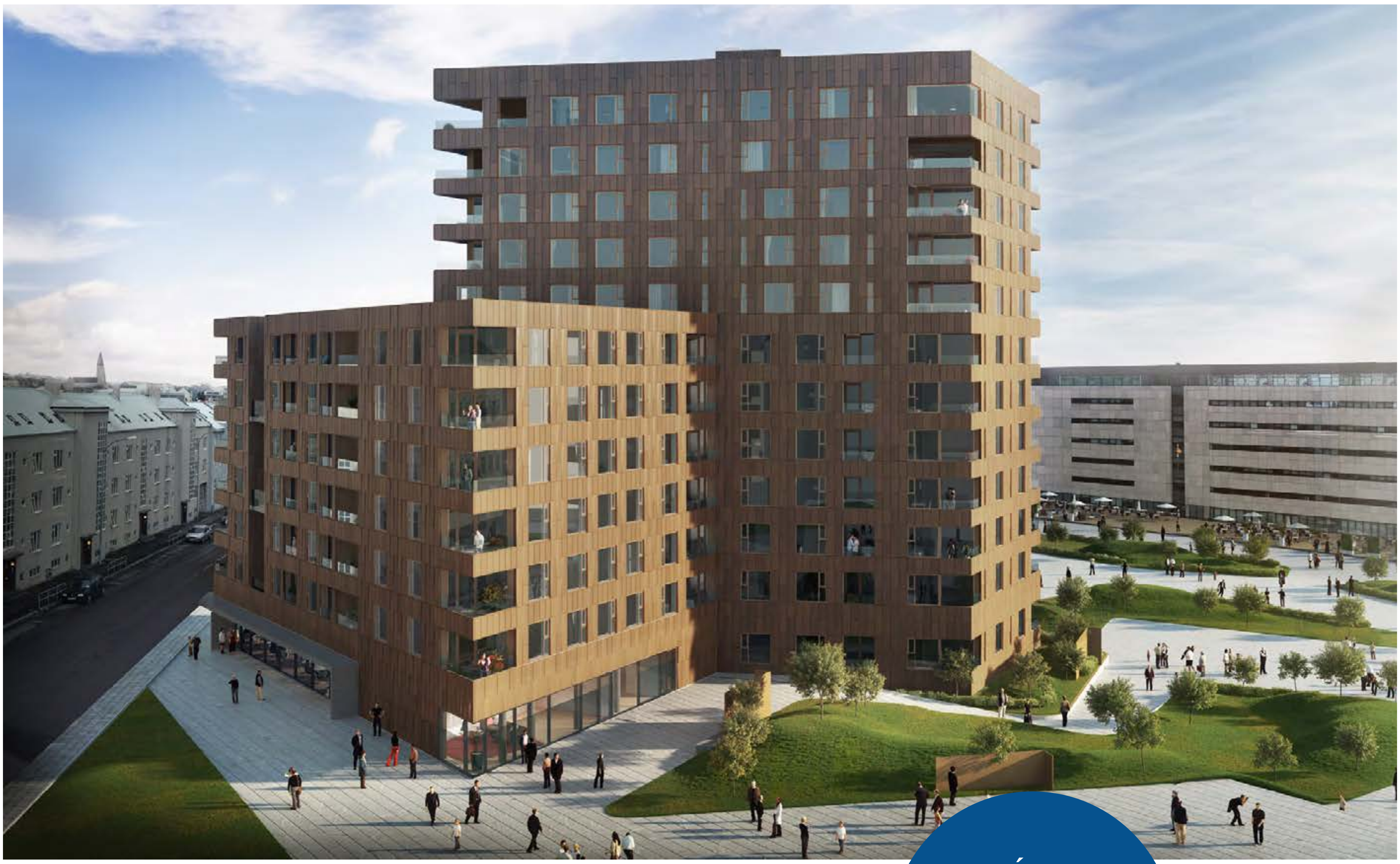
Einstakt tækifæri; 80 ha jörð í Ölfusi til sölu.

Stórbrotið klettabelti og fallegt landslag. Frábær staðsetning; 25 mín aksturfjarlægð frá Reykjavík og 10 mín frá Hveragerði. Einstakt fuglalíf er á svæðinu. Veiðiréttindi í Varmá. Jörðin hentar afar vel til uppbyggingar frístundabyggðar, ferðaþjónustu, skógræktar, hestamennsku ofl. vegna náttúrugæða, staðsetningar og útsýnis. Mikil hitavatnsréttindi eru til staðar á jörðinni sem hægt væri að nýta t.d. til þess að byggja upp ferðamannaparadís, s.s. baðlón, upphitun húsa ofl. Samkomulag er um það hvort jarðhitaréttindin fylgi með eða fylgi ekki. Eignaskipti möguleg.
Óskað er eftir tilboðum í jörðina.
Allar nánari upplýsingar veitir Kristberg Snjólfsson í síma 8921931 eða ks@450.is

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

GLÆSILEGAR ÍBÚÐIR Í HJARTA REYKJAVÍKUR



BÓKIÐ SKOÐUN HJÁ SÖLUMÖNNUM

SÝNUM DAGLEGA

Höfðatorg

BRÍETARTÚN 9-11 / 105 REYKJAVÍK

Innri hönnun íbúðanna skapar hlýtt og notalegt umhverfi. Íbúðirnar eru bjartar með stórum gluggum, ljósum veggjum og gólfhita sem veitir góðan yl á köldum dögum.

Stærð íbúða er frá 59 – 240 fm.
Verð frá 43,9 millj.

SÖLUMENN

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

Þórarinn M. Friðgeirsson
löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
Sími 899 1882

Guðlaugur I. Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
Sími 864 5464

Hilmar Þór Hafsteinsson
löggiltur fasteignasali
hilmar@eignamidlun.is
Sími 824 9098

60 ÁRA
FRAMÚRSKARANDI
SÍÐAN 1957

GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

NÝTT Í SÖLU Í HELGAFELLSLANDI

Gerplustræti 31-37

BÓKIÐ SKOÐUN HJÁ SÖLUMÖNNUM

NÝTT Í SÖLU Í MOSFELLSBÆ
Gerplustræti 31-37 er nýtt fjölbýlishús með lyftu í Helgafellslandi í Mosfellsbæ. Við hönnun og skipulag á Gerplustræti var kappkostað við að láta húsin falla vel að umhverfinu og að skapa aðlaðandi og heildstæða byggð.

Íbúðirnar eru 3ja-5 herbergja og verður þeim skilað fullbúnum án gólfefna. Bílastæði í bílakjallara fylgir íbúðunum.

Áætluð afhending er vor 2018.

Verð frá 44,5 millj.

SÖLUMENN

Daði Hafþórsson
löggiltur fasteignasali
dadi@eignamidlun.is
Sími 824 9096

Hilmar Þór Hafsteinsson
löggiltur fasteignasali
hilmar@eignamidlun.is
Sími 824 9098

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

Hreiðar Levy Guðmundsson
Nemi til löggildingar fasteignasala
hreidar@eignamidlun.is
Sími 661 6021

Sigurður Samúelsson
Lögg. fast. og eigandi
sigurdur@landmark.is
sími 896 2312

Þórarinn Thorarensen
Sölustjóri og eigandi
th@landmark.is
sími 770 0309

Þórey Ólafsdóttir
Lögg. fast. og eigandi
thorey@landmark.is
sími 663 2300

Andri Sigurðsson
Lögg. fast. og eigandi
andri@landmark.is
sími 690 3111

Sveinn Eyland
Lögg. fast og eigandi
sveinn@landmark.is
sími 690 0820

Kristján Ólafsson
Löggiltur fast.
kol@landmark.is
sími 512 4900

Nadia Katrín Banine
Löggiltur fast.
nadia@landmark.is
sími 692 5002

Benedikt Ólafsson
Í námi til lögg. /eigan-
di bo@landmark.is
sími 661 7788

Ingibjörg A. Jónsdóttir
Löggiltur fast.
inga@landmark.is
sími 897 6717

Eggert Maríuson
Í námi til löggildingar
eggert@landmark.is
sími 690 1472

Jóhanna Gustavsdóttir
Í námi til löggildingar
johanna@landmark.is
sími 698 9470

Helga Snorradóttir
Skrifstofa/skjalavinnsla
landmark@landmark.is
sími 512 4900

Guðrún D. Lúðvíksdóttir
Skrifstofa/ í námi til
lögg. gudrun@landmark.
is sími 512 4900

Ásdís Rósa Ásgeirsdóttir
Löggiltur fast.
asdis@landmark.is
sími 895 7784

LANDMARK

FASTEIGNASALA

Hlíðasmári 2, 201 Kópavogur. **Sími 512 4900 • landmark.is** **Landmark leiðir þig heim!**

AUSTURKÓR 65 – 203 KÓP

-Fjögurra herb. 115.5 fm íbúð á 3ju hæð
-Vel skipulögð íbúð í lyftuhúsi
-Rúmgóð svefnherbergi og stofa
-Snyrtilegar innréttingar frá AXIS
-Rúmgóðar 23 fm vestur-svalir
-Glæsilegt útsýni yfir höfuðborgarsvæðið
V. 52,9 millj.

Nánari uppl. Sveinn s. 6900.820

VINDAKÓR 8 – 203 KÓP

-Rúmgóð 5.herb., 149.1 fm íbúð á 4.hæð
-Fjögur góð svefnherb., með fataskápum
-Rúmgóðar stofur & eldhús opið inní stofu
-Sturta & baðkar á baðherbergi
-Þvottaherbergi innan íbúðar
-Stæði í lokaðri bílgeymslu með íbúð
LAUS UM MIÐJAN MAÍ
V. 61.9 millj.

Nánari uppl. Sveinn s. 6900.820

HAGAMELUR 31 -107 RVK

-136.2 fm, sex herb.íbúð á 3ju hæð
-Íbúð er algjörlega endurnýjuð að innan
-Fjögur svefnherbergi / tvær stofur
-Endurnýjað eldhús & baðherbergi, ný gólfefni
-Öll tæki eru ný í eldhúsi og á baðherbergi
-Tvennar svalir á íbúð
LAUS TIL AFHENDINGAR STRAX
V. 74,8 millj.

Nánari uppl. Sveinn s. 6900.820

LANGHOLTSVEGUR 122 – 104 RVK.

OPIÐ HÚS LAUGARDAG 7. APRÍL kl 15:30-16:00
- 72,6 fm 3ja herbergja íbúð á 2. hæð
- Húsið var málað utan árið 2016
- Stórar svalir
- Sérinngangur af svalagangi
- Stutt í alla helstu þjónustu

V. 37,9 millj.

Nánari uppl. Andri s. 690 3111

HERJÓLFSGATA 38 – 220 HFJ.

OPIÐ HÚS MÁNUDAG 9. APRÍL KL 17:30 – 18:00
- 142,6 fm 3ja – 4ra herbergja íbúð á 1. hæð
- Einungist er heimilt að selja eignina fyrir 60 ára og eldri
- Fallegar innréttingar ásamt gólfefnum
- Laus til afhendingar strax
- Þvottahús og geymsla innan íbúðar

Nánari uppl. Andri s. 690 3111

LAUTARVEGUR 12 – 16 – 103 RVK.

- Þrjár íbúðir í hverju húsi með sérinngangi
- Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna
- 3ja – 4ra herbergja íbúðir
- Gott skipulag
- Bílskúr fylgir tveimur íbúðanna í hverju húsi
- Glæsilegar innréttingar

V. 73,9 - 106,9 millj.

Nánari uppl. Andri s. 690 3111

ÁRSKÓGAR 8 – 109 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 8. APRÍL KL. 15:00-15:30
-74,2 fm, 2ja herbergja íbúð fyrir 60 ára og eldri
-Íbúðin er á 9.hæð með útsýni.
-Nýtt parket síðan 2013. Laus fljótlega til afhendingar.

V. 42,9 millj.

Nánari uppl. Sigurður 896-2312

REYNIHVAMMUR 12 – 200 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 8. APRÍL KL. 16:00 – 16:30
-298 einbýlishús á tveimur hæðum, þar af 84 fm bílskúr.
-Möguleiki á séríbúð á jarðhæð, 2ja til 3ja herbergja.
-Næ bílastæði við húsið og framan við bílskúr.
-Fallegur garður með eplatrjám og kirsuberjatré.

V. 95,9 millj.

Nánari uppl. Sigurður 896-2312

BAUGAKÓR 28 – 203 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 8. APRÍL KL. 17:00 – 17:30
-125 fm, 4ra herbergja íbúð á jarðhæð í fjórbýli í Kórahverfi.
-Íbúðin er með sérinngangi og suðvestur verönd.
-Vel skipulögð eign.
-Frábær staðsetning í skólahverfi – aðeins göngufæri í skóla og leikskóla

V.61,9 millj.

Nánari uppl. Sigurður 896-2312

BAUGAKÓR 16 – 203 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 8. APRÍL KL. 16:00 – 16:30
-140 fm, 5 herbergja efri sérhæð með svölum í suður.
-Íbúðin er með sérinngangi og er smekklega innréttuð.
-Frábær staðsetning, aðeins göngufæri í skóla, leikskóla og íþróttaðstöðu.

V: 67,5 millj.

Nánari uppl. Sigurður 896-2312

HOLTSVEGUR 25 – 210 GBÆ

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAG 10. apríl kl 17:00-17:30
-Sérinngangur og mikið útsýni
-3ja. herb. björt og falleg
-Stæði í bílakjallara
-Dýravæn eign með gott aðgengi
-Miklir útivistarmöguleikar

V. 48,9 millj.

Nánari uppl. Ingibjörg s. 897-6717

SÖLKUGATA 2-4 - 270 MOS.

- Um er að ræða 6 herbergja parhús 204 fm. á einni hæð.
- Eignin er staðsteypt bæði veggir og loft.
- Mikil lofthæð og stórir gluggar í alrými.
- 3 rúmgóð svefnherbergi, stofa, borðstofa og sjónvarpsstofa. Baðherbergi og gestasnyrting. Innbyggður bílskúr 37 fm.
- Eignin getur fengist fullbúin júlí 2018

V. 77,9 millj.

Nánari uppl. Þórarinn s. 7700.309

Teikningar og allar frekari upplýsingar veitir:

Þórey Ólafsdóttir, lögg. fasteignasali / eigandi

í síma **663 2300** eða **thorey@landmark.is**

LANDMARK
FASTEIGNASALA

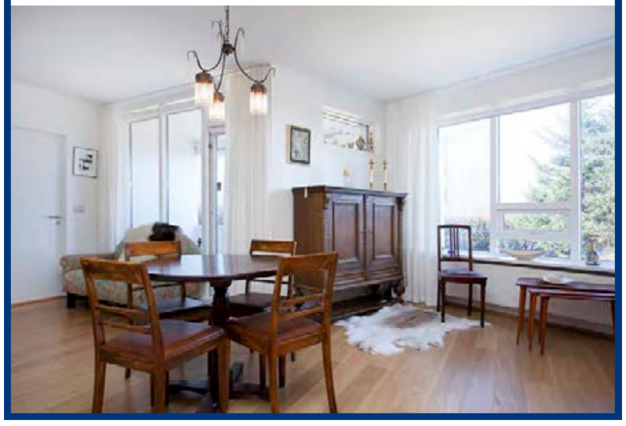
ÚLFARSBRAUT 82 Í ÚLFARSÁRDAL

OPIÐ HÚS mánudaginn 08. apríl milli kl 17:00 og 17:30

Vandaðar 4ra herbergja útsýnisíbúðir með aukinni lofthæð í nýju 4ra íbúða fjölbýli við Úlfarsbraut 82 sem skilast fullbúnar án gólfefna, stærð frá 150 ferm - 165 ferm. Hverri íbúð fylgir sér bílskúr með rafdrifnum bílskúrshurðaopnara og hlutdeild í sameign, sameiginlegri hjóla- og vagnageymslu.

Frábært staðsetning í suðurhlíð Úlfarsárdals. Einstakar náttúruperlur eru í göngufæri, Úlfarsárdalur, Úlfarsfell, Reynisvatn o.fl. Fjölmargir göngu- og hjólastígar bjóða uppá fjölbreytta möguleika til útivistar og tengja saman hverfin í nágrenninu.

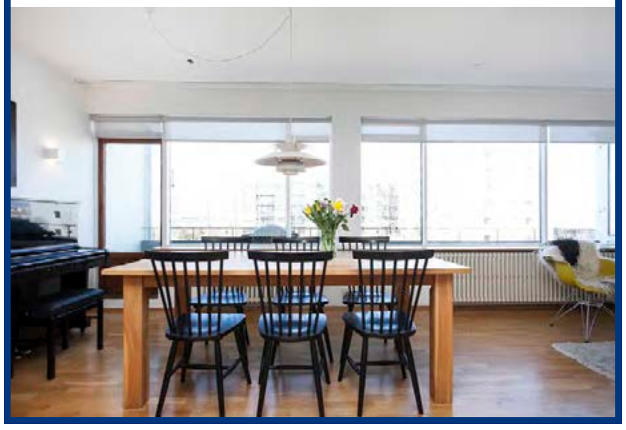
NÝTT & OPIÐ HÚS - Lyngmóar 11 í Garðabæ (íb 102)
Sunnudaginn 8. apríl milli kl 12:00 og 12:30 **SUÐURSVALIR**
56,2 ferm | 2ja herb. | verð 34,9 | **Þórey 663 2300**



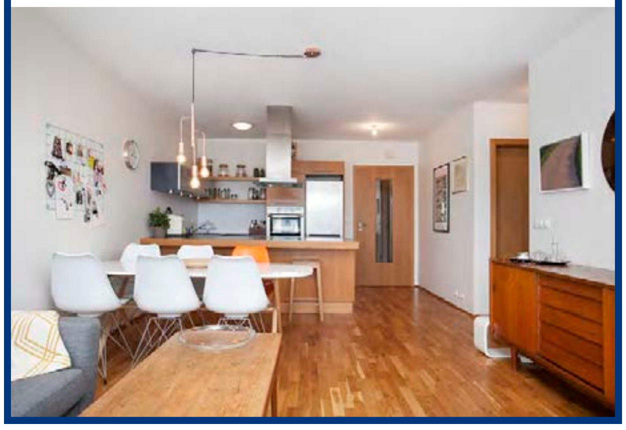
OPIÐ HÚS - Blikanes 10 í Garðabæ
Sunnudaginn 8. apríl milli kl 13:00 og 13:30 **MIKIÐ ENDURBÆTT**
257,5 ferm | einbýli | verð 94,9 | **Þórey 663 2300**

NÝTT & OPIÐ HÚS - Línakur 3 í Garðabæ (íb 202)
Sunnudaginn 8. apríl milli kl 14:00 og 14:30 **SÉRINNGANGUR**
134,9 ferm | 4ra herb. | verð 62,9 | **Þórey 663 2300**

NÝTT & OPIÐ HÚS - Laugarnesvegur 76 (íb 202)
Sunnudaginn 8. apríl milli kl 15:00 og 15:30 **EFSTA HÆÐ / 2.HÆÐ**
109,1 ferm | 4ra herb. | verð 44,9 | **Þórey 663 2300**



NÝTT & OPIÐ HÚS - Álfkonuhvarf 65 (íb 305)
Sunnudaginn 8. apríl milli kl 16:00 og 16:30 **STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU**
78,7 ferm | 3ja herb. | verð 38,9 | **Þórey 663 2300**



Smáraflöt 49 í Garðabæ **4 - 5 SVEFNHERBERGI**
Bókið skoðun í síma 663 2300 eða thorey@landmark.is
245,8 ferm | einbýli | TILBOÐ | uppl veitir **Þórey 663 2300**

LANDMARK FASTEIGNASALA | HLÍÐASMÁRA 2 (6. HÆÐ) | 201 KÓPAVOGUR | SÍMI: 512 4900 | WWW.LANDMARK.IS

Framúrskarandi fyrirtæki 2015 - 2017

HRAUNHAMAR FASTEIGNASALA

Stofnað 1983

Sími 520 7500

HOLTSVEGUR 27 – 10 GLÆSILEGAR ÍBÚÐIR – URRIÐAHOLT Í GARÐABÆ

Hraunhamar kynnir í einkasölu 10 íbúða fjölbýlishús. Glæsilegt útsýni, lyfta, gott aðgengi og rúmgóðar svalir. Íbúðirnar skilast fullbúnar með gólfefnum, eru til afhendingar í maí/júní 2018.

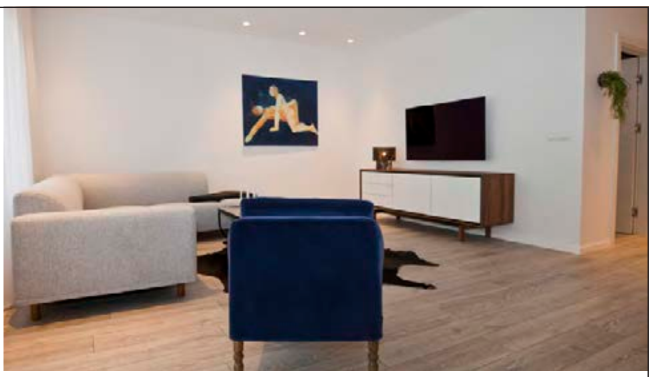
Frágengin lóð með sameiginlegu útivistarsvæði. Húsið er viðhaldslétt. Fimm hæða, penthouse íbúð á efstu hæðinni. Á jarðhæð eru geymslur, bílageymslur og 3 bílskúrar. **Verð frá 42,9 millj.**

Stærð 76-163 fm. Sjá teikningar og myndir inná **www.hraunhamar.is**

Nánari upplýsingar veita:

- **Hlynur Halldórsson lögg.fasteignasali**
  698-2603, hlynur@hraunhamar.is
- **Helgi Jón Harðarson sölustjóri**
  893-2233, helgi@hraunhamar.is
- **Hilmar Þór Bryde lögg.fasteignasali**
  892-9694, hilmar@hraunhamar.is

Bæjarhrauni 10 • Hafnarfirði • Sími 520 7500 • www.hraunhamar.is



OPIÐ HÚS
laugardaginn
7. apríl
kl. 14.00 – 15.00

LERKIDALUR, REYKJANESBÆ

Framtíðarheimili á frábæru verði

Ný viðhaldslítil raðhús að Lerkidal sameina alla þá kosti sem prýða fallegt heimili. Gott innra skipulag ásamt vönduðum frágangi gera húsin að eftirsóknarverðum kosti fyrir alla sem kjósa sérbýli umfram fjölbýli.

Stutt er í góðar samgöngur, bæði innan Reykjanesbæjar og til höfuðborgarsvæðisins. Atvinnulíf er í miklum blóma og næg atvinnutækifæri á svæðinu.

Þriggja herbergja 104 fm
Fjögurra herbergja 117 fm

Verð frá 37,9 millj.

STUÐLABERG FASTEIGNASALA
420 4000 / studlaberg.is

EIGNAMIÐLUN
60 ÁRA FRAMÚRSKARANDI SÍÐAN 1957
588 9090 / eignamidlun.is

TRAUSTI fasteignasala

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

VIÐ ERUM TRAUSTI

Kristján Baldursson
hdl., löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, löggiltur leigumiðlari.
S: 867-3040

Bergþóra Heiða Guðmundsdóttir
Lögfræðingur - löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.
S: 779-1929

Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir
Sölustjóri. Viðskiptafr., lögg. fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, leigumiðlari.
S: 899-5949

Einar P. Pálsson
löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali
S: 857-8392

Guðbjörg Matthíasdóttir.
hdl. Sölufulltrúi.
Er í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 899-3984

Sólveig Regína Biard
Aðstoðarmaður fasteignasala, í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 869-4879

Bryndís Bára Eyjólfsdóttir
Sölufulltrúi.
Er í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 616-8985

Styrmir Þór Sævarsson
Aðstoðarmaður fasteignasala, í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 846-6568

Bára Daníelsdóttir
Skrifstofustjóri
S: 693-1837

Gylfi Jens Gylfason
hdl., löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.
S: 822-5124

Garðar Kjartansson
Aðstoðarmaður fasteignasala
S: 853-9779

Gunnar Þórisson
Aðstoðarmaður fasteignasala, í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 692-6226

Garðar B. Sigurjónsson
Aðstoðarmaður fasteignasala, í námi til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasölu.
S: 898-0255

OPIÐ HÚS

Holtagerði 12
200 Kópavogur

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 9. APRÍL KL. 17:00 – 17:30
Glæsileg 4ra herbergja efri sérhæð með sérinngangi í tvíbýli í rótgrónu og fallegu hverfi. Eignin er skráð 144,3 fm. þar af er bílskúr 22,1 fm. Íbúðin er rúmgóð og björt með sólríkum og góðum suðursvölum með flottu útsýni. Sameiginlegur og skjólgóður garður. Gott bílastæði fyrir framan bílskúr. **Verð: 64,6 millj.**

OPIÐ HÚS

Sólheimar 23
104 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 9. APRÍL KL. 17:00 – 17:30
Einstaklega björt og vel með farin 109 fm. 4ra herbergja íbúð á 5. hæð með miklu útsýni í lyftuhúsi ásamt 24,6 fm. bílskúr. Auðveldlega má bæta við rúmgóðu herbergi með stórum glugga. Húsvörður er starfandi í húsinu. Eignin er laus við kaupsamning. **Verð: 49,9 millj.**

OPIÐ HÚS

Flúðasel 93
109 Reykjavík

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 9. APRÍL KL. 18:00 -18:30
Rúmgóð og björt 3ja herbergja íbúð á tveimur hæðum. Auðvelt er að bæta við herbergi á efri hæð íbúðarinnar. Eignin er skráð 85,1 fm. en gólfflötur efri hæðar er stærri þar sem hluti hennar er undir súð. Glæsilegt útsýni er úr eigninni og yfirbyggðar svalir. **Verð: 35,9 millj.**

OPIÐ HÚS

Veghús 1
112 Reykjavík

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 10. APRÍL KL. 17:00 – 17:30
Rúmgóð og björt 5 herbergja endaíbúð á tveimur efstu hæðum í mjög snyrtilegu fjölbýlishúsi. Eignin er 166,4 fm. auk óskráðs um 19 fm. geymslulofts yfir hluta íbúðarinnar. Frá stofu er útgengt út á góðar suðvestur svalir með fallegu útsýni. **Verð: 54,4 millj.**

OPIÐ HÚS

Lindargata 37
101 Reykjavík

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 10. APRÍL KL. 18:00 – 18:30
Rúmgóð og glæsileg 3ja herbergja 105,4 fm. íbúð á 2. hæð ásamt bílastæði í lokaðri og upphitaðri bílageymslu. Eignin er í glæsilegu lyftuhúsi í Skuggahverfinu í Reykjavík. Gólfsíðir gluggar og gólfhiti í allri íbúðinni. Útgengt er út á svalir frá stofunni. **Verð: 64 millj.**

OPIÐ HÚS

Ferjubakki 6
109 Reykjavík

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN10. APRÍL KL. 18:00 – 18:30
Góð 95,3 fm. 4ra herbergja íbúð með 9 fm. sérgeymslu í kjallara. Íbúðin er rúmgóð með nýlegum hurðum og ofnum. Sérstaklega fjölskylduvænt hverfi og stutt er í alla þjónustu. Falleg útivistarsvæði eru víða í kring m.a. Elliðaárdalurinn. **Verð: 37,9 millj.**

OPIÐ HÚS

Bugðulækur 2
105 Reykjavík

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 11. APRÍL KL. 17:00 – 17:30
Rúmgóð og björt 79,3 fm. 3ja herbergja íbúð á jarðhæð með sérinngangi. Geymsla og þvottahús á hæð íbúðar. Stutt er í alla þjónustu og verslanir. Eignin er laus við kaupsamning. **Verð: 36,9 millj.**

OPIÐ HÚS

Barmahlíð 55
105 Reykjavík

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 11. APRÍL KL. 18:00 – 18:30
Rúmgóð og björt 5 herbergja 117,6 fm. neðri sérhæð í þríbýlishúsi með sérinngangi og 24,5 fm. bílskúr með sér innkeyrslu og bílastæði. Eignin var mjög mikið endurnýjuð árið 2004. Mjög auðvelt að bæta við 4 herberginu. Suðursvalir. **Verð: 57,9 millj.**

OPIÐ HÚS

Suðurhólar 35A
111 Reykjavík

OPIÐ HÚS FIMMTUDAGINN 12. APRÍL KL. 12:30 – 13:15
Virkilega góð 71,2 fm. tveggja herbergja íbúð með sérinngangi í litlu fjölbýli. Eignin er rúmgóð, opin og björt með hellulögðum palli er snýr til suðurs. Geymsla og þvottahús er innan íbúðar. **Verð: 34,9 millj.**

Trausti fasteignasala • trausti@trausti.is • s.546-5050 • Vegmúla 4 • 108 Reykjavík

Ertu að leita að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á

www.talentradning.is

talent@talentradning.is/bryndis@talentradning.is - **Sími: 552-1600**

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

EIGNAMIÐLUN

Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Jötnagarðsás 1 -311 Borgarbyggð

Mjög fallegur samtals 101,6 fm sumarbústaður í Borgarfirði í landi Munaðarness. Bústaðurinn var byggður árið 2000 og útihús árið 2012. Bústaðurinn stendur á 3.600 fm eignarlandi. Timburverönd með skjólveggjum, heitum potti og útisturtu. Stofa/borðstofa, eldhús, baðherbergi, þrjú rúmgóð herbergi og sjónvarpshol. Auk þess er útihús.
V. 31,9 m.
Nánari upplýsingar veitir Magnea S. Sverrisdóttir lg.fs. s. 861 8511, magnea@eignamidlun.is

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

Sóltún 1-3

Öryggis- og þjónustuíbúðir
105 Reykjavík

OPIÐ HÚS
sunnudag 8. april kl. 15:00 – 16:00

Aðeins 3 íbúðir eftir

2-3 herbergja að stærð 79- 96,2 fm
Aðgengi að þjónustu - heimaþjónusta, heimahjúkrun, félagsstarf, heilsuefling og matur í hádeginu
Yfirbyggðar suður svalir
Eigið bílastæði í upphitaðum lokuðum bílakjallara
Stór pallur með sérafnotarétti fylgir jarðhæðaríbúðum
Afhending við kaupsamning, íbúðirnar fullbúnar með gólfefnum

Verð frá:
53,5 - 59,2 millj.

Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

Nánari upplýsingar veita:
Axel Axelsson, lögg. fasteignasali
axel@miklaborg.is **sími:** 778 7272

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Grenimelur 44

Glæsileg efri sérhæð með bílskúr 107 Reykjavík

OPIÐ HÚS
sunnudag 8. april kl. 13:30 – 14:00

Efri sérhæð með bílskúr að stærð 184,6 fm
Sérinngangur / Tvennar svalir
Stórar bjartar stofur / aukin lofthæð
Endurnýjað bað og snyrting
Góð aðstaða fyrir bíla á plani
Vinsæl staðsetning í vesturbænum, stutt í alla þjónustu, skóla og verslun

Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

Verð: **84,9 millj.**

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Leigufélag VR óskar eftir fjölbýlishúsi

VR

Leigufélag VR leitar að fjölbýlishúsi til kaups á höfuðborgarsvæðinu til útleigu til félagsmanna VR. Óskað er eftir húsi með að lágmarki 20 íbúðum. Kostur er ef húsið býður upp á misstórar íbúðir.

Húsið þarf að vera í mjög góðu ásigkomulagi en má einnig vera óbyggt eða í byggingu.

Leigufélag VR er viðbragð félagsins við gríðarlega erfiðum aðstæðum á íslenskum húsnæðismarkaði. Félagið er ekki rekið í hagnaðarskyni og markmið þess er að finna leiðir til að hafa leiguverð íbúða sem lægst. Stjórn VR vonast til þess að félagið verði öðrum samtökum og sjóðum fyrirmynd og hvatning til þess sama og jafnvel samstarfs við VR.

Tilboð óskast send á Stefán Sveinbjörnsson, framkvæmdastjóra VR, stefan@vr.is í síðasta lagi 22. apríl 2018. Stefán veitir einnig nánari upplýsingar, stefan@vr.is eða í síma 510 1700.

VR | KRINGLUNNI 7 | 103 REYKJAVÍK | SÍMI 510 1700 | VR.IS

Stórsýning á húsbílum í Reykjanesbæ um helgina

Sunlight T 58: Árgerð 2016, ekinn: 78.000 km. Markísa, hjólagrind, silfurgrár hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling ofl.ofl.
Ótrúlegt verð: 6.990.000, staðgreitt.

Sunlight T 64: Árgerð 2016, ekinn 61.000 km. Markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control , loftkæling ofl. ofl. **Ótrúlegt verð: 7.990.000, staðgreitt.**

Sunlight T 67: Árgerð 2016, ekinn 64.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 7.990.000, staðgreitt.

Sunlight T 68: Árgerð 2016, ekinn 52.000 km. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 8.350.000, staðgreitt.

Sunlight T 69 L: Árgerð 2016, ekinn 48.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 8.350.000, staðgreitt.

Dethleffs Magic Edition T 7151-4: Árgerð 2015, ekinn 63.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, leðuráklæði, bakkmyndavél, sjónvarp með DVD spilara, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 10.690.000, staðgreitt.**

Dethleffs Trend A 6977: Árgerð 2015, ekinn 69.000 km. Hjólagrind, rafdrifin trappa, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 6.990.000, staðgreitt.

Hymer CS 494: Árgerð 2004, ekinn: 46.000 km. Markísa, bakkmyndavél, ný rafdrifin trappa, tölvukubbur settur í 2016.
Ótrúlegt verð: 2.980.000, staðgreitt.

Frábært úrval stórglæsilegra tækja á ótrúlegum verðum, árgerðir 2014-2016

Sunlight | Dethleffs | McRent | LMC

Opnunartímar

Laugardaginn 7. apríl frá kl. 12-16
Sunnudaginn 8. apríl frá kl. 12-16

Opið verður vikuna 9.-13. apríl frá 10-17:00

Helgaropnanir auglýstar nánar á heimasíðu P. Karlsson.

P. KARLSSON EHF.

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

Heimilisiðnaðarfélagið vill hvetja fólk til að nota þjóðbúninga í ríkari mæli. MYND/EYÞÓR

Draga gersemar fram í dagsljósið

Út úr skápnum – þjóðbúningana í brúk! er yfirskrift viðburðar hjá Heimilisiðnaðarfélagi Íslands á morgun. Tilgangurinn er að finna búninga og koma þeim í notkun.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is

Í tilefni af hundrað ára afmæli fullveldis Íslands langar okkur hjá Heimilisiðnaðarfélaginu að vekja athygli á íslenska þjóðbúningnum. Við vitum að á árum áður voru fjölmargir búningar saumaðir og margir þeirra hanga ónotaðir inni í skáp. Við erum því farin af stað með átaksverkefni sem heitir Út úr skápnum – þjóðbúningana í brúk! Með því viljum við hvetja til þess að eldra fólk fari inn í skáp eða skoði hvað leynist í kössum og koffortum og nái í búninga sem þar kunna að vera og finni yngri konur í fjölskyldunni sem eru til í að klæðast þeim. Þannig verða þessar gersemar dregnar fram í dagsljósið og teknar í notkun á ný,“ segir Margrét Valdimarsdóttir, formaður Heimilisiðnaðarfélags Íslands, en á morgun, sunnudag, kl. 13-16 býðst fólki að koma í húsnæði félagsins við Nethyl 2e með þjóðbúninga og búningahluta til skoðunar og mátunar. Sérfræðingar í þjóðbúningasaumi og búningasilfri verða á staðnum til ráðgjafar og ráðlegginga.

Heilu eða hálfu búningarnir

„Við fáum þær Jófríði Benediktsdóttur og Oddnýju Kristjánsdóttur, sem báðar eru klæðskerar og þjóðbúningakennarar, til okkar, ásamt Dóru Jónsdóttur, gullsmið og sérfræðingi í búningasilfri, gestum til upplýsingar. Fólk fær tækifæri til að máta búningana og fá um leið ráðleggingar um hvort gera þurfi breytingar á þeim. Fólk getur komið með heilu búningana eða hluta af búningi, svo sem upphlut, svuntu, húfu eða búningasilfur, og fengið upplýsingar um hvað þetta er og hvernig það er notað. Einnig verður hægt að fá ráðleggingar varðandi breytingar á búningum. Við viljum fyrst og fremst hvetja til þess að fólk taki búningana í notkun og út úr skápunum og að þeir fari áfram til yngri kynslóðanna,“ segir Margrét.

Fyrirmyndina að þessum viðburði má rekja til Þjóðminjasafns Íslands en það hefur árum saman staðið fyrir dögum þar sem fólki býðst að koma með hluti úr sínum fórum og fá um þá upplýsingar.

Skemmtileg hefð

Þegar Margrét er spurð við hvaða tækifæri þjóðbúningar séu helst notaðir nú til dags segir hún að margir klæðist þeim helst á hátíðisdögum á borð við þjóðhátíðardaginn 17. júní, við skírnir og fermingar. „Fólk mætti í raun vera mun duglegra við að nota þjóðbúningana sína. Við hjá Heimilisiðnaðarfélaginu lítum gjarnan öfundaraugum til nágranna okkar í Noregi og Færeyjum sem eru mjög duglegir að klæðast búningum sínum. Í Noregi er til siðs að stúlkur eignist þjóðbúning við fermingu sem síðan er notaður við hátíðleg tækifæri á borð við skírnir, fermingar, brúðkaup og slíkt næstu áratugina. Það er bæði fjárhagslegur og umhverfislegur ávinningur í því að eiga ein góð spariföt sem endast, auk þess að vera ótrúlega skemmtileg hefð,“ segir hún.

„Á næstu vikum eru peysufatadagar í Verslunarskóla Íslands og Kvennaskólanum í Reykjavík svo þetta er einmitt kjörinn tími til að skoða hvort einhver í fjölskyldunni eigi ónotaðan þjóðbúning,“ segir Margrét en upphlutur er algengasti búningur landsins. Fast á eftir koma peysuföt.

Það er fjárhagslegur og umhverfislegur ávinningur að því að eiga góð spariföt á borð við þjóðbúning, að sögn Margrétar. MYND/STEFÁN

> **Fólk getur komið með heilu búningana eða hluta af búningi og fengið upplýsingar um hvað þetta er og hvernig það er notað.**

Aðsókn að námskeiðum í þjóðbúningasaumi

Heimilisiðnaðarfélagið heldur reglulega námskeið í þjóðbúningasaumi og segir Margrét mikinn áhuga vera á þeim. „Þau eru ótrúlega skemmtileg og því fjölmörg dæmi um að fólk ánetjist og komi á mörg námskeið. Búningarnir eru saumaðir úr vönduðum efnum og handsaumur er mikill og því tengist maður þessum flíkum tilfinningaböndum, enda mikið fyrir þeim haft. Okkar hlutverk hjá Heimilisiðnaðarfélaginu er að halda við þessu gamla handverki,“ segir Margrét.

Í byrjun júní verður Heimilisiðnaðarfélagið svo með sýningu á þjóðbúningum á Árbæjarsafni og þá verður hægt að sjá mismunandi búninga úr fórum félagsins.

Föstudaginn 13. apríl mun Fréttablaðið gefa út sérblaðið

GRÆNN LÍFSSTÍLL

Í blaðinu verða umhverfismál á ýmsum sviðum í brennidepli. Ætlunin er að benda bæði fyrirtækjum og almenning á fjölmörg skref sem auðvelt er stíga í átt að grænum lífsstíl. Einfaldar breytingar á daglegum venjum sem geta haft afar mikil og góð áhrif á okkar nær umhverfi með samhentu átaki almennings og fyrirtækja.

Á meðal efnistaka blaðsins er...

Endurvinnsla – pappír, plast, rafhlöður og ýmis spilliefni
Kolefnisjöfnun – hvernig geta fyrirtæki og heimili kolefnisjafnað á auðveldan hátt?
Orkugjafar framtíðarinnar – Metan, vetni eða rafmagn? Hvað mun knýja farartækin okkar í framtíðinni
Maturinn og umhverfið – hvernig geta framleiðslufyrirtæki lágmarkað umhverfisáhrifin og hvernig geta stuðlað að umhverfisvænni framleiðslu?

Nánari upplýsingar um blaðið veitir
Ólafur H. Hákonarson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 512 5433 / olafurh@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

20 daga skammtur

NÝTT

BIO Öflug hreinsandi jurtablanda

Jurtablanda sem er hreinsandi, vatnslosandi og örvar meltinguna.

MUNDU EFTIR JÁRNINU

Floradix hjálpar þér að viðhalda góðri heilsu og heilbrigði.

Unnið úr lífrænum jurtum, engin aukaefni !

Fæst í apotekum, heilsubúðum og heilsuhillum verslana

Tölvuleikir geta gagnast í námi

Tölvuleikir þjálfa ýmsa hæfni sem getur nýst í námi og virðast geta gagnast í menntun barna á ýmsan hátt. En það er dýrt að nota þá í kennslu og það skortir rannsóknir á gagnsemi þeirra.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

Tölvuleikir gætu skipað stóran sess í menntun framtíðar. MYND/NORDICPHOTOS/GETTY

Í tölvuleiknum Assassin's Creed: Origins er hægt að fara í skoðunarferðir um Egyptaland hið forna. MYND/ASSASSINSCREEDORIGINS

Tölvuleikir hafa breyst mikið frá því að þeir komu fyrst fram á sjónarsviðið. Í dag spilar fólk á öllum aldri tölvuleiki og tölvuleikjaiðnaðurinn veltir svimandi fjárhæðum. Leikirnir eru mun fjölbreyttari en nokkru sinni fyrr og þjóna fjölbreyttum hlutverkum. Eitt þeirra er að mennta fólk.

Tölvuleikjahönnuðir hafa náð mjög góðum árangri í að skapa kerfi þar sem fólk hefur gaman af því að læra. Sumir leikir eru mjög langir og flóknir, en samt sækir fólk endurtekið í þá. Það getur stundum reynst erfitt fyrir kennara að vekja áhuga nemenda á námsefni og tölvuleikir geta hjálpað við að fá nemendur til að nálgast efnið á nýjan og virkari hátt. Tölvuleikir gætu því orðið stór hluti af menntakerfi framtíðarinnar.

Gagnlegir á ýmsan hátt

Rannsóknir gefa til kynna að tölvuleikir geti gert ýmiss konar gagn.

Þeir geta stuðlað að þroska tilfinninga og vitsmuna. Í mörgum leikjum þarf fólk að vinna saman eða keppa hvert við annað, eða hvort tveggja. Slíkir leikir reyna á og þjálfa hæfni fólks til að vinna með öðrum og eiga samskipti. Þannig geta tölvuleikir aukið félagshæfni, í réttum aðstæðum. Tölvuleikir geta líka þjálfað rýmisskynjun, rökhugsun, minni, hæfni til að leysa vandamál, samhæfingu hreyfinga og viðbragðshraða.

Tölvuleikir leyfa fólki að læra á sínum hraða og þá má auðveldlega sníða að þörfum og getustigi hvers og eins. Þetta getur komið að miklu gagni fyrir börn sem gengur illa í námi. Þeim finnst stundum erfitt að halda sig við námsefnið og þurfa stundum á einstaklingsmiðaðri kennslu að halda. Þá virðast tölvuleikir koma að gagni við að vekja áhuga þeirra á efninu, fá þau til að mæta, taka þátt, sýna metnað og læra.

Leikir geta líka gefið fólki æfingu í alls kyns erfiðum eða hættulegum aðstæðum án ótta við afleiðingarnar. Dæmi um þetta eru leikir sem setja spilara í flókna siðferðislega stöðu sem þeir þurfa að vinna úr eða flughermar sem gagnast við þjálfun flugmanna.

Tölvuleikir geta vakið áhuga barna á tækni og fært þeim grundvallartæknikunnáttu sem reynist vel. Leikir eins og Angry Birds og Minecraft hafa til dæmis verið notaðir til að kenna forritun.

Margir leikir byggja á mannkynssögunni og þeir geta kennt spilurum um hana með því að krefjast þess að leikmenn læri að skilja hvernig söguleg fyrirbrigði virka, svo þeir geti unnið með þau.

Svo er hægt að fá vinnu út úr tölvuleikjum. Bæði við að framleiða þá og spila. Sumir hafa tekjur af því að spila leiki og streyma því á Twitch eða YouTube og aðrir hafa tekjur af því að gera myndbönd út frá tölvuleikjum fyrir YouTube. Enn aðrir gerast atvinnumenn í tölvuleikjum, en það er mikill áhugi fyrir því að fylgjast með þeim bestu í heimi og tekjurnar í atvinnumennsku geta verið mjög háar. Sumir skólar í Kína eru farnir að kenna krökkum að spila tölvuleiki til að þjálfa atvinnumenn framtíðarinnar.

Hægt að kanna stafræna staði

Tölvuleikir geta líka sett fólk á staði eða inn í menningu sem þeir eru að læra um í skólanum. Gagnvirk upplifun af kennsluefninu getur aukið áhuga barna á því og hjálpað þeim að muna eftir því.

Gott dæmi um þetta er nýr spilunarmöguleiki í tölvuleiknum Assassin's Creed: Origins, sem kallast „Discovery Tour". Leikurinn gerist í Egyptalandi til forna og í Discovery Tour gefst spilurum tækifæri til að ferðast um risastóra stafræna endursköpun á Egyptalandi hinu forna sem er byggð á bestu rannsóknum sagnfræðinga og í samstarfi við helstu sérfræðinga í sögu Egyptalands. Það eru engir bardagar og engin verkefni fyrir spilara, eins og í hefðbundnu útgáfunni af leiknum, en í staðinn er hægt að ferðast um og fara í 75 skoðunarferðir sem kenna manni um ýmsar hliðar á menningu Egyptalands til forna. Skoðunarferðirnar eru talsettar og myndskreyttar og minna á skoðunarferð um safn, en á þennan hátt færðu ekki bara að sjá muni úr þessum heimi, heldur heimsækja hann.

Prófanir á þessum nýja spilunarmöguleika hafa sýnt að hann geti hjálpað börnum mikið að læra. Það eru heldur ekki bara grunnskólanemendur sem hefðu áhuga á að heimsækja Egyptaland hið forna.

Með þessum nýja spilunarmöguleika getur leikurinn gagnast mun stærri notendahóp en hefðbundin útgáfa hans, sem snýst um að berjast gegn samsæri valdamikilla einstaklinga í þessum töfrandi heimi. Þessi útgáfa af leiknum hentar bæði börnum sem eru of ung fyrir ofbeldið og fullorðnum sem hafa ekki gaman af því að leika sér í tölvuleikjum.

Minecraft hefur hjálpað einhverfum

Tölvuleikurinn Minecraft hefur verið notaður til kennslu á ótal vegu, enda býður leikurinn upp á mikla möguleika. Það er meira að segja til sérstök útgáfa af leiknum sem heitir MinecraftEdu, sköpuð af kennurum og kennir stærðfræði og tungumál.

Maður að nafni Stuart Duncan hefur náð miklum árangri í að kenna einhverfum börnum með því að nota Minecraft. Duncan stofnaði sérstakan netþjón fyrir einhverfa og fjölskyldur þeirra svo þau hefðu öruggan stað til að leika sér á, því þegar einhverfir krakkar léku sér á hefðbundnum netþjónum lentu þeir oft í einelti og erfiðleikum. Enginn kemst inn á þjóninn nema Duncan hafi samþykkt viðkomandi, en þjónninn er svo vinsæll að Duncan hefur samþykkt meira en átta þúsund manns.

Þar læra börnin hvert af öðru. Sum hafa lært að lesa og skrifa og önnur byrjuðu að tala í fyrsta sinn. Krakkarnir fóru líka að eignast vini í skólanum í fyrsta sinn og deila með öðrum. Foreldrar þeirra þökkuðu tímanum á þjóninum fyrir þessar framfarir.

Dýrt og lítið rannsakað

Tölvuleikir geta því verið gagnlegt tól til að læra, en þeir hafa að sjálfsögðu galla sem kennslutæki.

Það eru mikill skortur á rannsóknum á því hvernig og hvort tölvuleikir bæta frammistöðu í kennslustofunni eða námsárangur. Sérfræðingar segja að tæknilega séð ættu þeir að gera það að ýmsu leyti, en það sé ómögulegt að fullyrða um það án frekari rannsókna.

Það getur líka verið kostnaðarsamt að nota tölvuleiki í kennslu, því tölvur og tölvubúnaður kosta mikið og það gæti verið dýrt að skapa umgjörð fyrir slíkt nám og þjálfa kennara. Án haldbærra gagna um gagnsemi tölvuleikja í námi er ekki hægt að ætlast til að fjársveltir skólar fjárfesti í slíku.

En það virðist líklegt að tölvuleikir eigi eftir að skipa sífellt stærri sess í námi á næstu árum og áratugum, kannski ekki síst hjá börnum sem glíma við námsörðugleika. Það sem kemur helst í veg fyrir að þeir taki við í ríkari mæli sem kennslutæki er skortur á frekari rannsóknum og kostnaðurinn sem fylgir þeim, bæði fjárhagslegur kostnaður við tækjakaup, kostnaður við breytingar á námskerfum og kostnaðurinn við að reyna að breyta hugmyndum fólks um hvar og hvernig maður lærir.

Ótrúleg
VIÐ ERUM 20 ÁRA
19 20 18 98
REDINGTON
AFMÆLIS
tilboð
Aðeins í apríl
Fjórir flottir fluguveiðipakkar á verði sem slær allt út.
REDINGTON
VICE
FLUGUVEIÐIPAKKI
Fjögurra hluta kröftug stöng. Redington i.D fluguhjól með uppsettri RIO flotlínu, undirlínu og taumi.Hólkur fylgir. Fáanleg í línuþyngdum #5, #6, #7 og #8. Lífstíðarábyrgð frá framl. á stöng.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
34.995 KR.
Fullt verð 42.995 kr.
REDINGTON
PATH II
FLUGUVEIÐIPAKKI
Fjögurra hluta miðhröð stöng. Hentar vel byrjendum sem lengra komnum. Redington Crosswater fluguhjól með uppsettri RIO flotlínu, undirlínu og taumi. Hólkur fylgir. Fáanleg í línuþyngdum #6, #7 og #8.Lífstíðarábyrgð frá framl. á stöng.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
24.995 KR.
Fullt verð 32.995 kr.
REDINGTON
CROSS WATER
FLUGUVEIÐIPAKKI
Fjögurra hluta miðhröð stöng. Hentar vel byrjendum sem lengra komnum. Redington Crosswater fluguhjól með uppsettri RIO flotlínu, undirlínu og taumi. Hólkur fylgir. Fáanleg í línuþyngd #8.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
19.995 KR.
Fullt verð 24.995 kr.
REDINGTON
MINNOW
FLUGUVEIÐIPAKKI
Fjögurra hluta miðhröð, 8 feta stöng. Sérstaklega hönnuð og framleidd fyrir yngstu veiðimennina. Redington Crosswater fluguhjól með uppsettri RIO flotlínu, undirlínu og taumi. Hólkur fylgir. Línuþyngd #5.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
17.995 KR.
Fullt verð 22.995 kr.
Fimm glæsilegir vöðlupakkar á óviðjafnanlegu verði.
REDINGTON
PALIX
VÖÐLUPAKKI
Vinsælustu vöðlurnar á Íslandi í dag. PALIX öndunarvöðlur með styrkingum á hnjám og góðum brjóstvasa. Áfastar sandhlífar. Vandaðir neoprensokkar. Redington PALIX vöðluskór. Léttir og sterkir. Þú velur hvort þú vilt gúmmí- eða filtsóla.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
26.995 KR.
Pakkatilboð eftir 30. apríl 32.995 kr.
REDINGTON
PALIX
STÍGVÉLAVÖÐLUR
Glæsilegt tilboð
Gildir aðeins í apríl
– Nýtt frá Redington –
Nú fást vinsælu PALIX vöðlurnar með vönduðum áföstum stígvélum. Gúmmísóli.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
29.995 KR.
Fullt verð 44.995 kr.
REDINGTON
CROSS WATER
VÖÐLUPAKKI
Ótrúlegt verð
Öndunarvöðlur með innri brjóstvasa, áföstum sandhlífum og góðum neoprensokkum. Hægt að breyta í mittisvöðlur. Redington PALIX vöðluskór. Léttir og sterkir. Þú velur um gúmmí- eða filtsóla.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
21.995 KR.
Pakkatilboð eftir 30. apríl 26.995 kr.
REDINGTON
WILLOW RIVER
VÖÐLUPAKKI
Dömusnið
Öndunarvöðlur fyrir veiðikonur.
Vinsælar vöðlur með brjóstvasa, áföstum sandhlífum og sterkum sokkum. WILLOW RIVER vöðluskór með gúmmí- eða filtsóla.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
26.995 KR.
Pakkatilboð eftir 30. apríl 32.995 kr.
REDINGTON
CROSSWATER YOUTH
VÖÐLUPAKKI
Krakkastærðir
Léttar og liprar öndunarvöðlur fyrir unga veiðimenn. CROSSWATER YOUTH skór með gúmmísóla.
AFMÆLISTILBOÐ AÐEINS
18.995 KR.
Pakkatilboð eftir 30. apríl 22.995 kr.
OPIÐ:
Virka daga
9:00 til 18:00
Laugardaga
11:00 til 15:00
Veiðimaðurinn
1940
KRÓKHÁLSI 4 • SÍMI 517 8050
Veidimadurinn.is
VEIÐIHORNIÐ
SÍÐUMÚLA 8 • SÍMI 568 8410
Veidihornid.is
OPIÐ ALLA DAGA:
Virka daga
9:00 til 18:00
Laugardaga
11:00 til 15:00
Sunnudaga
11:00 til 15:00

Smáauglýsingar

512 5800
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

STÓRA BÍLASALAN

NÝIR BÍLAR!
Discovery Sport HSE. Árgerðir 2018, dísel, sjálfskiptir. Verð 7.490.000. Rnr. 150444.

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
http://www.stora.is

bilauppbod.is

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

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

SUZUKI

SUZUKI FJÓRHJÓL. Fjórhjólin eru með power stýri, 100% driflæsingu. Létt, lipur, meðfærileg í notkun og eyða auk þess afar litlu eldsneyti.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

Vinnuvélar

OK VARAHLUTIR
Dekkjavélar
(affelgunar og ballance vélar)
á tilboðsverði

O.K. varahlutir ehf.
okspares@simnet.is | S. 6961050

Pallhýsi

TIL SÖLU.
Notuð pallhýsi verð frá 750.000 m/ vsk Nánari uppl. á pallhysi.is eða í s:849-2220

Vinnuvélar

OK VARAHLUTIR
Dekkjavélar
(affelgunar og ballance vélar)
á tilboðsverði

O.K. varahlutir ehf.
okspares@simnet.is | S. 6961050

Bátar

Bayliner 185 Bowrider 19" bátur 6 sæta. Mercruiser inboard 130hp m.millikælir. Bayliner bátakerra galvaniseruð. Annar búnaður: NAVMAN FISH 4380 Garmin GPSmap 276C og yfirbreiðsla Vel með farinn og gott viðhald. Uppl. Í síma 894-1321

Hjólbarðar

VAKA

NÝJU ŞAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.
Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

OK VARAHLUTIR

TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorum að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéladekkjum frá Techking Búkolludekk-hjólaskófludekk Ofl. Ýmsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspares@simnet.is

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Vissir þú að...
Foreldrar bera meginábyrgð á að stuðla að líkamlegum, andlegum og félagslegum þroska barna sinna.

Varahlutir

LJÓSBOGINN ehf.
Altenatorar & Startarar

ljósboginn@ljosboginn.is
s. 553-1244

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

Lárkot ehf
Sandur, mold og jarðvinna.
Mætum og gerum tilboð.
Uppl. í s. 892 2257
Geymið auglýsinguna.

Felli tré og klippi runna. Besti tíminn Halldór garðyrkjum. s:698 1215

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga og klippingar og umhirðu á görðum. Uppl. í s. 616 1569.

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

RÉTTA- BÓKHALDSÞJÓNUSTA.
Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Sanngjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

Málarar

REGNBOGALITIR EHF
Alhliða málningarþjónusta löggiltra fagmanna. malarar@simnet.is Sími 891 9890

Getum bætt við okkur inni og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Litið Mál ehf. Sigurður 896-5758

Komdu og prófaðu!

bill.is

Malarhöfði 2
Sími 5773777
www.bill.is

VW California beach 4x4 .
Árgerð 2017, ekinn 55 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 7 gírar.
Verð 7.390.000.
Rnr.271119.

TOYOTA Hilux double cab.
Árgerð 2007, ekinn 197 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 4 gírar.
Verð 2.190.000.
Rnr.260925.

SUZUKI Grand vitara.
Árgerð 2015, ekinn 92 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.690.000.
Rnr.107182.

SKI-DOO Mxz x 800.
Árgerð 2009, ekinn 3 Þ.KM, bensín, .
Verð 590.000.
Rnr.260818.

NISSAN Qashqai tekna.
Árgerð 2016, ekinn 18 Þ.KM, dísel, 6 gírar.
Verð 4.090.000.
Rnr.250929.

MINI Cooper.
Árgerð 2005, ekinn 162 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
Verð 990.000.
Rnr.271465.

MAZDA 2.
Árgerð 2016, ekinn 61 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
Verð 1.790.000.
Rnr.271469.

LAND ROVER Discovery series ii 37".
Árgerð 2002, ekinn 237 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.
Verð 1.790.000.
Rnr.251171.

Búslóðaflutningar

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

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

Spáir í spil og bolla . Símaspá, Einkaspá. Geymið auglýsinguna. Er á facebook

Stjörnuljós- Heilun og Spá. Símaspá og tímapantanir í s. 844 1596

Rafvirkjun

Rafverktaki getur tekið af sér auka verkefni. Sími 6635538 elscalar@gmail.com

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, mynddyrasímar. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

Húsaviðhald

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

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Póst dreifing

við komum því til skila

VOFF VOFF VOFF

Besti vinur mannsins á það til að bíta í putta og póst… pössum upp á voffa.

www.postdreifing.is

Lóð og hús

Húseining hefur fengið leyfi til að kynna lausar lóðir í hinum ýmsu bæjarfélögum sem henta vela okkar húsum.

Þetta er nýr kostur á íslenskum markaði og hafa viðskiptavinir Húseiningu fagnað þessari nýjung. Þær lóðir sem viðskiptavinum bíðst ma sjá í tenglum á vef okkar. Viðskiptavinurinn getur valið þá lóð sem hentar honum ásamt því að velja þá hústegund sem hentar.

Ákveðnar takmarkanir þarf að hafa í huga þegar slíkur heildarpakki er valin, þ.e. lóð hús þegar kemur að því að velja hús á lóðina þar sem deiliskipulag tiltekur hvaða hvaðir fylgja húsagerðinni, þegar kemur að stærð og hæð hússins.

Kíkið á vef okkar: www.huseining.is og sjáið lóðaframboðið!

SMART - einbýli

KLASSIK - einbýli

SÓL - sumarhús

KÓSÝ - smáhýsi

Láttu drauminn um nýtt heimili verða að veruleika með vönduðu og hagstæðu húsi frá Húseiningu.

Húseining framleiðir smáhýsi, sumarhús og einbýlishús í nýrri verksmiðju að Hraunholti 1. Vogum. Húseining bíður upp á gott úrval af húsagerðum, þar sem allir eiga að geta fundið heimili sem hentar. Kynnið ykkur framleiðsluvörur okkar á vef fyrirtækisins: www.huseining.is

Twin Wall

HÚSEINING

Húseining ehf. Hraunholti 1, 190 Vogum. Símar 770-5144 og 787-5144.
www.huseining.is kjartan@huseining.is soffia@huseining.is

GRETTISLAUG Á TILBOÐI

Við hjá NormX höfum framleitt heita potta fyrir íslenskar aðstæður í yfir **30 ár**. Við bjóðum fjölda gerða og lita ásamt öllu því sem tilheyrir til að koma sér upp glæsilegum heitum potti á verði sem kemur skemmtilega á óvart.

Nú er rétti tíminn til að huga að heitum potti fyrir sumarið. Þess vegna bjóðum við nú á sértilboði hina vinsælu Grettislaug með vönduðu loki.

Grettislaug með loki á aðeins kr. 272.000

NORMX

Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · www.normx.is

Ótrúleg verð – komdu og kíktu við!

Sunlight T 58: Árgerð 2016, ekinn: 78.000 km. Markísa, hjólagrind, silfurgrár hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling ofl.ofl.
Ótrúlegt verð: 6.990.000, staðgreitt.

Sunlight T 64: Árgerð 2016, ekinn 61.000 km. Markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control , loftkæling ofl. ofl. **Ótrúlegt verð: 7.990.000, staðgreitt.**

Sunlight T 67: Árgerð 2016, ekinn 64.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 7.990.000, staðgreitt.

Sunlight T 68: Árgerð 2016, ekinn 52.000 km. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 8.350.000, staðgreitt.

Sunlight T 69 L: Árgerð 2016, ekinn 48.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl.
Ótrúlegt verð: 8.350.000, staðgreitt.

Dethleffs Magic Edition T 7151-4: Árgerð 2015, ekinn 63.000 km. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur með sér frystihólfi, leðuráklæði, bakkmyndavél, sjónvarp með DVD spilara, 6 gíra, cruise control, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 10.690.000, staðgreitt.**

Dethleffs Trend A 6977: Árgerð 2015, ekinn 69.000 km. Hjólagrind, rafdrifin trappa, stór ísskápur með sér frystihólfi, 6 gíra, cruise control ofl. ofl.
Ótrúlegt verð: 6.990.000, staðgreitt.

Hymer CS 494: Árgerð 2004, ekinn: 46.000 km. Markísa, bakkmyndavél, ný rafdrifin trappa, tölvukubbur settur í 2016.
Ótrúlegt verð: 2.980.000, staðgreitt.

P. KARLSSON EHF.

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

Stangveiðimenn/konur athugið

Námskeið í fluguköstum hefst sunnudaginn 8. apríl í TBR húsinu, Gnoðarvogi 1, kl. 20:00.
Kennt verður 8,15,22 og 29. apríl.
Námskeiðin eru þessir fjórir sunnudagar.
Við leggjum til stangir, skráning á staðnum, gegn greiðslu.
Tökum greiðslukort.
Mætið tímanlega, munið eftir inniskóm.
Verð 17.000 kr en 15.000 kr til félagsmanna.
Uppl. í s. 894 2865 Gísli . KKR, SVFR & SVH

Járnabakkar
Járnabindingavörur

Erum með á lager allar helstu gerðir af járnabökkum

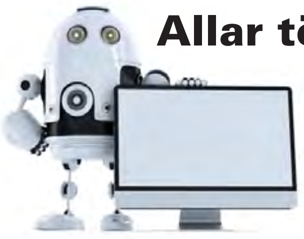
- Bindivír 1 mm U hankir og rúllur 1.4 mm
- Fjarlægðarstjörnur og steinar 20-50 mm
- Plastlistar á undirslegnar plötur, einnig harðir
- U listar á ull eða plasteinangrun
- Járnstólalengjur, sterkir og góðir stólar frá 50 mm
- Mótarör og kónar 10–50 mm
- Öryggishlífar á kambstál, listar og sveppir

Vír og lykkjur ehf
www.viroglykkjur.is - viroglykkjur@internet.is
772-3200/692-8027

SKER Hönnun & Gjafavara

Opnunartími:
Mánudaga-Miðvikudaga frá 12-17
Laugardaga frá 12-15
Langholtsvegur 126
104 Reykjavík
www.sker.is

Allar tölvuviðgerðir



PC-Mac-Stýrikerfishreinsun
Rykhreinsun-Bilanagreining

Fljót og góð þjónusta

tölvuvinir.is
tölvuverkstæði
Hafðu samband
Sími: 445 0100
Langholtsvegur 126
104 Rvk.

Keypt & Selt

Til sölu

LOK Á HEITA POTTA OG HITAVEITUSKELJAR.
Stærðir í cm: 200x200, 210x210, 220x220, 235x235, 235x217, 217x174, 8 hyrnd lok. Lokin þola 1000 kg jafnaðarþunga af snjó. Vel einangruð og koma með 10 cm svuntu. Sterkustu lokin á markaðnum. Litir: Brúnt eða Grátt. Opnarar til þess að auðvelda opnun á loki. www.Heitirpottar.is Sími 777 2000 Haffi og 777 2001 Grétar

mýranaut

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

HUMARSALAN

Ný veiddur Hornafjarðarhumar og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW. HUMARSALAN:IS S. 867 6677

Batman bíll sem var á Hard Rock cafe í gamla daga og RAYMOND WEIL úr, ásamt fl. úrum til sölu. Uppl. í s. 849 3230

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH & NORWEGIAN F. FOREIGNERS - ENSKA - NORSKA
Levels/Stig: I, II, III, IV, V: ÍSLENSKA f. útlendinga, NORSKA, ENSKA f. Fullorðna: Start/Byrja: 30/4,28/5,25/6,23/7,3/9,1/10,29/10,26/11,7/1.: 4 weeks/vikur x 5 days/daga. 2-6 students/nem. Morn/Aftern/Evening. Morgna/Síðd/Kvölds. AUKATÍMAR: STÆ/EÐL: www.iceschool.is - ff@icetrans. is - Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 5571155 / 8981175.

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Heimilið

Barnavörur

VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA
Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is

Tómstundir & Ferðir

Hestamennska

HNAKKAR TIL SÖLU
Sleipnir íslenskur hnakkur og JR spezial og reiðhjálmar. Uppl. í s. 849 3230

Atvinna

Atvinna í boði

Hreinar línur

RÆSTINGAR
Við óskum efftir fólki til starfa við ræstingar. Í boði eru fastar stöður, hluta störf og vaktavinna. Helst á aldursbilinu 20-50 ára og með bílpróf. Reynsla ekki áskilin. Sækið um á hreinarlinur.is eða í pósti á atvinna@hreinarlinur.is

Hreinar línur

CLEANING
We are looking for people to hire, for full time jobs, part time jobs and shifts work. Preferably between 20-50 years of age, Icelandic and/or english speaking with driving licence. Experience not mandatory. Please apply via hreinarlinur.is or via email: atvinna@hreinarlinur.is

Hreinar línur

SPRZTANIE
Firma sprztajaca zatrudni osoby chetne do pracy na 50 lub 100%. Mile widziane prawo jazdy oraz osoby w wieku 20-50 lat. Prosimy o zaswiadeczenie o niekaralnosci. Kontakt na stronie hreinarlinur.is lum mail: atvinna@hreinarlinur.is

CLEANING COMPANY
is looking for people to work in cleaning services,(bussines and residentials). Part time/full time job. English and experience are mandatory.Motivating salary depending on performance. Required: professionalism, reliability and flexibility.
The applications for job will be send to the e-mail adress hallo@stedum.is/ cami@stedum.is, until 9'th of may

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is

STARFSMENN Í BOÐI
Höfum nokkra erlenda iðnaðarmenn og verkamenn í boði til lengri eða skemmri tíma. Manngildi starfsmannaþjónusta Símar 780-1660 og 868-4551 work@mgs.is

Tilkynningar

Fundir

Aðalfundur bílaklúbbsins Krúser verður haldin laugardaginn 14. apríl kl. 10:00 á Höfðabakka 9.

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 512 5407

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.
Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

Snyrti & nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ
Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur!
Kíkjið á facebook síðu okkar:
facebook.com/snyrti og nuddstofan smart
Verið hjartanlega velkomin.
Tímapantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Úti- og innimálun
Gerum föst verðtilboð í utanhússmálun og endurmálun sameigna fyrir húsfélög og fleira.
Vönduð vinnubrögð og notum einungis topp efni.
Vaskir Drengir ehf
Björgvin P. Hallgrímsson
Löggiltur málarameistari
vaskirdrengir@gmail.com
sími 844-9188

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og báruståI 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

viftur.is
Viftur ● Blikkrör ● Aukahlutir
íshúsið

S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

WORK NORTH
HÚSARIF • JARÐVINNA • MÚRBROT
STEYPUSÖGUN • KJARNABORUN
Sími. 852-5804 | 852-5808 | worknorth@simnet.is

Alla fimmtudaga og laugardaga
arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

ALICANTE MEÐ VITA OG ICELANDAIR SUMARIÐ 2018

Frábær flugtími

Safnaðu Vildarpunktum og nýttu þá

Allir sem ferðast með VITA safna Vildarpunktum sem má síðan nýta í valdar ferðir hjá VITA næst þegar þig langar í ferðalag.

Frábær flugtími

Við hjá VITA bjóðum frábæra flugtíma til Alicante með engu næturflugi. Flogið frá Alicante um kl. 18:00 og lent í Keflavík um miðnætti.

Þitt sæti – þitt ferðalag

Þú getur valið sæti um borð í vélum Icelandair gegn vægri greiðslu þegar þú ferðast með VITA. Við getum líka boðið þér Saga Class-sæti.

Afþreyingarefni og þjónusta

Styttu þér stundir á leiðinni með bíómyndum, tónlist, eða þáttinum sem þig langaði alltaf að sjá. Gæði og úrval fyrir alla aldurshópa.

vita

VITA er í eigu Icelandair Group.

ICELANDAIR GROUP

Bókaðu draumaferðina þína á VITA.is

VITA | Skógarhlíð 12 | Sími 570 4444

VITA er lífið

Spennandi ævintýra- og íþróttaferðir hjá Úrvali Útsýn

Úrval Útsýn býður sem endranær fjölda ævintýra- og menningarferða um allan heim í haust og vetur. Golf- og íþróttaferðirnar verða líka í fjölbreyttu úrvali svo að allir ferðaþyrstir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi. Þá skipuleggur Úrval Útsýn einnig sérferðir fyrir hópa.

Luka Kostic hefur umsjón með golf- og íþróttaferðum hjá Úrvali Útsýn. „Golfferðir til El Plantio á Spáni eru gríðarlega vinsælar og um þúsund Íslendingar sem fara árlega á þennan völl. Þar er lúxus í alla staði, allur matur innifalinn og því auðvelt að njóta sín í fallegu umhverfi. Hægt er að spila ótakmarkað golf á svæðinu á meðan á ferðinni stendur og allt án þess að taka upp veskið. Þangað förum við líka sérstakar kvennaferðir sem hafa verið gríðarlega vinsælar. Svo eru líka í boði golfferðir til Dúbaí, Ítalíu og Taílands sem eru flottir staðir og hægt að gera meira en spila golf.“

Þá býður Úrval Útsýn upp á fjölbreyttar íþróttaferðir. „Við erum með ferðir í íslenska fótboltaskóla í Hollandi og á Spáni undir nafninu Æft eins og atvinnumaður, bæði fyrir yngstu flokkana og meistaraflokkana. Við fylgjum íslenska landsliðinu eins og kostur er og bjóðum líka ferðir á leikina í ensku knattspyrnunni. Jóga- og zumbaferðir hafa líka verið mjög vinsælar og við erum að byrja með hjólaferðir.“

Þá bendir Luka á að Úrval Útsýn skipuleggi sérferðir, bæði fyrir þá sem vilja sjá eða stunda fleiri boltaíþróttir en líka þegar stórir hópar vilja fara saman eins og á Gautaborgarleikana í frjálsum íþróttum. „Við vinnum með öllum flugfélögum og höfum óendanlega möguleika til að gera hlutina. Það er bara hægt að hafa samband, við skipuleggjum hvað sem er.“

Kristín Gunnarsdóttir sér um sérferðir hjá Úrval Útsýn. „Við erum með fullt af sérferðum í haust og best að byrja í september. Þá erum við með mjög spennandi tíu daga menningarferð til Jórdaníu. Það er gist í þrjár nætur í Amman á góðu hóteli, keyrt um grísk-rómversku borgina Jerash þar sem eru stærstu rómversku rústir sem varðveist hafa utan Ítalíu og hin stórkostlega Petra skoðuð. Einnig verður gist í tjaldi í eyðimörkinni eina nóttina og svo eyðum við síðustu dögunum við Dauðahafið þar sem fólk getur slakað á eftir ferðina. Í október erum við með ferð til Kambódíu og Taílands þar sem er mikið hægt að skoða. Svo erum við með fjórtán daga Suður-Afríkuferð í byrjun nóvember þar sem verður farin „Garden Route“ sem er ein þekktasta leið í Suður-Afríku. Þetta er fjórtán daga ferð sem hefur vakið mikla ánægju og svo margt að sjá og skoða. Það er til dæmis farið á strútabúgarð, í vínsmökkun og í safarígarð og líka slappað af. Svo í byrjun nóvember er í boði ferð til Bangkok og Huahin, bæði slökunarferð og skemmtilegar skoðunarferðir, siglt niður Kwai-fljót og sitthvað fleira.“

Af fleiri ferðum vill Kristín sérstaklega nefna ferð til Balí sem gengur út á meira en slökun og jóga. „Það er boðið upp á jóga á hótelinu eins og hver vill en svo er líka hægt að fara í alls konar ferðir eins og hjólaferð, fljótaferð og fjallaferð, hægt verður að fara á matreiðslunámskeið og sitthvað fleira svo fólk getur átt fjölbreytta upplifun í þessari paradís.“

Kristín vill líka nefna siglingarnar sem eru sívinsælar. „Þar má nefna fljótasiglingu í Víetnam og Kambódíu þar sem er siglt upp Mekongfljót. „Við förum svoleiðis ferð núna í janúar og fólk var rosalega ánægt. Svo bjóðum við siglingu um Miðjarðarhafið, þar er byrjað í Róm, siglt um grísku eyjarnar og endað í Aþenu og einnig siglingu um eystri hluta Karíbahafs, Bahamaeyjar og Jómfrúaeyjar. Svo það er af nógu að taka og ætti að vera eitthvað við allra hæfi,“ segir Kristín að lokum.

Allar nánari upplýsingar er að finna á heimasíðunni urvalutsyn.is.

Luka Kostic og Kristín Gunnarsdóttir hvetja fólk til að kynna sér úrval ævintýra- og íþróttaferða hjá Úrvali Útsýn. MYND/ERNIR

> **Við vinnum með öllum flugfélögum og höfum óendanlega möguleika til að gera hlutina. Það er bara hægt að hafa samband, við skipuleggjum hvað sem er.**

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Lifandi fréttamiðill með nýjustu fréttum allan sólarhringinn ásamt ítarlegri umfjöllun um málefni líðandi stundar.

FRÉTTABLAÐIÐ
FRÉTTABLAÐIÐ APP
FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Fréttablaðið.is - stendur undir nafni

Á Bed & Breakfast hóteli er tekið vel á móti gestum og þeim gert hátt undir höfði í upphafi ferðalagsins. Á myndinni eru móttökustjórinn, Kolfinna (í miðju), ásamt Halldóri og Söndru í móttökunni.

Forskot á fríið og frítt stæði

Bed & Breakfast hótelið á Ásbrú við Keflavíkurflugvöll hefur verið íslenskum ferðalöngum til halds og trausts frá árinu 2011. Það er þekktast fyrir að bjóða ókeypis geymslu á bílum gesta á meðan ferðast er og að skutla þeim til og frá Leifsstöð. Þar er dásamlegt að hefja fríið í slökun og ró.

Við erum þekktust fyrir að bjóða ókeypis geymslu á bílum gesta okkar á meðan þeir ferðast um heiminn, og að skutla þeim til og frá Leifsstöð,“ segir Snorri Valsson hótelstjóri. „Þetta hafa fjölmargir Íslendingar nýtt sér um árabil, ekki síst þegar þeir eiga snemmbúið flug og vilja sleppa við stressið sem fylgir því að vakna eldsnemma og keyra Reykjanesbrautina um hánótt.“

Ný heimkynni

Fyrir ári flutti hótelið rekstur sinn í stærra og endurbætt húsnæði við Keilisbraut 762. Með því varð til 130 herbergja samastaður fyrir og eftir ferðalag, fyrir innlenda sem erlenda ferðamenn. Kjarni rómaðrar þjónustu Bed & Breakfast hótels er til staðar en reksturinn hefur líka tekið töluverðum breytingum.

„Þegar ég tók að mér þetta verkefni og fór að spjalla við gestina fékk ég stundum á tilfinninguna að ég hefði ráðið mig í starf bílastæðavarðar,“ upplýsir Snorri hótelstjóri og brosir. „Fátt annað komst að hjá þeim en að ódýrara væri að leggja bílnum hjá okkur en við flugvöllinn og borga fyrir stæði þar. Því varð fljótt að markmiði mínu sem hótelstjóra að auka fagmennsku og skapa andrúmsloft þar sem gestirnir sæju eitthvað stærra og meira þegar þeir hugsuðu til Bed & Breakfast hótelsins, þótt að sjálfsögðu verði alltaf boðið upp á bílageymsluna góðu.“

Áreiðanlegur ferðafélagi

En þótt gestir Bed & Breakfast hótelsins einblíndu í fyrstu á bílageymsluna hefur það ekki dulist neinum að nýi staðurinn býður upp á annað og meira.

„Með því að bóka sig inn á Bed & Breakfast hótelið eru ferðalangarnir í raun að taka forskot á fríið,“ útskýrir Snorri sem fær mikið af gestum að norðan, vestan og austan, en líka af höfuðborgarsvæðinu.

„Allir þessir gestir eiga sameiginlegt að velja áhyggjuleysi fram yfir stress og óðagot á brottfarardegi. Þeir koma afslappaðir til okkar, geta skráð sig inn í flugið með fyrirvara, farið í rólegheitum yfir hvort nokkuð hafi gleymst fyrir ferðalagið, og skilað bíllyklunum af sér í okkar hendur. Þá er fríið í rauninni byrjað og gestirnir geta notið þeirrar sælu að vera komnir í frí með því að fá sér í tána á barnum okkar, snæða kvöldverð á veitingastaðnum Langbest hér við hliðina, eða bara leggjast snemma í koju,“ segir Snorri á heillandi hótelinu, sem víst sparar tíma, fyrirhöfn og peninga.

Bed & Breakfast hótelið býður gestum sínum upp á vakningu í gegnum símakerfið, morgunverður er framreiddur frá klukkan fjögur að morgni og á klukkustundar fresti fer flugvallarskutlan frá hótelinu að Leifsstöð.

„Á meðan flestir aðrir ferðalangar eru illa sofnir af tilhugsuninni um að gleyma einhverju eða lenda í slyddu á leiðinni, njóta okkar gestir þess að vera með áreiðanlegan ferðafélaga sem hjálpar þeim af stað í fríið með töluvert minni áhyggjur í farangrinum,“ segir Snorri stoltur og er löngu hættur að hafa áhyggjur af hlutverki bílastæðavarðarins.

Það er huggulegt ævintýri að hefja frí og slökun á Bed & Breakfast hóteli.

Herbergin eru búin dásamlegum rúmum, flatskjá og nútíma þægindum.

Morgunverðarborðið er girnilegt og er opnað klukkan fjögur á morgnana.

> Okkar gestir njóta þess að vera með áreiðanlegan ferðafélaga sem hjálpar þeim af stað í fríið með töluvert minni áhyggjur í farangrinum.
>
> Snorri Valsson

Frábært fyrir hópa

Í vetur hefur Bed & Breakfast hótelið tekið á móti alls kyns hópum sem eru á leið á vit ævintýranna. Þar nægir að nefna árshátíðarhópa fyrirtækja á leið í sólina, íþróttafélög á leið á skíðamót og saumaklúbba í verslunarferðir.

„Það er virkilega gaman að taka á móti stórum sem litlum hópum ferðafólks sem ákveðið hefur að njóta hvíldar hjá okkur daginn fyrir flug. Það hristir hópinn vel saman fyrir ferðalagið og byrjar gamanið á jákvæðari nótum í stað þess að hittast fyrst í stressinu uppi í flugstöð. Við vonum því að fólk sjái sér áfram hag í því að bóka hjá okkur forskot á fríið,“ segir Snorri.

Bed & Breakfast hótel er á Keilisbraut 762 á Ásbrú við Keflavíkurflugvöll. Sími 426 5000. Sjá nánar á bbhotel.is

Gott er að fela seðla á góðum stað til að grípa í ef neyðarástand skapast.

Peningar til öryggis

Á ferðalagi nota flestir kredit- eða debetkort til að greiða fyrir vörur og þjónustu, enda er það bæði handhægt og þægilegt en ef kortinu er hafnað eða peningaveskið týnist eru góð ráð dýr. Þá er ágætt að eiga peningaseðla einhvers staðar í handraðanum til að grípa til ef neyðarástand skapast. Seðlana ætti ekki að geyma í peningaveskinu heldur koma þeim fyrir á öðrum stað. Ráð er að geyma þá t.d. í sokkunum eða í skóm, í leynivasa á buxum eða jakka, eða koma þeim fyrir á góðum stað í snyrtiveskinu. Brjóstahaldarinn er líka frábær geymslustaður, sem og húfur og hattar. Svo er hægt að sauma seðla innan í jakka- eða kápufóður en þá þarf auðvitað að passa vel upp á flíkina.

Það þarf enginn að fara svangur heim frá Evrópu í sumar.

Matarhátíðir í Evrópu í sumar

Fjölmargar skemmtilegar matarhátíðir eru í boði í Evrópu í sumar sem tilvalið er að heimsækja í sumarfríinu. Ef einhver tekur sumarfríið snemma í Suður-Evrópu má kíkja á Gelato Festival sem haldin er í Flórens á Ítalíu helgina 20.-22. apríl. Hátíðin er helguð ítalska ísnum og flæðir bragðgóður ís bókstaflega um borgina þessa dagana. Prague Food Festival verður haldin í tólfta sinn dagana 25.-27. maí í Prag í Tékklandi. Á þremur dögum gefst gestum kostur á að bragða á því besta í tékkneskri matargerð á ýmsum veitingastöðum, götubásum og krám í einni fallegustu borg Evrópu. Taste of Amsterdam er haldin dagana 1.-3. júní í Hollandi þar sem 24 veitingastaðir bjóða yfir 100 ljúffenga rétti. Auk þess er boðið upp á kennslu og glæsilegan útimarkað. A Taste of Stockholm fer fram dagana 5.-10. júní í höfuðborg Svíþjóðar og laðar til sín árlega um 350.000 gesti. Hátíðin fer fram í Kungsträdgården í miðborg Stokkhólms og þar bjóða bestu veitingastaðir landsins, matarvagnar og smáframleiðendur upp á flest það besta sem sænsk matargerð hefur upp á að bjóða.

Unnendur flatbökunnar og ítalskrar matargerðar ættu að staldra við í Napolí á Ítalíu dagana 16.-24. júní þar sem hátíðin Pizza Village verður haldin. Um er að ræða stærstu pitsuhátíð veraldar og óhætt að lofa gestum bragðgóðum pitsum af öllum stærðum og gerðum.

Stærsta skemmtiferðaskip heims í fyrstu ferð

Í dag siglir stærsta skemmtiferðaskip sögunnar úr höfn með farþega í fyrsta sinn. Skipið, sem heitir Symphony of the Seas, er 228,081 tonn að þyngd og er því meira en 1.000 tonnum þyngra en Harmony of the Seas, sem var áður stærsta skemmtiferðaskip heims. Bæði skipin eru í eigu fyrirtækisins Royal Caribbean, sem á nú 25 skemmtiferðaskip.

Skipið siglir frá Barcelona á Spáni og fer í fimm daga siglingu til Ítalíu. Skipið er hannað fyrir fólk sem hefur gaman af stórum og miklum ferðamannastöðum og er svipað Harmony of the Seas í uppbyggingu, en bætir við ýmsum nýjum eiginleikum.

Þeirra á meðal er tveggja hæða fjölskyldusvíta með rennibraut á milli hæða, endurhannað göngusvæði með alls kyns skemmtun, laser tag svæði og sjávarréttaveitingastaður. Auk þess hefur skipið fleiri káetur en Harmony of the Seas.

Á skipinu rúmast 6680 farþegar og 2200 manns eru í áhöfn skipsins. Skipið hefur verið í byggingu síðan árið 2015 í Frakklandi og kostaði meira en milljarð Bandaríkjadollara.

Fyrstu mánuðina mun það sigla um Miðjarðarhafið frá Barcelona, en svo verður það flutt til Miami til að sigla um Karíbahaf.

Lystiskipið Symphony of the Seas er engin smásmíði. NORDICPHOTOS/GETTY

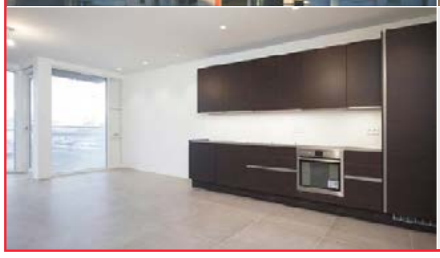
LIND FASTEIGNASALA

510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Þórunn	Hannes	Stefán	Kristján	Sveinn	Ólafur	Hrafn	Bjarni	Þorsteinn	Helga	Vernharð	Lára	Harpa	Gunnar	Arna	Magnús	Halldór
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR LEIGUMIÐLARI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI	AÐSTOÐARMAÐUR FASTEIGNASALA	LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

Sýnum öllum áhugasömum kaupendum samdægurs.



Tryggvagata 13

101 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 50-160 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 2-4

Einstaklega glæsilegar íbúðir í hjarta Reykjavíkur. Sérlega vandaður frágangur og hönnun. Íbúðir í sérflokki. Allar íbúðir afhendast fullbúnar með öllu.

Heyrumst
Ólafur › 822 8283 **Frá 43.500.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 8. apríl 14:00 – 14:30

Álfaheiði 26

200 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 219 fm | EINBÝLI | HERB: 6

Fallegt og mjög vel viðhaldið einbýli á tveimur hæðum. Frábærlega staðsett hús í eftirsóttu hverfi. Tveggja herbergja íbúð með sér inngangi á jarðhæð.

Heyrumst
Ólafur › 822 8283 **89.700.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 8. apríl 15:00 – 15:30

Blöndubakki 3

109 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 93,7 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 4

Mjög góð fjögurra herbergja íbúð á efstu hæð í góðu fjölbýli í Neðra-Breiðholti. Nýlegt eldhús, þrjú góð herbergi, björt og falleg stofa. Hús nýlega málað að utan. Stutt í alla þjónustu.

Heyrumst
Ólafur › 822 8283 **37.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 8. apríl 12:00 – 13:00

Skógarbraut 921

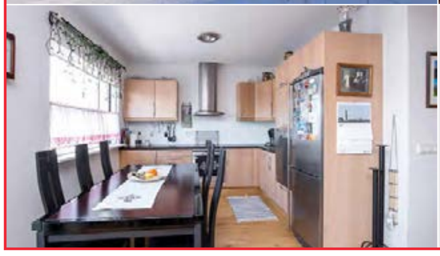
235 REYKJANESBÆR

STÆRÐ: 89-124 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 2-5

Einkar vel skipulagðar og mikið endurnýjaðar íbúðir. Glæsilegar nýjar innréttingar í eldhúsi, ný gólfefni, tvö baðherbergi í stærri íbúðum. Til afhendingar fljótlega.

Heyrumst
Gunnar › 699 3702 **25.5 - 30.9 M KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 9. apríl 17:00 – 17:30



Suðurhólar 35D

111 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 86,1 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 3

Flott íb. á efri hæð. Sérinngangur. Möguleiki á 3.herb. Suð-vestur svalir. Parket og flísar á gólfum, fataskápar í herb. Samtals 6.íbúðir. Steypt hús byggt 2007.

Heyrumst
Bjarni › 662 6163 **42.900.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

OPIÐ HÚS › 8. apríl 15:30 – 16:00

Fagrihjalli 46

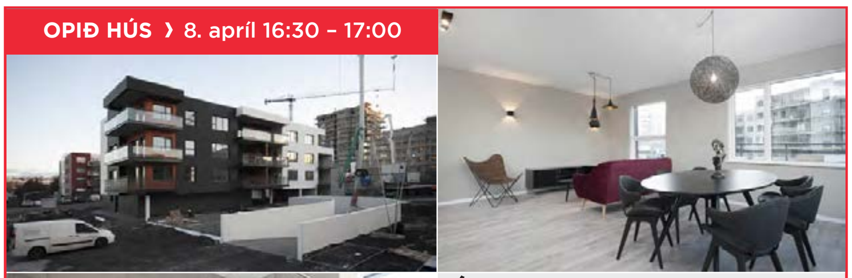
200 KÓPAVOGUR

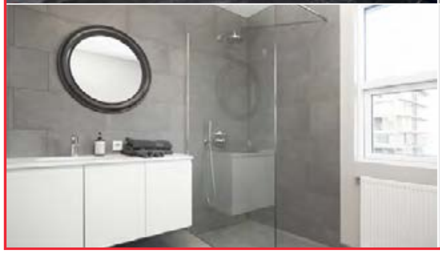
STÆRÐ: 222,1 fm | PARHÚS | HERB: 6

Fallegt og vel staðsett parhús að Fagrahjalla 46. Eignin er staðsett innst í botnlanga með sólríkum timburpöllum og fallegu útsýni.

Heyrumst
Stefán › 892 9966 **84.800.000 KR**
Sölufulltrúi/Í námi til lögg.fasteignasala

OPIÐ HÚS › 8. apríl 16:30 – 17:00





Álalind 10

201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 107-188 fm | FJÖLBÝLI | HERB: 3

Nýjar og glæsilegar íbúðir að Álalind 10, 201 Kópavogi. Afhending við kaupsamning. 4 hæða lyftuhús með 11 íbúðum og fylgir öllum íbúðum stæði í upphitaðri bílageymslu.

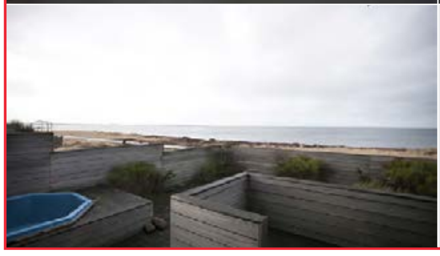
Heyrumst
Stefán › 892 9966 **Verð frá 55 M KR**
Sölufulltrúi/Í námi til lögg.fasteignasala

Veitingastaður

201 KÓPAVOGUR

Til sölu veitingastaður og kaffihús á besta stað í Smáralind. Tíu ára leigusamningur, staðurinn nýlega innréttaður og tekin í gegn. Allar upplýsingar veitir Hannes Steindórsson.

Heyrumst
Hannes › 699 5008
Löggiltur fasteignasali



Gnitanes 2

101 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 218 fm | EINBÝLI | HERB: 7

Fallegt og uppgert 218 fm einbýlishús með bílskúr og 189 fm kjallara á sjávarlóð með miklu einstöku útsýni. Mjög gott skipulag. Harðviðarverönd í kringum húsið. Einstök staðsetning.

Heyrumst
Hannes › 699 5008 **155.000.000 KR**
Löggiltur fasteignasali

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

Helstu bandamenn

Ali Khamenei, æðstiklerkur Írans.

Salman bin Abdulaziz Al Saud, konungur Sádi-Arabíu.

ÍRAN
- Rússland
- Sýrland
- Hezbollah
- Hútar
- Írak

SÁDI-ARABÍA
- Bandaríkin
- Barein
- Jórdanía
- Sýrlenskir uppreisnarmenn
- Jemen
- Kúveit
- Egyptaland
- Sameinuðu arabísku furstadæmin

Í köldu stríði

Íranar og Sádi-Arabar hafa í áratugaraðir tekist á um völdin í Mið-Austurlöndum. Sífellt hitnar í kolunum. Styðja sína hliðina hvorir í Sýrlandi og Jemen.

Þórgnýr Einar Albertsson
thorgnyr@frettabladid.is

Allt frá árinu 1979 hafa Íran og Sádi-Arabía, tvö af stórveldum Mið-Austurlanda, tekist á um áhrif á svæðinu.

Hafa ríkin háð leppstríð í nágrannalöndunum án þess að til beinna átaka á milli ríkjanna tveggja hafi komið. Um er að ræða eiginlegt kalt stríð, það stærsta sem háð er í heiminum í dag.

Trúarlegar rætur

Hið kalda stríð Írans og Sádi-Arabíu á að þó nokkru leyti rætur sínar að rekja aftur til daga Múhameðs spámanns. Eftir andlát spámannsins klofnuðu fylgismenn hans í tvær fylkingar, súnní- og sjíamúslima. Þrátt fyrir að deila sömu trú í grunninn er munur á helgisiðum, lögum, skipulagi og fræðum.

Súnnímúslimar eru eins konar rétttrúnaðartrúflokkur íslams. Nafnið er byggt á frasanum „Ahl al-Sunnah“, eða „fólk hefðarinnar“, og er með þessari hefð átt við að orðum og gjörðum spámannsins sé fylgt til hins ýtrasta.

Samkvæmt úttekt BBC fylgja allir múslimar þessari hefð. En á meðan súnnímúslimar setja hana í algjöran forgang líta sjíamúslimar einnig til visku arftaka Múhameðs spámanns, tengdasonarins Ali. Súnnímúslimar líta aftur á móti svo á að arftaki spámannsins hafi verið Abu Bakr.

Þar sem Íran er stórveldi sjíamúslima, og Sádi-Arabía súnnímúslima, mætti líkja þessu kalda stríði við þrjátíu ára stríð ríkja kristinna mótmælenda og kaþólikka í Evrópu á sautjándu öld.

Veraldlegar rætur

En þótt vissulega megi setja átök þessara stórvelda í samhengi við trú er ekki hægt að líta fram hjá veraldlegum rótum þeirra. Rekja má átökin aftur til írönsku uppreisnarinnar árið 1979 þegar stjórnvöldum, hliðhollum Vesturlöndum, var steypt af stóli og í stað kom ný stjórn sem horfði til siða og hefða sjíamúslima við ákvarðanatöku sína.

Um leið og hin nýja stjórn tók við fór hún að styrkja og styðja hersveitir sjíamúslima utan landamæranna. Yfirvöld í Sádi-Arabíu létu sér ekki duga að fylgjast með heldur styrktu sambandið við hin ríki súnnímúslima á svæðinu, stofnuðu meðal annars Persaflóasamstarfsráðið.

Togstreitan á milli stórveldanna, sem nú börðust um áhrif í nafni sjía- og súnní-íslams, magnaðist ár frá ári. Árið 1987, eftir átök á milli pílagríma af trúflokki sjíamúslima, sem lagt höfðu leið sína til Mekku, við sádiarabíska hermenn, slitu Sádi-Arabar stjórnmálasambandi í þrjú ár.

Á árunum sem fylgdu var ýmislegt í eldlínunni. Til dæmis Saddam Hussein, einræðisherra Íraks og súnnímúslimi. En það var þó ekki fyrr en með arabíska vorinu að þessi nýjasti kafli kalda stríðsins hófst.

Upplausnarástand

Með arabíska vorinu steyptust Mið-Austurlönd í nokkurt upplausnarástand. Einræðisherrum í Túnis og Egyptalandi var steypt af stóli án meiriháttar blóðsúthellinga, konungur Bareins hélt velli eftir að Sádi-Arabar aðstoðuðu stjórnvöld við að kveða niður uppreisnaröldu sjíamúslima, og einræðisherra Líbíu lét lífið í styrjöld um völdin þar í landi.

> REKJA MÁ ÁTÖKIN AFTUR TIL ÍRÖNSKU UPPREISNARINNAR ÁRIÐ 1979 ÞEGAR STJÓRNVÖLDUM, HLIÐHOLLUM VESTURLÖNDUM, VAR STEYPT AF STÓLI.

Það er hins vegar í þeim tveimur ríkjum sem eftir standa, Jemen og Sýrlandi, sem deila Írans og Sádi-Arabíu, sést einna best. Í Sýrlandi styðja Íranar sinn gamla bandamann, Bashar al-Assad forseta, á meðan Sádi-Arabar stilla sér upp við hlið uppreisnarmanna.

Í Jemen er þetta öfugt. Sádi-Arabar styðja ríkisstjórn Abdrabbuh Mansour Hadi forseta á meðan Íranar eru sagðir styðja Húta, uppreisnarmennina sem vilja komast til valda, þótt þeir viðurkenni það ekki endilega sjálfir.

Með hverjum sigri fæst nýr bandamaður, nýtt áhrifasvæði.

Sambandi slitið á ný

Þann 2. janúar 2016 varð svo önnur vending í hinu kalda stríði. Ekki var um styrjöld að ræða heldur aftöku. Tóku Sádi-Arabar af lífi sjíaklerkinn Nimr al-Nimr. Sá var lykilmaður í mótmælum gegn sádiarabískum yfirvöldum í austurhluta landsins, þar sem sjíamúslimar eru í meirihluta, árið 2011.

Nimr var í hávegum hafður á meðal sjíamúslima. Vakti aftaka hans því reiði Írana. Mótmælendur réðust á sendiráð Sádi-Araba í írönsku höfuðborginni Teheran. Deilan varð til þess að Sádi-Arabar og bandamenn þeirra slitu aftur stjórnmálasambandi við Íran.

Stjórnmálasambandi hefur ekki enn verið komið á, nú rúmum tveimur árum eftir árásina á sendiráðið í Teheran.

Litið til Líbanon

Enn hitnaði svo í köldu stríði stórveldanna undir lok síðasta árs þegar Saad al-Hariri, forsætisráðherra Líbanons, sagði af sér á meðan hann var í opinberri heimsókn í Sádi-Arabíu. Kenningar voru uppi um að afsögnin, sem síðar var dregin til baka, hafi komið til að kröfu Sádi-Araba.

Sádi-Arabar eru bandamenn Líbana á meðan Íranar hafa verið sagðir styðja Hezbollah-samtökin, helstu stjórnarandstöðuna og skæruliðaher þar í landi. Afsagnar Hariri á að hafa verið krafist vegna þess hve illa honum hefur gengið að uppræta áhrif Hezbollah í heimalandinu. Sádi-Arabar hafi sem sagt óttast að missa bandamann sinn í Líbanon.

Önnur átök

Þá eru ótalin yfirstandandi átök í Írak, Barein, Katar, Afganistan, og Palestínu svo fátt eitt sé talið.

Íransstjórn hefur undanfarið einbeitt sér að því að styðja Íraka í stríðinu við íslamska ríkið. Ekki er þó um leppstríð að ræða líkt og í Jemen því Sádi-Arabar eru ekki sterklega orðaðir við stuðning við ISIS.

Í Barein hafa Sádi-Arabar reynt að styrkja gott samband sitt við yfirvöld þar í landi. Bareinar hafa svo sakað Írana um að standa að árásum þar í landi.

Samband Sádi-Araba við yfirvöld í Katar hefur svo farið í hundana vegna tengsla Katara við Íran. Ríkin fylktu sér einnig hvort að baki sinni fylkingunni í stríðinu í Afganistan. Þá hafa ríkin bæði reynt að leysa deilu Ísraels og Palestínu. Íranar hafa stutt Hamas og Hezbollah á meðan Sádi-Arabar hafa þrýst á viðræður.

Stríðið í Jemen

Það leppstríð sem hefur haft hvað mest áhrif á deilu ríkjanna er án nokkurs vafa í Jemen. Eftir arabíska vorið steyptist Jemen, líkt og önnur ríki á svæðinu, í upplausnarástand. Áratugagömul hreyfing Húta leiddi, og leiðir enn, uppreisnina gegn Hadi forseta. Uppreisnarmenn náðu höfuðborginni Sana áður en Sádi-Arabar hófu innrás sína í Jemen og komu aftur á ríkisstjórn Hadis í borginni Aden.

Stríðið hefur kostað tugi þúsunda lífið og hrakið milljónir frá heimilum sínum. Það hefur gert illt verra að kólerufaraldur hefur geisað og þá er ríkið sömuleiðis á barmi hungursneyðar.

Þótt stuðningur Íransstjórnar við Húta sé ekki opinber þykir víst að hann sé raunverulegur. Eru Íranar meðal annars sagðir sjá Hútum fyrir vopnum. Því hafa eldflaugaskot Húta undanfarið, í átt að sádiarabísku höfuðborginni Riyadh, fært hita í kalt stríð stórveldanna.

Stríðið í Jemen hefur haft hörmulegar afleiðingar. NORDICPHOTOS/AFP

HELGARTILBOÐ

OPIÐ ALLA HELGINA – LAU. 11-16 og SUN. 13-17 Á SUÐURLANDSBRAUT OG LAU. 10-17 og SUN. 13-17 Á GLERÁRTORGI

WHIRLPOOL DAGAR

ALLAR WHIRLPOOL VÖRUR
Á 15-50% AFSLÆTTI

6. – 15. APRÍL

ÞVOTTAVÉLAR - ÞURRKARAR - UPPÞVOTTAVÉLAR - ÍSSKÁPAR - FRYSTISKÁPAR - FRYSTIKISTUR - HELLUBORÐ - OFNAR - HÁFAR - ÖRBYLGJUOFNAR - ELDAVÉLAR

Philips 55POS9002
55" OLED snjallsjónvarp með Android 6.0 (Marshmallow) stýrikerfi og UHD 4K 3840x2160 upplausn. Rammalaus og stílhrein hönnun með 3ja átta Ambilight baklýsingu og 30W RMS DTS HD Premium Sound hljóðkerfi. Allir helstu tengimöguleikar ásamt MyRemote appi fyrir snjalltæki. Bestu kaupin samkvæmt EISA 2017-2018.

TILBOÐ
249.995
FULLT VERÐ 278.995

Philips 65OLED873
65" OLED snjallsjónvarp með Android 6.0 (Nougat) stýrikerfi og UHD 4K 3840x2160 upplausn. Rammalaus og stílhrein hönnun með 3ja átta Ambilight baklýsingu og öflugu 50W RMS DTS HD Premium Sound hljóðkerfi. Allir helstu tengimöguleikar ásamt MyRemote appi fyrir snjalltæki.

TILBOÐ
399.995
FULLT VERÐ 449.995

PHILIPS

Philips FC824109
Orkusparandi PowerGo range ryksuga með 750W mótor og ECARF ofnæmisvottun. Tekur allt að 3L ryksugupoka (S-bag) og hefur langa 9m snúru.

TILBOÐ
9.995
FULLT VERÐ 14.995

ÖLL SOUS VIDE TÆKI
20% AFSLÁTTUR

Öll Sous Vide tæki og lofttæmingarvélar á 20% afslætti um helgina.

iRobot

iRobot 895
Irobot ryksuguvélmenni með nýju og endurbættu AeroForce hreinsikerfi sem hreinsar allt að 50% betur en eldri gerðir. Háþróað burstakerfi fjarlægir vandlega dýrahár, smáryk og önnur óhreinindi. Fyrirferðalítil og app stýrð með iRobot HOME appi þar sem má stilla þrif fram í tímann, skoða leiðbeiningarmyndbönd og sækja villuhjálp hratt og örugglega. Sýndarveggur fylgir.

TILBOÐ
79.995
FULLT VERÐ 99.995

Opið alla helgina
á Glerártorgi og Suðurlandsbraut!

Heimilistæki ht.is

7 VERSLANIR UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • Austurvegi 34 **SELFOSSI** S: 414 1745 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRTORGI **AKUREYRI** S: 460 3380 • KAUPVANGI 6 **EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • ÞJÓÐBRAUT 1 **AKRANESI** S: 431-3333 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

Konan sem Mandela gat ekki fyrirgefið

Winnie Mandela lést nýlega, 81 árs gömul. Rétt eins og maður hennar, Nelson Mandela, helgaði hún líf sitt baráttu gegn aðskilnaðarstefnunni. Hún sagði eitt sinn að hún hefði aldrei þekkt eiginmann sinn.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrun@frettabladid.is

Winnie Mandela lést nýlega, 81 árs gömul. Í hugum fjölmargra var hún hetja vegna baráttu sinnar gegn aðskilnaðarstefnu í Suður-Afríku og kölluð móðir þjóðarinnar. Aðrir litu á hana sem hættulega konu sem einskis svifist til að ná fram markmiðum sínum.

Winnie Madikizela var 22 ára félagsráðgjafi þegar hún kynntist Nelson Mandela sem þá starfaði sem lögfræðingur. Hann hafði verið kvæntur Evelyn Mase í þrettán ár. Þau Evelyn eignuðust fjögur börn. Eftir að níu mánaða dóttir þeirra dó gerðist Evelyn afar trúuð en Nelson sneri sér í auknum mæli að stjórnmálastarfi. Á síðustu hjónabandsárum sínum deildu hjónin oft. Evelyn sakaði Nelson um að hafa í einu rifrildi þeirra tekið um háls hennar, hrist hana og æpt á hana og í öðrum deilum að hafa kýlt hana og reynt að kyrkja hana. Nelson neitaði þessum ásökunum. Hjónin skildu árið 1958. Þegar Nelson var sleppt úr fangelsi árið 1990 urðu einhverjir til að líkja honum við Krist. „Hvernig er hægt að líkja manni sem drýgði hór og yfirgaf konu sína og börn við Krist? Heimurinn dáir Nelson um of. Hann er bara maður," sagði Evelyn. Seinna sagði hún að Nelson hefði verið eini maðurinn sem hún hefði nokkru sinni elskað.

Nelson sagði að þegar hann hitti Winnie í fyrsta sinn hefði honum liðið eins og hann hefði orðið fyrir eldingu. Hann var gagntekinn af henni, enda hafði hún til að bera sterkan persónuleika, var mjög greind og hafði mikla útgeislun. Að hennar sögn bað hann hennar aldrei. Eitt sinn þegar þau voru í bíltúr stöðvaði hann bílinn og sagði henni að hún ætti að hitta saumakonu sem myndi sauma á hana brúðarkjól. „Hversu margar brúðarmeyjar viltu hafa?" spurði hann svo. „Hvenær giftum við okkur?" svaraði Winnie.

Ég vil ekki sjá ykkur gráta

Þau Nelson eignuðust tvær dætur en eyddu ekki miklum tíma saman. „Það var ekki hægt að slíta Nelson frá fólkinu, baráttan og þjóðin var í fyrsta sæti. Þegar ég fæddi börn mín var hann ekki viðstaddur, þótt hann væri ekki í fangelsi á þeim tíma Ég hef aldrei búið með Mandela. Ég hef aldrei upplifað það að eiga nána fjölskyldu þar sem ég sat við eldhúsborðið með manni mínum og börnum. Ég á engar slíkar góðar

> ÉG VIL EKKI SJÁ YKKUR GRÁTA, SÉRSTAKLEGA EKKI FYRIR FRAMAN ÓVININN. ÞIÐ EIGIÐ ALDREI AÐ SÝNA ÓVININUM VEIKLEIKA YKKAR.

minningar," sagði Winnie. Þremur árum eftir brúðkaup þeirra var Nelson á flótta og hann var síðan handtekinn og dæmdur í ævilangt fangelsi. „Hluti af sálu minni fylgdi honum á þeim tíma," sagði Winnie.

Meðan Nelson sat í fangelsi hélt Winnie áfram að berjast gegn aðskilnaðarstefnunni og dró hvergi af sér. Lögreglan réðst inn á heimili hennar og dró hana út meðan ungar dætur hennar æptu af skelfingu. Hún sat í fangelsi, var rúmt ár í einangrunarvist og var send í útlegð. „Það versta var að vera án barna minna og hafa ekki tækifæri til að sinna foreldrahlutverkinu," sagði Winnie. Hún sagði einnig að hvorki hún né Nelson hefðu nokkru sinni haft tækifæri til að vera foreldrar barna sinna. Hún var hörkutól og lagði dætrum sínum lífsreglurnar, sem voru: „Ég vil ekki sjá ykkur gráta, sérstaklega ekki fyrir framan óvininn. Þið eigið aldrei að sýna óvininum veikleika ykkar."

Ofbeldi og framhjáhald

Þegar Nelson var sleppt úr fangelsi árið 1990 eftir 27 ára vist leiddust hjónin. Þau virtust hamingjusöm saman en svo var þó alls ekki. Vinkona Mandela sagði að heitasta ósk Nelsons á þeim tíma hefði verið að eiga fjölskyldulíf með konu sinni og börnum. Það var hins vegar ómögulegt.

Mikill pólitískur ágreiningur var milli hjónanna. Lífverðir og liðsmenn Winnie höfðu gerst sekir um viðbjóðslega glæpi. Þeir höfðu drepið að minnsta kosti þrjá unga blökkumenn, misþyrmt ýmsum sem stimplaðir voru sem óvinir Winnie og nauðgað ungum stúlkum. Einn lífvarða Winnie sagði hana hafa fyrirskipað mannrán og morð. Það var ómögulegt fyrir Nelson Mandela að sætta sig við slíkt. Við þetta bættust fregnir af ástarsamböndum Winnie. Meðal ástmanna hennar var lögfræðingur sem var 30 árum yngri en hún. Fréttir af sambandi þeirra rötuðu á síður dagblaðs. Á þessum tíma var Winnie dæmd fyrir aðild að mannráni og var dæmd til að greiða sekt. Stuttu eftir að réttarhöldum yfir henni lauk fór Winnie til Bandaríkjanna og vildi taka elskhuga sinn með sér. Nelson tók því ekki vel. Winnie samþykkti að fara ein en tók elskhugann samt með sér. Þegar Nelson hringdi í Winnie til New York svaraði elskhuginn símanum.

Ég þekkti hann alls ekki

Það var komið að endastöð. Í skilnaðarmáli þeirra hjóna kom greinilega fram hvaða hug Nelson bar til konu sinnar. Í dómsal ávarpaði hann dómarann og sagði að ekkert gæti fengið hann til að sættast við eiginkonuna: „Ég er staðráðinn í því að losna úr þessu hjónabandi," sagði hann. Hann lýsti vonbrigðunum, vanlíðan og einmanaleika í hjónabandinu og sagði að Winnie hefði aldrei komið inn í svefnherbergi þeirra nema þegar hann var sofandi.

Nokkru eftir að Nelson varð forseti Suður-Afríku hitti John Carlin, einn af ævisöguriturum Nelsons Mandela, vin forsetans. Sá var helsti trúnaðarmaður Nelsons og einn örfárra sem forsetinn ræddi einkalíf sitt við. Vinurinn sagði við Carlin: „Nelson hefur fyrirgefið öllum óvinum sínum en hann getur ekki fyrirgefið Winnie."

Þegar Nelson Mandela lá banaleguna og var í öndunarvél kom Winnie til hans. Líf þeirra hafði verið samtvinnað í áratugi en samt höfðu þau eytt svo litlum tíma saman. „Hinn heilagi sannleikur er sá að ég þekkti hann alls ekki," sagði Winnie við ævisöguritara Nelsons Mandela.

„Ég hef aldrei búið með Mandela," sagði Winnie eitt sinn. MYNDIR/NORDICPHOTOS/GETTY

Winnie í útlegð í Brandfort í Suður-Afríku árið 1977.

Winnie með Edward Kennedy.

tl.is

20% AF TÖLVUSKJÁM ALLA HELGINA !

OPIÐ Á SUÐURLANDSBRAUT OG GLERÁRTORGI Á LAUGARDAG OG SUNNUDAG.

TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK	AKUREYRI	HÚSAVÍK	EGILSSTAÐIR	REYKJANESBÆR	SELFOSS	AKRANES
SUÐURLANDSBRAUT 26	GLERÁRTORG	GARÐARSBRAUT 18A	KAUPVANGI 6	HAFNARGÖTU 90	AUSTURVEGI 34	ÞJÓÐBRAUT 1

Ungt fólk í stjórnmálum

Hreindís vill auka aðgengi barna að menningu og listum í borginni. FRÉTTABLAÐIÐ/ STEFÁN KARLSSON

Leigumarkaðurinn er eins konar lottó

Hreindís Ylva Garðarsdóttir Holm er einna yngst á lista Vinstri grænna til borgarstjórnar í vor og vill leggja höfuðáherslu á húsnæðismál, menningu og listir, femínisma og geðheilbrigðismál.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Hreindís Ylva Garðarsdóttir Holm er fædd 1. mars 1989 og situr í fjórða sæti á lista Vinstri grænna til borgarstjórnar í vor. Hún er leikkona og lauk námi frá hinum virta Guildford School of Acting í Bretlandi.

„Ég ákvað ellefu ára gömul að verða leikkona,“ segir Hreindís Ylva frá. Íslendingar þekkja hana ef til vill af fjölunum eða hvíta tjaldinu. Hún fór til að mynda með hlutverk í kvikmyndinni Óróa eftir Baldvin Z.

Hreindís Ylva hefur haft mörg járn í eldinum allt frá uppvexti og því kemur það líklega þeim sem þekkja hana ekki á óvart að hún taki nú virkan þátt í stjórnmálum. Hún stundaði einnig nám við Tónlistarskóla FÍH á jazzsöngbraut og hóf nám í stjórnmálafræði.

„Það er fremur stutt síðan ég hóf afskipti af stjórnmálum. Þótt ég hafi alla tíð haft mikinn áhuga á þeim,“ segir Hreindís Ylva.

„Ég var svolítið með mínar skoðanir á kantinum. Ég bjó í London í sex ár, á meðan ég stundaði leiklistarnám og einbeitti mér eingöngu að leikhúsi og leiklist. Ég flutti svo heim árið 2016 og þá stóðu yfir kosningar í kjölfar Panamalekans,“ segir Hreindís Ylva sem ákvað á þeim tímapunkti að hefja nám í stjórnmálafræði. „Ég fór á svokallaðar leiðtogaumræður og hitti þar Katrínu Jakobsdóttur. Frá þeim tímapunkti dróst ég inn í heim stjórnmála og það verður ekki aftur snúið,“ segir Hreindís Ylva sem nefnir Katrínu Jakobsdóttur sem eina af þeim stjórnmálamanneskjum sem hún lítur mest upp til.

„Það eru ótrúlega margar, og þar eru konur í meirihluta. Mér finnst setning sem vinkona mín sagði við mig einu sinni lýsa því vel hvernig mér líður stundum: „Við stöndum á öxlunum á risum,“ og var þá um að ræða allar ótrúlegu konurnar sem hafa farið á undan okkur og rutt brautina, súffragettur, rauðsokkur og allar konurnar sem fengu virkilega að heyra það fyrir það eitt að reyna að kjósa og/eða bjóða sig fram. En ef ég má bara velja eina þá ætla ég, og þetta er kannski klisja, að nefna formann minnar eigin hreyfingar og forsætisráðherra, Katrínu Jakobsdóttur. Ég hef dáðst að henni af kantinum öll hennar ár í stjórnmálum og það er svo gott þegar einhver sem maður hefur litið upp til veldur svo ekki vonbrigðum við persónuleg kynni. Ég verð henni ævinlega þakklát fyrir að taka sér tíma til að setjast niður með ungri konu sem hafði ótal spurningar um hvernig væri best að snúa sér ef hún vildi prófa pólitík. Hún er hrein og bein, eldklár og sönn, jarðbundin og á sama tíma ótrúlega fyndin og skemmtileg kona,“ segir Hreindís Ylva.

Ákvörðun hennar um að taka virkan þátt í stjórnmálum vatt upp á sig og hún fékk tækifæri til áhrifa.

„Ég held að í stjórnmálum gildi að einhverju leyti sömu lögmál og í leiklist. Það er réttur staður og stund fyrir þig. Í mínu tilfelli small allt saman og ég tók þátt í stjórnmálastarfi með Vinstri grænum. Það urðu óvænt aðrar kosningar og þá tók ég ellefta sæti á lista í Reykjavík norður. Ég lærði mjög mikið á því,“ segir Hreindís Ylva. Spurð hvort ákveðin reynsla hafi mótað hana og komi að gagni í stjórnmálum nefnir Hreindís Ylva afa sinn sem fyrirmynd.

„Mér hefur stundum fundist merkileg tilviljun að einmitt á sama tíma og ég tók þá ákvörðun að sökkva mér á kaf í pólitík þá lést afi minn sem var alla tíð mjög pólitískur og mikill vinstri maður og var virkilega ánægður með að ég var farin að taka þátt í pólitík. Kannski svolítið eins og ég hafi tekið við hans kyndli, sem er mikill heiður.

Eins gaf það að taka virkan þátt í #metoo-hreyfingunni mér byr undir báða vængi og sýndi mér hvað einstaklingar geta virkilega breytt miklu,“ segir hún frá.

Hreindís Ylva starfar nú bæði sem leiklistar- og söngkennari. „Listir og menning fyrir börn og þátttaka þeirra er mér ofarlega huga. En líka almennt aðgengi fólks að listum og menningu. Ég vil auka aðgengi fólks að menningarstofnunum okkar. Fólks sem býr við ýmiss konar skerðingar sem hamlar því að það geti notið til dæmis leiksýninga eða tónleika,“ segir Hreindís Ylva og nefnir dæmi frá London. „Þar tíðkast að halda sýningar sem eru afslappaðar, þar er kannski sleppt björtum og skerandi ljósum og hvellum hávaða. Þar fá þeir sem eru með tourette að trufla án þess að hafa af því áhyggjur,“ segir hún og vill að menningarstofnanir borgarinnar bjóði upp á sýningar í þessum anda.

„Ég vil einnig auka aðgengi barna. Ég kenni 130 börnum í hverri viku. En ég hef samt aðeins kennt einu barni sem hefur ekki íslensku að móðurmáli. Það getur ekki verið að börn innflytjenda hafi ekki áhuga. Ég held að það vanti að bjóða þeim upp á þetta, að aðstoða foreldra þeirra. Ég held að lausnin sé að færa listir og menningu í auknum mæli til skólanna, mér finnst þetta mikilvægt.“

Hreindís Ylva nefnir einnig að húsnæðismálin séu þau allra mikilvægustu í hugum ungs fólks. Hún leigir íbúð í Fossvogi og sér ekki fram á að geta keypt sér íbúð.

„Leiga í Reykjavík er almennt fáránlega há. Ég sá stúdíóíbúð auglýsta á dögunum á 190.000 krónur. Markaðurinn er svona af því hann getur verið svona. Það er auðvitað vonlaus staða sem blasir við ungu fólki á húsnæðismarkaði, vonlaust að kaupa og leigumarkaðurinn er einhvers konar lottó,“ segir Hreindís Ylva.

frettabladid.is Viðtalið má lesa í lengri útgáfu á Fréttablaðið.is

Myndir úr lífi Hreindísar

Hreindís Ylva á að baki fjölbreytta menntun og starfsferil þrátt fyrir ungan aldur. Hún hefur bæði starfað við leiklist og söng. Hún keppti í Eurovision og hefur starfað sem flugfreyja, svo fátt eitt sé upptalið.

Jeep
FRUMSÝNING
JEEP® GRAND CHEROKEE MEÐ 33” BREYTINGU
VELKOMIN(N) Á GLÆSILEGA JEPPASÝNINGU
Í DAG Á MILLI KL. 12 - 16.
EINNIG VERÐA TIL SÝNIS OG REYNSLUAKSTURS
JEEP® GRAND CHEROKEE, JEEP® CHEROKEE,
JEEP® COMPASS, OG JEEP® RENEGADE.
GRAND CHEROKEE
FRÁ KR. 8.690.000
CHEROKEE
FRÁ KR. 6.390.000
COMPASS
FRÁ KR. 5.490.000
RENEGADE
FRÁ KR. 4.390.000
WRANGLER
ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF
AFLMIKLAR EYÐSLUGRANNAR DÍSELVÉLAR
Birt með fyrirvara um prentvillur.
ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ
Umboðsaðili Jeep - Þverholti 6 - 270 Mosfellsbær - s. 534 4433 - www.jeep.is
www.isband.is - isband@isband.is - Opið virka daga 10-18 - Laugardaga 12-16

VINNINGASKRÁ

HAPPDRÆTTI SÍBS

4. FLOKKUR 2018
ÚTDRÁTTUR 5. APRÍL 2018

Happdrætti SÍBS er hornsteinn framkvæmda á Reykjalundi

AÐALVINNINGUR **kr. 5.000.000**
79181

AUKAVINNINGAR **kr. 100.000**
79180 79182

PENINGAVINNINGAR **kr. 500.000**

3613	12901	18623	23445	27285	30559	50605	52113	71982	74697

PENINGAVINNINGAR **kr. 50.000**

281	5865	13697	21877	30027	37610	44360	50788	55406	60756	66570	74133
309	5917	14054	21925	30418	37679	44392	51077	55597	61188	66834	74170
463	6129	14392	23024	31010	37922	44426	51096	55708	61329	67113	74343
599	6297	14405	23270	31218	38002	45183	51139	55967	62112	67154	74814
658	6379	14757	23962	31527	38737	45273	51302	56399	62354	67161	75175
1083	6542	15157	24682	31990	39704	45617	51356	57069	63148	68518	75399
1158	6632	15401	24754	32659	39723	46293	51448	57158	63159	68903	75621
1383	6827	15723	25164	33008	40012	46606	51649	57381	63170	69039	76517
2227	7980	16134	25580	33428	40564	46702	51761	57835	63216	69288	76853
2886	8722	16413	25872	33873	40611	47101	52007	58020	63229	69623	76909
3035	9057	16750	25923	34121	40960	47470	52418	58381	63240	69658	77129
3119	9264	16806	26191	34740	41048	47650	52528	58512	63285	69912	77544
3403	10564	16840	26204	35153	41466	48314	52862	58530	63301	69984	77547
3558	10685	16896	26632	35627	41496	48733	53124	58656	63348	70769	77565
4084	11003	16937	26918	35794	41530	49019	53346	58736	63610	70921	77757
4162	12018	17923	27189	35829	41735	49147	53912	59078	64364	71223	77988
4267	12319	17924	27454	36314	42528	49226	54372	59536	64946	71996	78064
4272	13013	18078	27584	37134	42736	49897	54432	59685	65238	72512	79563
4310	13028	19424	27983	37208	42883	50038	54455	59839	65555	73975	79815
5144	13079	20183	29104	37318	43222	50515	54653	59911	65640	74010	
5640	13301	20933	29258	37366	44198	50545	54775	60270	66108	74123	

VÖRUÚTTEKT HJÁ HAGKAUPUM **kr. 30.000**

11	6871	13968	20576	27194	33789	40639	47253	53913	61766	68911	74313
34	7182	14003	20900	27305	33837	40676	47327	53919	61791	68928	75003
564	7257	14057	20986	27711	33857	40838	47466	53979	61850	68992	75137
629	7353	14160	21112	27822	33858	40850	47485	53981	61895	69018	75179
633	7647	14348	21162	28076	33931	40983	47557	53991	61998	69051	75485
657	8005	14601	21199	28348	34032	41007	47708	54497	62175	69285	75588
689	8238	14607	21218	28375	34075	41035	47786	54651	62258	69379	75782
741	8300	14644	21385	28534	34125	41218	47904	54665	62303	69396	75922
899	8343	14813	21497	28566	34133	41610	48021	54842	62527	69494	76033
1076	8545	14864	21910	28579	34378	41789	48217	54844	62565	69553	76058
1151	9059	14897	21940	28680	34587	41809	48262	54980	62780	69621	76147
1317	9064	15052	21987	28912	34647	42184	48281	55037	62857	69711	76317
1374	9128	15582	22000	28953	34910	42194	48389	55095	62931	69719	76542
1394	9204	15650	22047	28972	35152	42381	48414	55351	63261	69760	76608
1534	9276	15672	22078	28978	35299	42612	48584	55394	63338	69761	76699
1565	9308	15705	22148	29078	35318	42728	48776	55581	63444	69952	76844
1941	9371	15715	22459	29239	35401	42761	48889	55835	63560	70155	76889
2643	9374	15726	22488	29582	35491	42785	48903	55935	63661	70321	77051
2674	9397	16440	22529	29660	35544	42907	48916	56102	63993	70423	77083
2912	9520	16461	22935	29740	35741	42934	49093	56148	64176	70457	77167
3063	9663	16491	22939	29822	35872	43134	49156	56181	64228	70676	77236
3485	9723	16583	23000	30000	36053	43221	49186	56260	64352	70964	77446
3552	9737	16648	23238	30057	36152	43499	49371	56325	64487	71015	77462
3612	9874	16877	23338	30292	36197	43529	49376	56395	64558	71030	77807
3699	10263	16936	23589	30350	36574	43895	49915	56422	64663	71255	77959
3982	10384	16958	23743	30358	36695	44194	50055	56506	64792	71453	78139
4050	10507	16978	23809	30383	36713	44375	50080	56864	65119	71474	78183
4164	10686	16984	23994	30428	36764	44386	50282	56878	65145	71570	78253
4247	10727	17151	24039	30453	36896	44425	50397	57015	65150	71610	78670
4366	10735	17249	24229	30794	36914	44581	50528	57020	65319	71765	78684
4394	10816	17518	24290	30813	37079	44764	50702	57215	65476	71937	78769
4466	10936	17604	24299	30850	37423	44849	50703	57253	65705	72002	78772
4620	11016	17870	24390	31026	37655	45041	50776	57385	65710	72221	78773
4639	11141	18094	24937	31100	37832	45132	51080	57934	66286	72289	78972
4663	11212	18402	25218	31406	38099	45142	51343	58244	66296	72491	79188
4674	11380	18582	25354	31650	38111	45346	51398	58511	66599	72596	79234
4784	11592	18584	25384	32042	38129	45629	51426	58583	66618	72641	79254
4831	11597	18714	25476	32070	38145	45635	51451	58972	66734	72662	79320
4896	11650	18730	25487	32104	38464	45807	51552	59112	67439	72912	79466
4924	11713	18754	25671	32391	38480	45848	51990	59129	67508	73073	79471
5002	11988	18760	25676	32525	38584	45867	52184	59292	67611	73118	79509
5075	11995	18793	25852	32578	38673	45899	52226	59396	67655	73264	79541
5181	12003	18806	26353	32663	38684	46246	52541	59658	67773	73276	79551
5205	12156	19024	26380	32719	38772	46304	52651	59668	67844	73351	79977
5265	12246	19434	26435	32735	39253	46356	52653	59690	68047	73384	79986
5504	12251	19468	26452	32791	39308	46579	52664	59807	68268	73412	
5719	12418	19490	26542	33037	39316	46682	52734	60280	68400	73761	
6168	12929	19526	26579	33040	39563	46714	53095	60298	68416	73873	
6277	13009	19600	26636	33049	39606	46724	53108	60567	68449	73961	
6322	13032	19765	26685	33188	39642	46760	53210	61085	68465	74034	
6698	13148	19770	26700	33222	39711	46957	53337	61226	68500	74107	
6716	13614	20126	26860	33270	39925	47105	53521	61262	68601	74157	
6723	13635	20260	27023	33281	40419	47108	53656	61317	68802	74214	
6764	13681	20425	27061	33464	40552	47114	53682	61412	68814	74252	
6818	13932	20565	27078	33489	40608	47245	53810	61631	68852	74257	

PENINGAVINNINGAR **kr. 20.000**

10	6688	12058	18928	26020	32661	39208	46377	54448	60685	68002	74967
35	6860	12075	19071	26109	32751	39314	46466	54577	60849	68037	75009
74	6940	12125	19083	26138	33029	39439	46745	55054	60889	68068	75029
124	6961	12155	19692	26211	33051	39614	46786	55161	60890	68427	75172
130	6967	12223	19699	26329	33091	39671	46871	55258	60985	68709	75211
342	7021	12654	19735	26340	33126	39719	46920	55261	61022	68853	75247
358	7022	12694	19979	26390	33225	39777	46933	55273	61116	68900	75299
435	7046	12757	19984	26470	33227	40092	47054	55428	61139	68915	75349
582	7224	12758	20191	26682	33484	40252	47119	55442	61230	68968	75366
682	7273	13042	20445	26701	33619	40289	47215	55473	61708	69011	75424
1113	7296	13093	20455	26786	33638	40318	47340	55649	61732	69137	75653
1343	7385	13162	20560	26907	33692	40323	47469	55769	61802	69144	75748
1794	7399	13350	20753	26920	33743	40847	47639	55810	61832	69237	75808
1849	7405	13411	20791	27055	34192	40879	47666	55939	61939	69261	75855
1851	7565	13452	20807	27087	34193	41133	47681	56050	62094	69265	75860
2030	7616	13494	20829	27092	34303	41237	47685	56143	62103	69408	75875
2193	7668	13757	20924	27126	34342	41283	48006	56171	62485	69668	75952
2266	7825	13944	20954	27137	34372	41329	48172	56217	62665	69764	76006
2393	7919	13991	21000	27167	34561	41339	48385	56340	62709	69776	76016
2504	8184	14035	21241	27284	34562	41352	48449	56402	62778	69781	76108
2515	8451	14176	21249	27332	34672	41365	48585	56499	62797	69799	76153
2698	8475	14233	21319	27389	34766	41622	48861	56792	62879	69810	76323
2713	8498	14241	21349	27483	34802	41714	48863	56834	63055	69835	76339
3229	8627	14523	21362	27813	34939	42048	48895	56861	63198	69930	76396
3571	8741	14571	21445	28014	34991	42185	48910	56998	63341	70061	76434
3626	8766	14602	21481	28136	35011	42221	49008	57002	63428	70118	76506
3642	8918	14876	21549	28201	35260	42257	49092	57021	63474	70269	76512
3661	8939	14945	21606	28299	35323	42293	49477	57037	63487	70274	76524
3703	8989	15027	21715	28355	35379	42347	49494	57115	63559	70313	76770
3766	9012	15073	21804	28379	35403	42362	49667	57177	63603	70393	76834
3821	9050	15147	21858	28435	35409	42441	49939	57325	63696	70577	76933
3881	9051	15276	21909	28466	35418	42549	50106	57444	63866	70919	77026
3882	9062	15293	22011	28786	35471	42673	50287	57451	63959	70951	77242
4261	9099	15314	22094	28787	35487	42876	50318	57465	64037	71094	77266
4277	9126	15316	22195	28888	35551	42892	50330	57604	64221	71197	77755
4302	9210	15403	22415	28902	35623	42953	50521	57613	64302	71219	77772
4429	9257	15602	22427	28924	35966	43031	50542	57632	64386	71246	77823
4577	9310	15803	22434	29027	36143	43059	50811	57660	64414	71318	77932
4642	9411	15878	22445	29030	36146	43261	50868	57774	64472	71442	77965
4764	9424	15879	22733	29074	36257	43328	50986	57779	64500	71493	78256
4772	9468	15919	22743	29077	36263	43415	51431	57808	64590	71511	78270
4822	9591	16071	22755	29081	36454	43427	51491	57810	64793	71657	78273
4868	9700	16103	22860	29170	36458	43497	51623	57900	64799	71847	78427
4948	9718	16365	23028	29179	36584	43552	51892	57970	64842	71898	78438
5033	9726	16415	23093	29295	36664	43715	52040	58149	64953	72292	78536
5090	9835	16569	23096	29349	36699	43720	52048	58232	65339	72320	78702
5093	9949	16590	23210	29441	36719	43926	52142	58363	65359	72335	78723
5138	10238	16677	23412	29627	36865	43971	52161	58464	65488	72342	78814
5156	10296	16794	23421	29705	36873	44029	52302	58474	65523	72548	78894
5250	10320	16831	23717	29820	37076	44082	52370	58495	65597	72597	78928
5309	10368	16869	23752	29850	37101	44088	52411	58538	65670	72598	79328
5362	10402	16948	23755	29884	37392	44126	52455	58598	65678	72639	79338
5411	10416	17096	23797	30122	37445	44328	52516	58758	65897	72849	79371
5457	10637	17184	23806	30614	37550	44533	52631	58822	65987	72904	79377
5493	10708	17216	23822	30706	37578	44535	52682	58832	65989	72927	79456
5531	10819	17296	23896	30886	37664	44857	52729	58900	66165	73032	79547
5737	10855	17310	23992	30916	37681	44879	52839	58963	66210	73244	79567
5906	10950	17365	24074	31001	37706	45053	52879	59046	66231	73343	79580
5950	11022	17480	24087	31123	37833	45315	52956	59104	66281	73599	79644
5955	11043	17539	24107	31196	37864	45359	53139	59235	66356	73641	79686
6062	11098	17564	24112	31221	37886	45441	53158	59239	66403	73880	79722
6068	11108	17577	24272	31276	37930	45598	53161	59357	66510	73885	79735
6075	11114	17704	24473	31485	37993	45602	53183	59428	66529	74059	79884
6113	11324	17948	24503	31560	38057	45621	53280	59460	66710	74097	79912
6270	11453	18084	24638	31591	38070	45659	53315	59588	66748	74119	79971
6299	11462	18154	24646	31720	38488	45743	53354	59703	66805	74210	
6312	11472	18211	24764	31932	38537	45771	53716	59743	67007	74337	
6338	11481	18326	24781	32074	38631	45887	53951	59791	67131	74357	
6380	11618	18372	24956	32110	38641	45957	53958	59797	67495	74370	
6381	11718	18479	25213	32164	39024	45964	53967	59871	67562	74506	
6390	11732	18646	25359	32176	39143	46043	54071	60044	67606	74526	
6582	11816	18692	25467	32267	39162	46097	54127	60191	67701	74619	
6613	11843	18802	25606	32291	39169	46118	54197	60499	67719	74841	
6628	11924	18803	25883	32455	39172	46253	54278	60637	67883	74842	
6646	12006	18919	25910	32542	39182	46296	54380	60665	67911	74913	

H:N Markaðssamskipti / SÍA

Tryggðu þér miða á sibs.is eða í síma 560 4800

Afgreiðsla vinninga hefst þann 18. apríl 2018
Birt án ábyrgðar um prentvillur

Engin miskunn á stór

Ólafía Þórunn Kristinsdóttir atvinnukylfingur fór í fyrsta sinn holu í hög
á dögunum. Engin miskunn var sýnd þeim kylfingum sem fóru út af brau
niðurskurðinum. Fram undan er þétt dagskrá sem hefst með móti á Haw

GOLF Ólafía Þórunn Kristinsdóttir, atvinnukylfingur úr GR og íþróttamaður ársins, dvelur þessa dagana í Kaliforníuríki í Bandaríkjunum en hún er á ferð og flugi á LPGA-mótaröðinni, sterkustu mótaröð heims. Tók hún þátt í fyrsta risamóti ársins á dögunum og var annar tveggja kylfinga sem fóru holu í höggi á Ana Inspiration-mótinu.

Hins vegar komst hún ekki í gegnum niðurskurðinn eftir slakan hring á öðrum degi.

Var þetta fjórða risamót hennar á rúmu ári en hún fær svo þátttökurétt á bandaríska meistaramótinu í byrjun sumars og hefur þá tekið þátt í öllum risamótunum fimm í kvennagolfinu.

Ekkert mót er á mótaröðinni þessa helgina og er hún við æfingar í sólinni en er einnig með augastað á Masters-mótinu.

Engin miskunn á þessum mótum

Um síðustu helgi var leikið á Mission Hills Country Club en Ólafía lék völlinn árið 2016 með góðum árangri. Hún lék völlinn á ný fyrir þremur vikum fyrir mót og svo degi fyrir en sagði að það hefði verið allt annað þegar mótið var ræst.

„Völlurinn var afar erfiður, brautirnar voru þröngar og utan brautanna var grasið ótrúlega þungt og erfitt. Ef þú fórst út af braut þá þurftirðu að íhuga að vippa aftur inn á brautina í staðinn fyrir að reyna við flötina, grasið var hátt og þétt og erfitt að slá boltann þaðan. Ég lenti í töluverðum vandræðum þar því ég bjóst ekki við að brautirnar yrðu svona þröngar og var alltaf að reyna að bjarga mér,“ sagði Ólafía sem fann brautina aðeins fjórtán sinnum í upphafshöggunum 28.

„Þegar ég spilaði hérna í undanrásunum var karginn ekki jafn þykkur og bara fyrir mánuði var þetta allt öðruvísi en það er engin miskunn á stórmótum. Eftir á hefði ég þurft að undirbúa mig betur og öðruvísi, æfa mun meira með drævernum eða stutta leikinn. Annað sem var að trufla mig í því var breytilegt hitastig, ég átti oft í erfiðleikum með að velja járn,“ sagði Ólafía en Pernilla Lindberg, sigurvegari mótsins, var einnig í vandræðum með upphafshöggin en náði að bjarga sér á stutta spilinu.

„Pernilla náði, fannst manni, alltaf að bjarga sér með stutta spilinu, hún var oft utan brautar en virtist alltaf ná að bjarga pari þegar ég var meira að missa þetta í skolla. Hún var frábær í stutta spilinu um helgina,“ sagði Ólafía um Pernillu sem átti gott mót með járnunum og frábæra daga með pútterinn í hendi.

Vantar stöðugleika í púttunum

Ólafía hefur verið í örlitlum vandræðum með pútterinn undanfarnar vikur en hún er að reyna að fá meiri stöðugleika í spilamennskunni á flötinni. Á bestu dögum sínum hefur hún haldið sér undir þrjátíu púttum en á slæmum dögum fer þetta upp í 35, fimm högga sveifla.

„Ég vildi vinna í meiri stöðugleika í púttleiknum, í fyrra púttaði ég kannski frábærlega eina vikuna og illa vikuna eftir það. Á Bahamaeyjum var ég að pútta vel og á þriðja hring á Kia-mótinu þegar ég fékk átta fugla þá púttaði ég frábærlega. Svo dettur hann út og ég er ekki alveg nógu ánægð með það, ég fékk mér nýjan pútter í fyrradag og ætla að þreifa mig áfram með hann,“ sagði Ólafía sem var vongóð um að nýr pútter væri lausnin.

„Kannski er þetta andlegt og ég þurfti bara að fá eitthvað nýtt.“

Minning sem ég gleymi aldrei

Ólafía fagnaði skiljanlega er hún fékk holu í höggi á sautjándu holu vallarins. Var þetta í fyrsta sinn á ferlinum sem Ólafía fór holu í höggi en það kom á stærsta sviði golfsins. Var það hárrétt leið til að svara fyrir skolla á holunni áður.

„Ég reyni alltaf að hugsa ekkert út í síðustu holu þegar ég geng á næsta teig, ég man bara að við þurftum að bíða aðeins eftir ráshópnum á undan áður en við fengum að slá. Það var óvænt að sjá höggið fara niður, ég hef fengið nokkra erni á ferlinum en aldrei holu í höggi,“ sagði Ólafía glöð í bragði er hún rifjaði þetta upp en hún fékk einmitt örn fyrr á hringnum.

„Ég hef áður slegið niður úr löngu höggi en aldrei á par þrjú holu. Fyrst hélt ég að hann væri bara alveg við holuna en svo sá ég hann hverfa niður. Þetta er minning sem ég gleymi aldrei þó að ég hafi misst af niðurskurðinum,“ sagði Ólafía sem fékk hamingjuóskir frá fólki er hún fylgdist með lokadögunum af hliðarlínunni.

„Það voru ótrúlega margir sem stöðvuðu mig og sögðu mér að þeir hefðu séð höggið og vildu óska mér til hamingju. Ég fann fyrir miklum áhuga á svæðinu eftir þetta.“ Ólafíu fataðist flugið á öðrum degi er hún fékk tvo skramba, þrjá skolla og lék á sex höggum yfir pari. Hún hefur verið að fá talsvert af skrömbum í byrjun árs.

„Það skiptir öllu máli hvernig þeir koma, þarna voru báðir algjör óþarfi því stutta spilið var að svíkja mig. Á annarri holunni slæ ég inn af 40 metra færi og ég þrípútta sem er fáránlegt,“ sagði Ólafía og hélt áfram:

„Ég vissi þegar skammt var eftir að niðurskurðurinn á svona sterku móti yrði ekki á fjórum yfir pari og ég fór að reyna að sækja. Ég þurfti að fá fugla og þá er meiri hætta á mistökum eins og gerðist undir lokin þegar ég miðaði á pinna en fór í sandgryfjuna.“

Finnst skemmtilegra á æfingasvæðinu

Ólafía er á öðru keppnistímabili sínu á LPGA-mótaröðinni en hún hafnaði í 73. sæti peningalistans á fyrsta ári sínu. Tryggði það henni fullan þátttökurétt á þessu ári sem gefur henni betra tækifæri til að velja þau mót, sem hún tekur þátt í, eftir eigin hentisemi.

Kvaðst hún að tímabilinu loknu í fyrra hafa fundið fyrir þreytu enda vildi hún ekki missa af neinum tækifærum en hún getur betur stýrt álaginu í ár.

Næstu tólf mót fara fram í Bandaríkjunum en törnin hefst með móti á Hawaii á fimmtudaginn þar sem Ólafía verður meðal þátttakenda.

„Mér líður bara nokkuð vel núna, ég tók þessa viku sem æfingaviku og fer svo til Hawaii á næstu dögum og þá hefst næsta törn en svo get ég leyft mér að taka frí á einu móti og lengt hvíldartímann. Það gat verið yfirþyrmandi að horfa á dagskrána og öll ferðalögin en það er annað í ár. Ég er komin með gott skipulag á hvernig á að takast á við öll ferðalögin og gengur betur að aðlagast í ár.“

ÞAÐ VAR ÓVÆNT AÐ SJÁ BOLTANN FARA NIÐUR, ÞETTA VAR Í FYRSTA SINN SEM ÉG FER HOLU Í HÖGGI.

10
ÓLAFÍA VAR Í TÍUNDA SÆTI Í KEPPNI UM NÝLIÐA ÁRSINS HJÁ LPGA Í FYRRA.

99.
ÓLAFÍA ER Í 99. SÆTI Á STYRKLEIKALISTA LPGA EN HÚN ENDAÐI Í 73. SÆTI Í FYRRA.

3
ÓLAFÍA HEFUR FENGIÐ ÞRJÁ ERNI Á FIMM MÓTUM. AÐEINS SEX KYLFINGAR HAFA FENGIÐ FLEIRI Í ÁR.

mótum

gi á einu af risamótunum
utinni og missti hún af
raii á fimmtudaginn.

Hvíldarvika inniheldur hins vegar margar ferðir á æfingasvæðið til að finpússa spilamennskuna.

„Ég er með sjúkraþjálfarann hjá mér og hef verið duglegur í ræktinni en ég reyni að æfa mikið þegar tími gefst til. Mér finnst skemmtilegra að fara á æfingasvæðið og vinna í tækninni í æfingarvikum frekar en að fara út á völlinn. Hvíldin er ekkert svo mikil, helst á kvöldin,“ sagði Ólafía hlæjandi en það tekur á að vera atvinnumanneskja í fremstu röð.

„Ef ég þarf að velja á milli þess að fara á æfingasvæðið eða spila hring þá vel ég æfingasvæðið. Ég fæ mun meira út úr því að mér finnst, í staðinn fyrir að labba óþarfa vegalengdir get ég slegið tíu högg á æfingasvæðinu. Þetta er öfugt hjá ansi mörgum kylfingum en svo í aðdraganda móta byggist eftirvæntingin upp og ég kemst í annan gír.“ **kristinnpall@frettabladid.is**

Þurftu að fresta brúðkaupinu þar til í desember

Ólafía Þórunn og Thomas Bojanowski, unnusti hennar, ætluðu að gifta sig á Íslandi á árinu en Ólafía greindi fyrst frá því í viðtali á LPGA-heimasíðunni.

Hún sagði að þetta hefði verið blásið örlítið upp og að þau hefðu tekið ákvörðun um að fresta brúðkaupinu enda lítill tími sem kylfingar hafa að sumri til á mótaröðinni.

„Við færðum brúðkaupið fram í desember, bæði til að gefa okkur betri tíma til að skipuleggja og það hentar betur dagskránni. Ég fór í þetta viðtal og sagði að við ætluðum kannski að gifta okkur í sumar og það varð strax fyrirsögnin alls staðar,“ sagði Ólafía en fjallað var um þetta á stærstu miðlum Íslands og sagt að brúðkaupið yrði í ágúst.

Ólafía ásamt verðandi eiginmanni sínum, Thomasi. LET/TRISTAN JONES

„Það var smá bjartsýni í okkur að ætla að halda þetta í ágúst en það hentaði vel, þá er mótaröðin í Evrópu og þar er millivika sem gaf okkur tækifæri en þegar við skoðuðum þetta betur sást að þetta yrði erfitt.“

Ólafía reynir að blanda skipulagningu á brúðkaupi inn í lífið á mótaröðinni enda krefjandi fyrir hinn þýska Thomas að skipuleggja brúðkaup á Íslandi.

„Vegna þess að þetta er á Íslandi þarf ég að gera töluvert meira í þessu en ég er að senda marga tölvupósta og hringja símtöl. Við höfum sem betur fer nægan tíma,“ sagði Ólafía sem ætlaði ekki að gifta sig á golfvellinum eins og tíðkast.

„Það er ekkert komið á hreint en ég held að ég vilji ekki hafa svona golfstimpil á brúðkaupinu mínu. Ég ætla bara að fá að gifta mig sem venjuleg manneskja,“ sagði Ólafía hlæjandi að lokum. **– kpt**

Heimavellir bjóða 60 íbúðir til leigu í Boðaþingi 14-16 og 18-20 í Kópavogi.

Þetta er fyrsta verkefni Heimavalla sem er sérstaklega ætlað fólki sem er 55 ára og eldra. Um er að ræða glæsilegar og vel hannaðar íbúðir í rólegu og friðsælu umhverfi rétt við Elliðavatn og Heiðmörk. Húsin eru í nágrenni við þjónustu fyrir eldri borgara.

Kynntu þér málið á www.heimavellir.is

LANGTÍMASAMBAND **Á LEIGUMARKAÐI**

Traustur leigumarkaður sem byggir á langtímasambandi er mikilvægur partur af heilbrigðum og stöðugum húsnæðismarkaði. Markmið okkar er að taka þátt í að byggja upp leigumarkað á Íslandi eins og þekkist á Norðurlöndunum og víðar í Evrópu. Um tvö þúsund fjölskyldur búa nú þegar í öruggri langtímaleigu hjá okkur á höfuðborgarsvæðinu og víða um land.

www.heimavellir.is

HEIMA VELLIR ÖRUGGLEIGA

Allt í plati!

Saga til næsta bæjar

Stefán Pálsson skrifar um aprílgöbb.

Fyrir tæpri viku gerðu blaðamenn landsins sér það að leik að plata lesendur sína. Sannsögli og nákvæmni í frásögnum eru alla jafna þau gildi sem blaðamenn vilja halda á lofti, en einn dag á ári er gerð undantekning frá því. Það er fyrsta apríl.

Sú hefð að helga einn vordag hrekkjum og ærslum virðist ævagömul. Með góðum vilja má því rekja sögu aprílgabbsins allt til Rómaveldis hins forna. Sá siður að senda fólk erindisleysu í aprílmánuði og gera viðkomandi þannig að aprílglóp virðist sömuleiðis gamalgróin. Samkvæmt sumum heimildum virðist þessi skemmtun ekki hafa verið bundin sérstaklega við fyrsta dag mánaðarins, en með tímanum virðist sú dagsetning þó hafa tekið völdin – enda kannski auðveldara að umbera einn dag á varðbergi fyrir hrekkjum gárunga en heilan mánuð.

Það var þó í Bandaríkjunum sem fjölmiðlar tóku aprílgöbbin upp á sína arma. Þar í landi var sterk hefð fyrir blöðum sem lifðu á að spinna upp lygafréttir, lesendum sínum til skemmtunar. Í stríði blaðakónga um að selja fleiri blöð voru flest brögð leyfileg og sannleikurinn oft meðhöndlaður á frjálslegan hátt. Það var því ekki svo ýkja stórt stökk fyrir bandaríska ritstjóra að slá á létta strengi þann fyrsta apríl, þótt kollegar þeirra í Evrópu fylltust skelfingu og hryllingi við tilhugsunina eina.

Fyrstu aprílgöbb bandarísku dagblaðanna gengu oftar en ekki út á falsaðar myndir. Frægt dæmi var forsíðumynd blaðsins Madison Capital-Times sem sýndi þinghúsið í Wisconsin hrynja saman á dramatískan hátt. Jafnvel glámskyggnasti lesandi gat þó skilið hvað klukkan sló við lestur sjálfrar fréttarinnar, sem gekk einkum út á að innihaldslaus loforðaflaumur og gaspur þingmanna hefði safnast fyrir í hvelfingu hússins og að lokum sprungið með herfilegum afleiðingum. Var raunar alvanalegt á þessum upphafsárum aprílgabba í blöðum, að lesendur væru upplýstir um það í lok fréttarinnar að um uppspuna væri að ræða.

Snjóbylur frá Íslandi

Fyrstu íslensku aprílgöbbin voru í þessum anda. Þau birtust í Morgunblaðinu og Vísi árið 1953 og létu mismikið yfir sér. „Fannkyngi á miðri Sahara!“ sagði í fyrirsögn á lítilli klausu á baksíðu Vísis. Heimildarmenn blaðsins í París sögðu frá því að lægð ofan frá Íslandi hefði flutt með sér óhemjumikla snjókomu, þannig að margra mannhæða fannir lægju nú yfir stórum hlutum Sahara-eyðimerkurinnar, þar sem annars hefði ekki fallið úrkoma í margar aldir. Til að koma í veg fyrir allan misskilning var þó sett klausa í lok fréttarinnar, sem prentuð var á haus, þar sem stóð: „Afsakið – 1. apríl.“

Gabb Morgunblaðsins var metnaðarfyllra, en það var loftmynd af Reykjavík, þar sem sjá mátti strætisvagn með vængjum og stéli. Í texta með myndinni kom fram að ljósmyndari blaðsins hefði tekið hana kl. 10:61 (!) úr flugvél. Sýndi hún fjögurra hreyfla farþega- og vöruflutningavél af nýjustu gerð og hefði komið til tals að halda uppi samgöngum milli Reykjavíkur og Akraness á slíkum vélum.

Daginn eftir útskýrði blaðið gabbið, sem leitt hefði í ljós hvílík töfrabrögð mætti framkvæma með ljósmyndatækni. Staðhæfði blaðamaður að fjöldi lesenda hefði látið blekkjast og hringt á ritstjórnarskrifstofuna til að leita frekari upplýsinga. Flestir hafi þó séð í gegnum gabbið.

Aftur var það myndadeild Morgunblaðsins sem sá um aprílgabbið árið eftir. Þar var því slegið upp að ameríski stórleikarinn Tyrone Power hefði heimsótt Reykjavík og mátti sjá hann á mynd ásamt Haraldi Á. Sigurðssyni leikara og stórkaupmanni og Bergi dyraverði í Sjálfstæðishúsinu. Tyrone Power hafði millilent á Íslandi árið 1947 og varð mikið fár í kringum komu hans þá. Verður því ekki sagt að gabbið hafi verið ýkja frumlegt og þótt myndin með fréttinni væri haganlega samansett máttu lesendur sjá í gegnum blekkinguna, enda var myndin sem notuð var af leikaranum sú sama og tekin var sjö árum fyrr og hafði margoft birst á prenti. Staðhæfði blaðið þó að fjöldi ungra lesenda hefði hringt til blaðsins til að forvitnast um hvort leikarinn væri örugglega farinn úr landi.

Hitt blaðið sem birti aprílgabb árið 1954 var Tíminn. Flutti blaðið lesendum sínum öllu æsilegri sögu en af endurkomu gamallar Hollywoodstjörnu. Á baksíðu Tímans var sagt frá því að fljúgandi diskur hefði lent á Mýrdalssandi daginn áður. Útlit hins fljúgandi furðuhlutar féll vel að staðalmyndum um slík farartæki, en það var sagt eins og tveir matardiskar sem hvolft hefði verið saman, stálblátt á lit og án allra glugga. Eftir nokkurra mínútna viðdvöl á sandinum hefði farartækið hafið sig til flugs á ný en skilið eftir djúpa dæld í jarðveginum, um dagsláttu að stærð.

> „FANNKYNGI Á MIÐRI SAHARA!“ SAGÐI Í FYRIRSÖGN Á LÍTILLI KLAUSU Á BAKSÍÐU VÍSIS. HEIMILDARMENN BLAÐSINS Í PARÍS SÖGÐU FRÁ ÞVÍ AÐ LÆGÐ OFAN FRÁ ÍSLANDI HEFÐI FLUTT MEÐ SÉR ÓHEMJU MIKLA SNJÓKOMU, ÞANNIG AÐ MARGRA MANNHÆÐA FANNIR LÆGJU NÚ YFIR STÓRUM HLUTUM SAHARA-EYÐIMERKURINNAR, ÞAR SEM ANNARS HEFÐI EKKI FALLIÐ ÚRKOMA Í MARGAR ALDIR.

Hafi lesendur Tímans látið blekkjast, var þeim snarlega kippt niður á jörðina í lokasetningu fréttarinnar, þar sem bent var á dagsetninguna og tekið fram að fréttin væri í samræmi við það. Daginn eftir sagði Tíminn frá því að helstu dagblöð Evrópu hefðu blekkt lesendur sína í tilefni dagsins og tiltók nokkur velheppnuð dæmi.

Árið eftir færðu Tímamenn sig upp á skaftið og var enginn varnagli um fyrsta apríl rekinn í frétt blaðsins af leiðtogafundi Churchills, Eisenhowers og Bulganins sem halda skyldi í Reykjavík síðar í mánuðinum. Valdatíma Churchills á stóli forsætisráðherra var að ljúka og staðhæfði blaðið að með þessu vildu leiðtogarnir uppfylla ósk gamla mannsins um friðarfund. Hefði íslenska ríkisstjórnin fallist á málaleitanina, en líklega yrði leiðtogafundurinn haldinn í hátíðarsal Háskólans.

Daginn eftir hældist Tíminn um, hversu vel hefði tekist til með aprílgabbið og sagði sögur af ýmsum Reykvíkingum sem hefðu látið platast, þar á meðal harðfullorðið fólk sem hafi rætt í þaula hvernig best yrði að berja þjóðhöfðingjana frægu augum. Ekkert hinna dagblaðanna bauð upp á gabb í tilefni dagsins og skrifaði Alþýðublaðið meira að segja leiðara í vandlætingartón þar sem Tíminn var skammaður fyrir þessa dægrastyttingu og því bætt við að erlendis tíðkaðist þessi siður helst hjá blöðum sem ekki væru vönd að virðingu sinni.

Fljótasiglingar og spaghettí

Hvort umvandanir Alþýðublaðsins höfðu mikil áhrif skal ósagt látið, en árin 1956 og 1957 bar fyrsta apríl upp á sunnudag og mánudag. Seinna árið kom Vísir út eitt dagblaða á þeim degi og birti smáklausu um að forsætisráðherrann Hermann Jónasson hefði ákveðið að segja af sér, eftir að hafa uppgötvað að völd væru ekki eftirsóknarverð og að stjórnin hefði svikið öll sín loforð. Ef til vill er þó réttara að líta á fréttina sem pólitíska skrítlu en eiginlegt aprílgabb.

Þennan sama dag birti Ríkisútvarpið hins vegar sitt fyrsta gabb, sem segja má að hafi endanlega komið aprílgöbbum fjölmiðla á kortið. Alvörugefnir fréttamenn Ríkisútvarpsins lýstu þá siglingu skipsins Vanadísar upp Ölfusá. Fjölmargir bitu á agnið og var um fátt meira talað en þessa merku siglingu. Hældi Alþýðublaðið þessu velheppnaða aprílgabbi sérstaklega og virtist öll hneykslunin frá því tveimur árum fyrr á bak og burt.

Ástæða þess að Vanadísar-gabbið varð svo árangursríkt er vafalítið sú mikla virðing sem borin var fyrir fréttamönnum Ríkisútvarpsins, sem taldir voru handhafar sannleikans og engum datt í hug að tengja við ærsl og léttúð. Það var skemmtileg tilviljun að þennan sama dag, birti BBC sitt frægasta og bestheppnaða aprílgabb í sjónvarpsþættinum Panorama. Þar var sýnd löng frétt um uppskeru spagettítrjánna á Ítalíu, þar sem bændur tíndu spagettílengjurnar varlega niður úr trjákrónunum og lögðu þvínæst til þerris. Áhorfendur trúðu fréttinni eins og nýju neti, enda stjórnendur Panorama álitnir nálega óskeikulir.

Eins og drengurinn sem hrópaði „úlfur!“ fékk að reyna á eigin skinni, er fyrsta gabbið alltaf auðveldast. BBC og Ríkisútvarpið hafa sent út fjölmörg snjöll aprílgöbb frá árinu 1957 en engin þeirra hafa þó reynst jafn áhrifarík.

Frá því snemma á sjöunda áratugnum hafa aprílgöbb verið fastur liður hjá flestum íslenskum fjölmiðlum. Myndaðist fljótlega sú hefð að ekki væri nóg að blekkja lesendur, heldur yrði helst að fá þá til að „hlaupa apríl“ – að fara eitthvert erindisleysu. Hafa því flest aprílgöbb snúist um að lofa fágætum og eftirsóttum varningi á kostakjörum, rétt á meðan birgðir endast. En það er önnur saga.

KOMDU Í KOLAPORTIÐ
– dásamleg deild samfélagsins
OPIÐ UM HELGAR FRÁ KL. 11–17
KVIKA

ego dekor

MIKIÐ ÚRVAL AF HÚSGÖGNUM OG SMÁVÖRU

MARMARA SÓFABORÐ
Stærð: 90X90cm
Verð: 79.000,-

STÆKKANLEGT BORÐ
hvítt háglans - 2 stærðir
160(248)X100cm - Verð: 209.000,-
200(288)X110cm - Verð: 229.000,-

RETRO SÓFABORÐ
2 stærðir
90X90cm – Verð: 45.900,-
60X60cm – Verð: 29.900,-

ROUND HLIÐARBORÐ
2 stk í setti
stærð: 55X55XH: 55cm
Verð: 39.900,-

RETRO VEGGBORÐ
Breidd: 100cm
Verð: 35.000,-

CAPRICE SKENKUR
hvítt háglans - 2 stærðir
Breidd: 150cm - Verð: 159.000,-
Breidd: 200cm - Verð: 199.000,-

SÓFABORÐ PARIS NO: 208
Stærð: 90x90cm
Verð: 89.000,-

BARS Hliðarborð
2 stk í setti
stærð: 50X50XH: 63cm
Verð: 35.000,-

Opið mán - fös: 10.00 - 18.00
Opið um helgina: Lau: 10.00 - 16.00
Sun: 13.00 - 16.00

Ego Dekor - Bæjarlind 12
www.egodekor.is
S:544 4420

Framúrskarandi fyrirtæki 2017

Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegs eiginmanns, föður, tengdaföður og afa,

Andrésar Magnússonar

Guðrún Brynjólfsdóttir
Hildur Brynja Andrésdóttir **Egill Örn Petersen**
Linda Mjöll Andrésdóttir **Páll Jakobsson**
og barnabörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð, hlýhug og vináttu vegna andláts móður okkar, tengdamóður og ömmu,

Hólmfríðar Gísladóttur
Fannafold 127a, Reykjavík.

Rósa Magnúsdóttir **Pétur Eysteinsson**
Þorvarður Hjalti Magnússon **Sigríður María Sverrisdóttir**
Steinunn Magnúsdóttir **Georg Eggertsson**
og fjölskyldur.

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jóhann Alexandersson
frá Suðureyri við Súgandafjörð,

lést á Hrafnistu Nesvöllum, föstudaginn 30. mars. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju, þriðjudaginn 10. apríl kl. 13.

Guðrún Anna Jóhannsdóttir **Kristján G. Gunnarsson**
Margrét Helga Jóhannsdóttir **Sævar Vatnsdal Rafnsson**
afa- og langafabörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og vinarhug við andlát og útför ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

Garðars Guðjónssonar

Sérstakar þakkir eru til starfsfólksins á 2. hæð suður á hjúkrunarheimilinu Eir.

Kristín Jóhannesdóttir
Sævar Garðarsson **Jóna Fríða Gísladóttir**
Rúnar Garðarsson **Þóra Einarsdóttir**
Hrefna Garðarsdóttir
Úlfar Garðarsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Útfararstofa Kirkjugarðanna

Útfararþjónusta & lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Frumkvöðlarnir Ásdís Ágústsdóttir, Nína Melsted Margrétardóttir, Margrét Stella Kaldalóns Sigurðardóttir, Emilía Katrín Böðvarsdóttir, Helga Lena Garðarsdóttir og Lára Sif Davíðsdóttir kynna framleiðslu sína í Smáralind í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Steyptu bæði stjaka og kerti

Meðal fjölda frumkvöðla sem stíga sín fyrstu skref í markaðsstarfi í Smáralind í dag eru Verslóstelpur sem stofnuðu fyrirtækið Rökkva, steyptu stjaka og bræddu í þá kerti.

Sex bekkjarsystur úr Versló kynna eigin vörur í dag í fyrsta skipti. Það eru ilmkerti í steyptum stjökum sem þær gerðu með eigin höndum. Ein stúlknanna er Helga Lena Garðarsdóttir.

„Við verðum í Smáralind milli klukkan 11 og 18 í dag ásamt mörgum framhaldsskólanemum sem taka þátt í verkefnum á vegum frumkvöðlasamtakanna Junior Achievements. Svo verða aðrir á morgun,“ segir Helga Lena og lýsir ferlinu sem þær stöllur hafa farið í gegnum sem hún segir hafa verið lærdómsríkt.

„Við erum í frumkvöðlaáfanga í Versló og þar stofnuðum við fyrirtækið Rökkva Reykjavík. Það er dálítið ferli, byrjuðum á að greiða stofnunargjald, stofna reikning, skrá fyrirtækið og finna nafn sem ekki var frátekið. Leituðum að sterku kvenmannsnafni og Rökkva varð fyrir valinu því við erum með ilmkerti sem henta vel þegar fer að rökkva. Svo er svo íslenskt að vera með ö í nafninu.“

Helga Lena segir sérstöðu framleiðslunnar vera þá að ílátin undir kertin séu úr steinsteypu. „Við höfum ekki séð svoleiðis á markaðinum áður. Við steyptum stjakana sjálfar úr steypu frá BM Vallá, og það tók alveg á.“ Hún segir þær hafa verið svo heppnar að ein úr hópnum búi í hálfbyggðu húsi í Úlfarsárdal og þar hafi þær getað verið með steypuna. „Svo fórum við með stjakana í bílskúr heima hjá annarri. Þar bræddum við vaxið og helltum því í, mamma einnar í hópnum seldi okkur efni í það, hún flytur það inn og er með kertanámskeið. Þetta var heilmikið stúss.“

Þá var eftir að finna umbúðirnar. „Við fórum í fyrirtæki í Hafnarfirði sem heitir Spírall og þar voru til pappakassar sem fyrir tilviljun pössuðu utan um kertin. Síðan hönnuðum við lógó, létum prenta þau á límmiða sem við límdum á kassana. Þetta eru innikerti, útlitið er vissulega dálítið hrátt en þannig viljum við hafa þau.“ **gun@frettabladid.is**

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

Ómar Elísson
Háholti 29, Akranesi,

sem lést að Dvalarheimilinu Höfða föstudaginn 30. mars, verður jarðsunginn frá Akraneskirkju föstudaginn 13. apríl kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Dvalarheimilið Höfða.

Ingibjörg Þorleifsdóttir
Guðjón Ómarsson
Sigþór Ómarsson **Ragnheiður Þ. Benediktsdóttir**
Soffía Ómarsdóttir **Sigurbjörn Björnsson**
Grétar Ómarsson **Halldóra Einarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær móðir, tengdamóðir, amma og dóttir,

Kolbrún Steinunn Gestsdóttir
þroskaþjálfi, Stekkjarseli 9,

sem lést á kvennadeild Landspítalans mánudaginn 2. apríl, verður jarðsungin frá Seljakirkju 12. apríl kl. 13.00.

Pálmi Franklín Guðmundsson **Guðrún Ása Hjálmtýsd.**
Þorbjörg Anna Guðmundsdóttir
Jón Franklín Guðmundsson
Guðmundur, Axel, Jóhann og Tómas
Gestur Guðjónsson **Una Traustadóttir**

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Gunnar Bergur Árnason
fyrrverandi kaupmaður, hjúkrunarheimilinu Lögmannshlíð, Akureyri,

lést miðvikudaginn 21. mars. Útförin fer fram mánudaginn 9. apríl frá Akureyrarkirkju klukkan 13.30.

Erna H. Gunnarsdóttir **Gunnar M. Guðmundsson**
Jóhanna A. Gunnarsdóttir **Vilbergur Kristinsson**
Guðmundur Ö. Gunnarsson
Halldóra K. Gunnarsdóttir **Árni G. Leósson**

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Gunnar Kristinsson
stýrimaður, frá Dalvík,

lést á Dvalarheimilinu Hlíð, Akureyri, þriðjudaginn 3. apríl. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju föstudaginn 13. apríl kl. 13.30.

Gígja Gunnarsdóttir **Ólafur Halldórsson**
Úlfar Gunnarsson **Vilborg Jóhannsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Bæta enn lífsgæði og ánægju íbúa á Djúpavogi

Nýlega komu fulltrúar frá Ítalíu og Belgíu til Djúpavogs til að semja menntastefnu fyrir alþjóðlegu samtökin Cittaslow sem Djúpavogshreppur hefur verið aðili að frá 2013.

Halldóra Dröfn Hafþórsdóttir er skólastjóri Grunnskóla Djúpavogs. Hún leiðir starf í sínum skóla sem miðar að því að auka lífsgæði og ánægju, í anda hinna alþjóðlegu samtaka Cittaslow en Djúpavogshreppur er eina sveitarfélagið á Íslandi sem er aðili að þeim.

„Cittaslow-samtökin vinna að því að veita hnattvæðingu, einsleitni og hraðaáráttu stórborga viðnám og heiðra í þess stað sérstöðu, vitund og sjálfbærni. Fljótlega eftir að Djúpivogur gekk í þau árið 2013 ákváðum við að reyna að smita áherslum stefnu þeirra inn í skólana hér. „Þegar að var gáð vorum við gera margt sem passaði við hana. Við erum með grenndarnám og markvisst er unnið með menningu staðarins, örnefni, atvinnu og sögu.

Við kennarar og nemendur höfum verið í samstarfi við skóla úti á Ítalíu og skipst á ánægjulegum heimsóknum við þá. Nýlega kom svo framkvæmdastjóri samtakanna Cittaslow hingað til að semja menntastefnu fyrir þessi alþjóðlegu samtök sem hann vill náttúrlga útbreiða um allan heiminn og það er best að gera í gegnum börnin. Hingað kom hann sem sagt til að móta þá stefnu. Það var auðvitað mikill heiður.

Við höfum komist að því að margt í aðalnámskránni passar inn í þessa hugmyndafræði og erum farin að máta dagskipulagið eftir þessari hugmyndafræði. Færa til atriði í stundaskránni ef við sjáum að það geti bætt lífsgæði, til dæmis að draga úr álagi.“

gun@frettabladid.is

Halldóra Dröfn vill heiðra sérstöðu og sjálfbærni hvers staðar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

> Cittaslow-samtökin vinna að því að veita hnattvæðingu, einsleitni og hraðaáráttu stórborga viðnám og heiðra í þess stað sérstöðu, vitund og sjálfbærni.

Hvað er Cittaslow?

Markmið Cittaslow-hreyfingarinnar að auka lífsgæði og ánægju fólks með því að veita hnattvæðingu, einsleitni og hraðaáráttu í borgum og bæjum nútímans viðnám og heiðra þess í stað sérstöðu, vitund og sjálfbærni.

---

†

Ástkær sonur okkar, faðir, fyrrverandi eiginmaður, bróðir, mágur og frændi,

Eiríkur Árni Oddsson
Hamarstíg 37, Akureyri,

lést föstudaginn 30. mars sl. Útför hans fer fram frá Glerárkirkju 11. apríl kl. 10.30. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Hollvinasamtök Sjúkrahússins á Akureyri.

Oddur Lýðsson Árnason — Hulda Lilý Árnadóttir
Guðmundur Oddur Eiríksson
Helena Guðrún Eiríksdóttir
Tristan Árni Eiríksson
Ásdís Hrönn Guðmundsdóttir
Sigurður G. Oddsson — Sigríður Stefánsdóttir
Arnar Oddsson
Hulda Lilý Sigurðardóttir
Hildigunnur Sigurðardóttir

---

†

Elsku sonur okkar, faðir, afi og bróðir,

Sívar Sturla Bragason
frá Ólafsvík,

sem lést 19. mars á Spáni, verður jarðsunginn frá Garðakirkju, þriðjudaginn 10. apríl 2018, kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð.

Sigríður S. Hjelm — Bragi Eyjólfsson
Aðalheiður Þóra Bragadóttir
Ásdís Halla Bragadóttir
Rut Bragadóttir
Sigríður Heiða Bragadóttir
Kristján Markús Sívarsson
Stefán Logi Sívarsson — Blómey Karlsdóttir
Sigursteinn Bragi Sívarsson
og barnabörn.

---

†

Hjartans þakkir færum við þeim sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

Björns Stefáns Guðmundssonar
ljóðskálds og kennara,
Sunnubraut 15, Búðardal.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki sjúkrahússins á Akranesi og Dvalarheimilisins Silfurtúns í Búðardal, fyrir kærleiksríka umönnun.

Helgi G. Björnsson — Kristín Emilsdóttir
Guðbjörg Björnsdóttir
Elísabet Björg Björnsdóttir — Jón E. Sigurðsson
barnabörn og langafabörn.

---

†

Ástkær sambýlismaður minn, faðir, stjúpfaðir, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,

Sigurbjörn H. Ólafsson
fv. stýrimaður,
Ásbraut 13, Kópavogi,

lést í faðmi ástvina á Landakoti, 4. apríl. Útförin auglýst síðar.

Sigurlaug Sigurðardóttir
Ómar Sigurbjörnsson — Kenný Aðalheiður
Heiðar Sigurbjörnsson — Rósa Björk Högnadóttir
Oddur F. Sigurbjörnsson — Unnur Runólfsdóttir
Sigurður Þorsteinsson — Sigurborg Sigurðardóttir
Guðlaug Unnur Þorsteinsdóttir
Ragnheiður Elfa Þorsteinsdóttir — Pétur Már Ólafsson
Ólafur Þór Þorsteinsson
börn, barnabörn, langafabörn og langalangafabarn.

---

†

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Elísabet María Víglundsdóttir
Ásgarði 77,

lést á hjúkrunarheimilinu Grund 3. mars síðastliðinn.

Útförin fór fram í kyrrþey að ósk Elísabetar Maríu. Þökkum starfsfólki á V-2 á Grund fyrir góða umönnun.

Fyrir hönd aðstandenda,
Víglundur Sigurðsson
Margrét Rósa Sigurðardóttir
Þórhildur Sigurðardóttir
Guðrún Sigurlaug Sigurðardóttir
Sigurður Sigurðarson
Halldór Sigurðsson

---

†

Bergljót Garðarsdóttir Sleight
bókasafnsfræðingur,

lést föstudaginn langa, 30. mars. Útför verður frá Fossvogskapellu mánudaginn 9. apríl kl. 13. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hennar er bent á hjúkrunarheimilið Skjól og Blindrafélagið.

Aðstandendur.

---

†

Innilegar þakkir fyrir samúð og vinarhug við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Guðnýjar Sæmundsdóttur

Sérstakar þakkir til hjúkrunardeildarinnar Ægishrauns á Hrafnistu í Hafnarfirði fyrir einstaka umönnun og alúð.

Margrét Teitsdóttir — Jón Ásgeir Eyjólfsson
Magnús Teitsson — Erla S. Ragnarsdóttir
Oddný Teitsdóttir — Ari Freyr Steinþórsson
og fjölskyldur.

---

†

Ástkær faðir okkar, afi, bróðir og mágur,

Þórarinn Sigurðsson
Ferjuvogi 17, Reykjavík,

lést á Landspítalanum þann 30. mars 2018. Bálför fer fram frá Hjallakirkju mánudaginn 9. apríl kl. 13.00.

Ingólfur Freyr Þórarinsson
Hannes Berg Þórarinsson
Þóra Berglind Hannesdóttir
Jón Ólafur Sigurðsson — Ragnheiður Þórðardóttir
Guðný Sjöfn Sigurðardóttir
og fjölskyldur.

---

†

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

Pálína Hermannsdóttir

andaðist á hjúkrunarheimilinu Sóltúni miðvikudaginn 4. apríl. Hún verður jarðsungin frá Dómkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 13. apríl kl. 13.

Sveinbjörn Dagfinnsson
Hermann Sveinbjörnsson
Vigdís M. Sveinbjörnsdóttir — Gunnar Jónsson
Lóa K. Sveinbjörnsdóttir — Karl Andersen
Dagfinnur Sveinbjörnsson
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug vegna andláts bróður okkar,

Skúla Sveinssonar
frá Hvannstóði,
Borg, Borgarfirði eystra.

Sérstakar þakkir til félaga í slysavarnadeildinni Sveinunga.

Geirlaug, Ágústa, Bjarni, Jón, Ingibjörg, Bóthildur og Guðrún Hvönn Sveinsbörn og fjölskyldur þeirra.

---

†

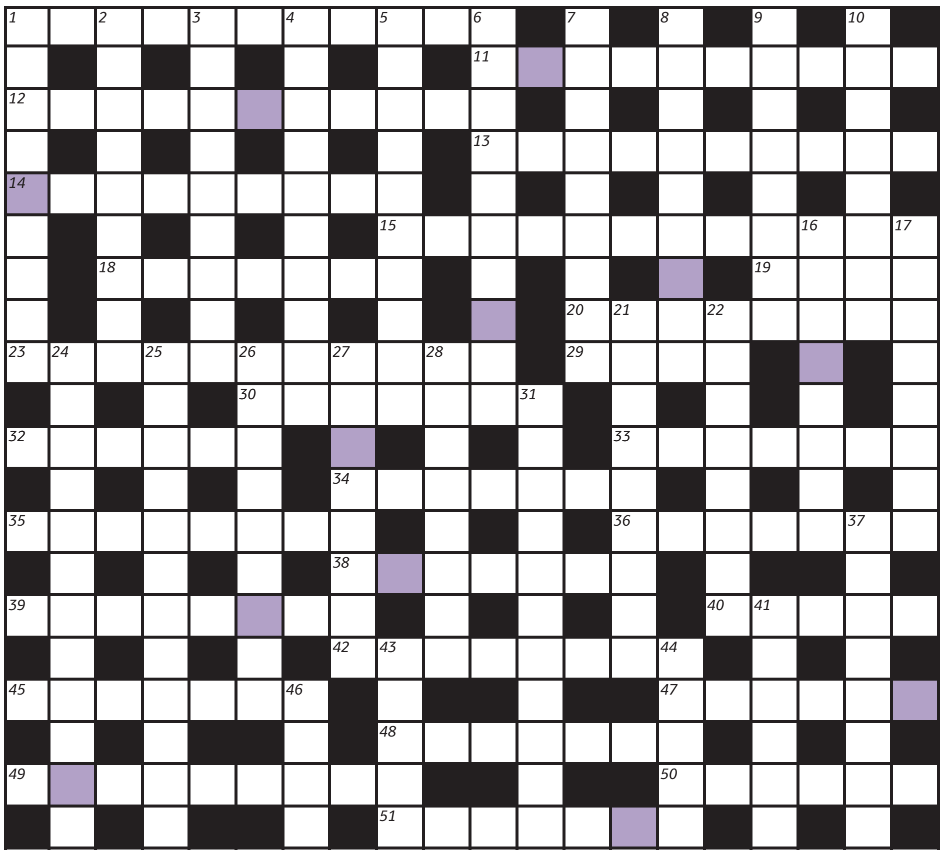
Elsku hjartans pabbi minn, sonur minn, tengdapabbi, afi og fyrrverandi sambýlismaður,

Örn Guðmundsson
stýrimaður,

er látinn. Útför hans fer fram í kyrrþey.

Guðný Arnardóttir — Ragnar Logi Magnason
Helga Hermóðsdóttir
Jóhanna Hrefna Hólmsteinsdóttir
og afabörn.

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR

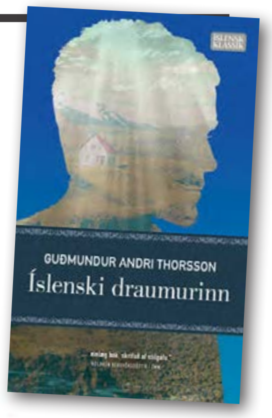


Lausnarorð síðustu viku var

HAUSASKELJAHÆÐ

H	U	G	M	Y	N	D	A	R		Á		U		F		E	L	S	A
E		E		F		Ý		A	N	D	A	P	O	L	L	I		T	
R	E	Y	N	I	T	R	É	N		E		P		Ó		N	A	U	M
Ð		S		R		L		D	R	I	F	S	K	A	F	T		Ð	
A	R	I	N	S	T	O	F	A		L		P		M		Ó	Ð	U	M
T		S		K		G		F	L	U	G	U	M	A	N	N		L	
R	Ó	T	M	I	K	I	L	L		M		N		N		A	L	L	A
É		Ó		N		N		U	X	A	V	A	G	N	S		Æ		
N	Á	R	Ú	I	N	N		G		N			E	I	M	S	K	I	P
	T		T		J		M	U	N	N	H	O	L		Í		N		Á
H	A	L	D	G	Ó	Ð	A		Í		L		D	Á	Ð	L	A	U	S
	K		R		L		G	O	Ð	S	Ö	G	N		A		R		K
M	A	G	Á	L	A	N	A		V		Ð		A	Ð	V	E	I	T	A
	S		T		G		F	R	Í	K	U	Ð	U		É		T		U
H	V	Í	T	B	U	X	I		S		N		T	Á	L	M	A	N	N
	Æ		U		L		T	A	U	G	A	G	A	S			R		G
A	Ð	G	R	E	I	N	U	M		E		R		T	Ó	M	A	T	A
	I			I		Ö		L	E	G	G	J	U	M		Ó		Ó	
H	N	O	Ð	N	A	G	L	A		N		Ó		Æ	R	M	I	G	U
	U			I		L		R	E	I	S	T	I	R		Ó		Ó	

LAUSNARORÐ: Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist hlífðarfatnaður. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 13. apríl næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „7. apríl“.



FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Íslenski draumurinn** eftir **Guðmund Andra Thorsson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Ólöf Björg Einarsdóttir, Kópavogi.**

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

LÁRÉTT

1 Hlutafjör greindar tryggir gáfulega tilveru (11)
11 Hef fangað sálir leikmanna (10)
12 Gera skal bragabót svo fyrirmælin standist (11)
13 Leita höfuðkosts jarla (10)
14 Streymi hratt um grund með gulleitum (9)
15 Þekki gervigreinda sem gefa aldrei tölvutónlist (12)
18 Græjur sem lesa óreiðu jafnt sem þaulæfð verk (7)
19 Hún á bara ekkert með að segja mér til syndanna minna! (4)
20 Stappa fyrir hina freistar allra í klessu (8)
23 Baular þá mín í lægðina hemúlsins og vina hans (11)
29 Masa um einskonar mæðiveiki (4)
30 Atvinnulaus á báðum áttum (7)
32 Sjálft gefur það 10 stig ef ekkert er tvöfaldað (5)
33 Stækka við sig fyrir gestabedda (7)
34 Leik á stangir í 365 daga og tæpa sex tíma (7)
35 Er sturluð stuðmíla látin viðgangast hér? (8)
36 Fann eina stressaða sem gekk eins og klukka (7)
38 Leita glæpsamlegra verðlauna glerpinna (7)
39 Förum til berja og verum hjá fólkinu frá Spáníá (8)
40 Fölar fjölyrða og rugla út í eitt (5)
42 Ríð óregluhopp um leið milli lausagrjóts (8)
45 Afi sker úr rugli skakkra (7)
47 Fljót klýfur hólmi (6)
48 Ung þjáðumst við með byrjendum (7)
49 Snotur smekkmaður í baði (9)
50 Hirða um stjórntaum (6)
51 Þær sjúga úr mér þreytu, segir nýgenginn lax (7)

LÓÐRÉTT

1 Af nokkrum mögulegum óðum um hina föllnu (9)
2 Hlustum á átök í lokum og veiðarfærum (9)
3 Við mosasund minnir nóttin á ljósan fák með dökkan makka (9)
4 Nudda nef og munn Bens með hjálp hugleiðslu (10)
5 Er táknið fyrir línur eða jarðir? (10)
6 Fyrirliðinn á ÓL lemur kjána í hús (10)
7 Einhverjar mega sjá af klukkustund í hörpu (9)
8 Af sæhestinum í elgnum (9)
9 Panta rútur með ritsöfnum (8)
10 Risti tað fyrir Malmömeyjar (8)
16 Útbía buxur mínar, enda drabbari (8)
17 Æða allslaus í fyrsta staf í lokin: Hún sýnir okkar innri mann (8)
21 Espin réna spart þótt ringluð séu (9)
22 Steinlím og leðja mynda smiðjumó (8)
24 Hættir við að mæta enda bólgin regnský á himni (12)
25 Byggjum hluta Rómaveldis á ferðum þangað (12)
26 Svaðamennin hafa dundþarma (9)
27 Framlengi hamingjuskeið og yfirdrátt um leið (8)
28 Þoka kjúklinga felur þjóðhöfðingja (8)
31 Kemst yfir skjalið á brókinni einni fata (11)
37 Færum snökkum snakk á bökkum? (8)
41 Tel gossess henta til lengra sumbls (6)
43 Sóli elskar allt, óháð kyni og klæðningu (5)
44 Kanna hvort Ægir og átvögl passa saman (5)
46 Þessi dó fyrstur, segir biblían (4)

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Skák Gunnar Björnsson

Koch átti leik gegn Bruchner í Berlín árið 1954.

Svartur á leik

1. ... Hf3+! 2. Kxh4 Re7! 3. g6 Rxg6+ 4. Kg5 Hh6 5. Rf4 Hxf4 0-1. Lokamótið í Bikarsyrpu TR hófst í gær og verður teflt um helgina. Einnig verður teflt um helgina á GRENKE-mótinu í Baden Baden þar sem heimsmeistarinn slapp með skrekkinn í fyrradag.

www.skak.is: GRENKE-mótið.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

Hærra spil

Páskamót BSÍ var háð föstudaginn langa í húsnæði Bridgesambandsins. Þar öttu kappi ein 42 pör og þegar yfir lauk voru tvö pör efst og jöfn með 61,2% skor. Skúli Skúlason - Bergur Reynisson og Ragnar Hermannsson - Guðmundur Snorrason. Til að úrskurða um sigurvegara var dregið spil og fyrrnefnda parið dró hærra spil og var úrskurðað sigurvegari mótsins. Á árum áður var undankeppni í sveitakeppni háð um páskana en það þótti ekki skynsamlegt að spila um þessa hátíð. Undankeppni er nú háð helgina á eftir, en Páskamót BSÍ kom í staðinn. Þegar tvö pör enda jöfn og efst, er auðvelt að finna spil þar sem annað hvort parið hefði getað gert betur og tryggt sér efsta sætið. Í síðustu umferð sátu bæði þessi pör í AV. Ragnar og Guðmundur létu sér nægja að spila 4♦ á spilið en Skúli og Bergur fóru alla leið í 5♦.

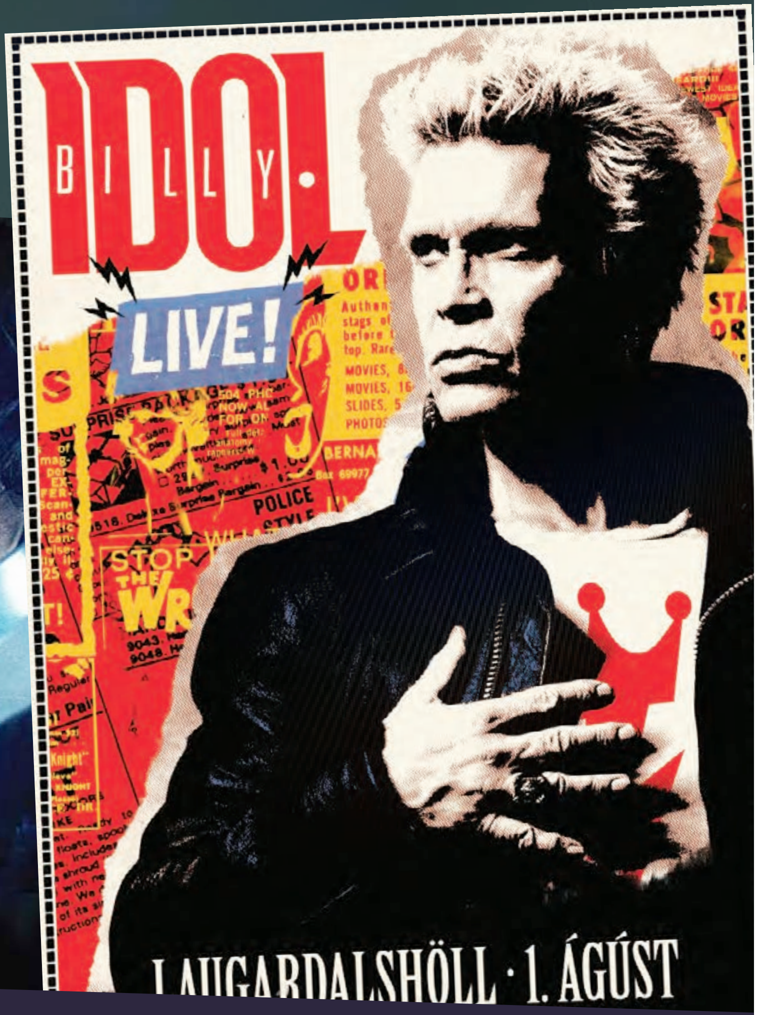
Norður
♠ G854
♥ KD6
♦ 107
♣ G872

Vestur
♠ D102
♥ G5
♦ A8762
♣ D103

Austur
♠ Á97
♥ 8
♦ DG94
♣ AK965

Suður
♠ K63
♥ A1097432
♦ K3
♣ 4

Tígulgeimið getur vel farið niður, en er ágætt ef vörnin spilar ekki spaða og býr til slag þar. Í mörgum tilfellum er laufliturinn tapslagalaus og spaðaniðurkast fæst þar. Tígulliturinn liggur hins vegar mjög hagstætt fyrir sagnhafa og liturinn getur verið tapslagalaus. Skúli og Bergur fengu 12 slagi í þessum samningi og töluna 420 sem gaf 37 stig af 40 mögulegum. Ragnar og Guðmundur fengu 11 slagi í 4♦ og töluna 150 sem gaf 21 stig. Þó að þeir hafi ekki farið í geimið, hefðu samt 12 slagir nægt til að lenda í efsta sætinu.



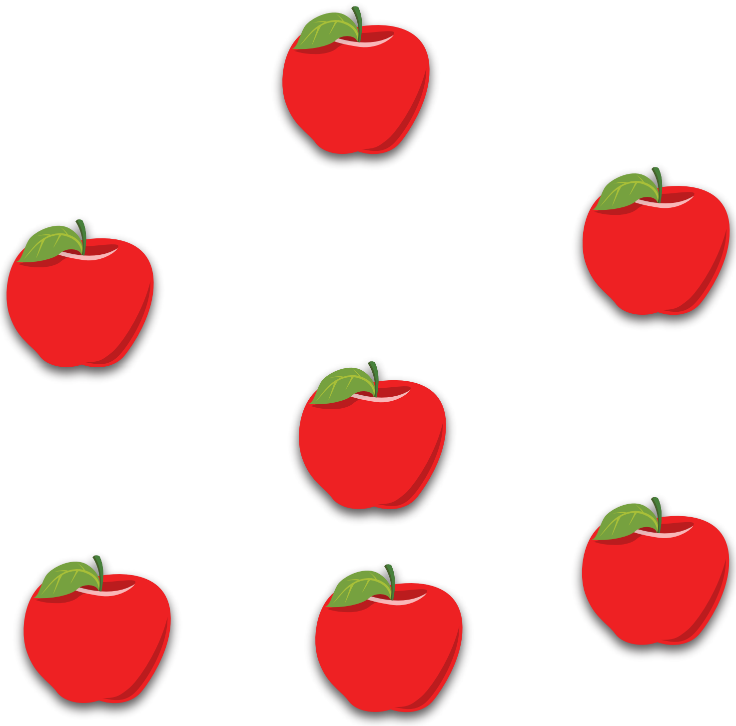
ERTU BÚINN AÐ TRYGGJA ÞÉR MIÐA Á ÓGLEYMANLEGA KVÖLDSTUND!

KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi

296

„Hver er nú þessi þraut,“ sagði Róbert hugsi. „Þrautin er þessi,“ sagði Lísaloppa og spenningur leyndi sér ekki í röddinni. „Getum við dregið þrjú bein strik á milli eplanna svo hvert epli verði í sér hólfi.“ „Hm,“ sagði Kata. „Bara þrjú strik?“ Hún efaðist um að það yrði nóg.



Getur þú teiknað þrjú bein strik á milli eplanna svo að hvert þeirra verði í sér hólfi?

„Ég ætla ekki að fara nálægt sólinni, þá get ég brennt mig á tánum,“ segir Gunnþóra Rós. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

Langar að verða geimfari

Gunnþóra Rós Gunnarsdóttir er sex ára stelpa sem á heima í Svíþjóð, í borg sem heitir Karlstad.

En hvað er best við að búa þar? Það er oft mjög gott veður þar.

Líka á veturna? Það er stundum kalt og þá er ég annaðhvort inni eða klæði mig í mjög góð föt. Þá fer ég líka stundum á skíði, það er rosa gaman.

Ferðu þá upp í lyftu? Já, það er ekki svo erfitt.

Áttu marga vini í Svíþjóð? Já, besti vinur minn er stelpa sem heitir Olivia. Við erum í sama bekk.

Hvernig leikið þið ykkur saman? Við erum bara vinir og leikum saman bæði úti og inni.

En áttu góða vini á Íslandi? Já, Óskar og Eva eru skemmtilegust.

Hvað finnst þér skemmtilegast í skólanum í Karlstad? Í útitímum. Þá erum við saman í frjálsum tíma en stundum förum við í skóginn og þá kíkjum við á fuglana og fleira í náttúrunni.

Hvaða villt dýr hefur þú séð í Svíþjóð önnur en fugla? Mmmm… Elg, íkorna, broddgölt – og maura.

Þekkir þú einhver dýr hér á Íslandi? Hesta, ég hef einu sinni farið á hestbak, svo hef ég séð kindur og lítil lömb og líka kisur sem koma í heimsókn, ein er gul, ein grá og ein svört. Einu sinni var ég hrædd við gulu.

En hvað langar þig að verða þegar þú verður stór? Geimvera – nei ekki geimvera, (hlær), frekar geimfari og kíkja á stjörnurnar – en ekki fara nálægt sólinni, þá get ég brennt mig á tánum.

Gátur

Skrýtið og skemmtilegt

Ég vildi óska þess að ég kæmist einhvern tímann á skíði, sagði þúsundfætlan, en þegar ég er loksins búin að festa skíðin á alla fæturna er snjórinn horfinn.

Af hverju fór Mikki mús út í geiminn? Hann var að leita að Plútó.

Hvað sagði veggurinn við hinn vegginn? Hittumst á horninu!

Getur kengúra hoppað hærra en Hallgrímskirkja? Auðvitað, Hallgrímskirkja getur ekki hoppað.

Hvernig segir maður þúsundkall í fleirtölu? Þið sundkallar.

Hvað gerði kúrekinn þegar hann datt af baki? Hann fór aftur-á-bak.

Hvert er uppáhaldssúkkulaði geimfara? Mars.

Vísur

Hver á að ver'ann?

Úrtalningarvísur eru ágæt aðferð til að ákveða hver á að ver'ann í leikjum. Hér eru nokkrar til að velja úr.

Ég á sokk

Ég á sokk sem gat er á,
far þú frá.

Úllen dúllen doff

Úllen dúllen doff,
kikkilani koff,
koffilani bikkibani,
úllen dúllen doff.

Andrés önd

Andrés Önd
fór út í lönd
og keypti sér
ný axlabönd.

Kúadellan

Ella mella kúadella

Kross Gullfoss

Ólafía stopp – úr.

Uglan

Ugla sat á kvisti,
átti börn og missti
eitt, tvö, þrjú
og það varst þú.

bauhaus.is

BAUHAUS®

Garðaland®

Mille garðhúsgögn
Dökkgrá eða hvít úr rattan og áli. Borð 100 x 200 x 74 cm. og 6 stólar. Sessur fylgja.

169.995.-

SENSUM™ Outdoor living

169.995.-

Naples garðhúsgögn
Svört úr galvaniseruðu stáli með gráum sessum. Settið samanstendur af hornsófa, stól og 2 borðum. Vatnsfráhrindandi sessur og púðar fylgja.

Trampólín
Þv. 457 cm. Með öryggisneti og stuðkanti.

29.995.-

Mjög mikið úrval af grillum

Við erum sérfræðingar í grillum og erum með eitt mesta úrval landsins af grillum og fylgihlutum. Hvort sem þig vantar kolagrill, hágæða gasgrill eða fylgihluti getur þú verið viss um að finna það hjá okkur. Starfsfólk okkar er reiðubúið að aðstoða þig

59.995.-

Chelsea gasgrill
Þv. 48 cm. Með 1 brennara. Vegna trektarkerfis er grillið með mjög stóran grillflöt (pláss fyrir 4 heila kjúklinga). Áfast lok, brennarar úr ryðfríu stáli, lokhitamælir, rafmagns kveikir, 2 veðurþolin dekk, hnífaparastandur og stabílt stell.

84.995.-

weber

Spirit E-310 orginal gasgrill
3 ryðfríir brennarar, 10,6 kW/klst. Rafstýrður kveikirofi. Grillflötur 61 x 45 cm, efri grind 61 x 12 cm. Postulíns glerungshúðaðar bragðburstir (Flavorizer® bars). Þykk álsteypa í botni og hliðum í loki. Hitamælir í loki. 4 hjól, þar af2 læsanleg. Álbakki fyrir fitu.

weber

Grænmetisbakki
Til að elda grænmetið.

4.495.-

Grillteinn f/Q3000 weber
Mikið úrval af snúningsteinum. T.d. fyrir Q3200

34.995.-

weber

Igrill mini
Með bluetooth. Tilvalið til að ná fullkomnum kjarnhita.

9.995.-

129.985.-

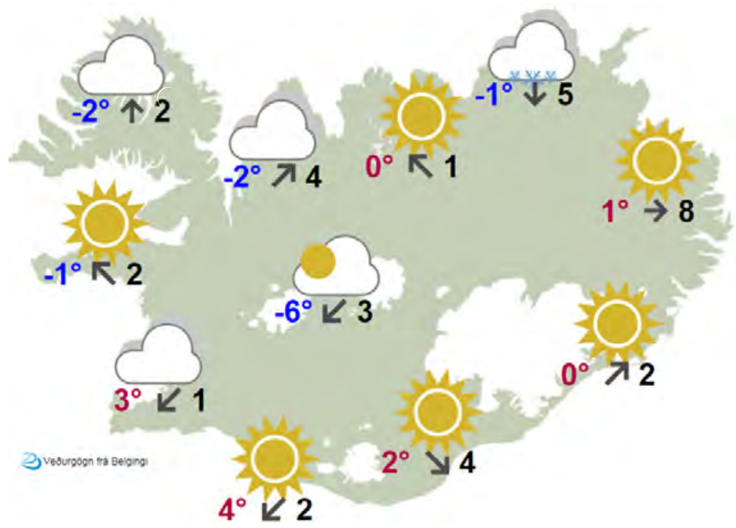
weber

Genesis® II E-410 GBS gasgrill
4 ryðfríir brennarar, 14,0 kW/klst. Rafstýrður kveikirofi. Grillflötur 86 x 48 cm, efri grind 84 x 15 cm. Postulín-glerungshúðaðar bragðburstir (Flavorizer® bars). Þykk álsteypa í botni og hliðum í loki. Hitamælir í loki. Ryðfrítt stál í hliðarborðum, 4 hjól, þar af 2 læsanleg. Gaskútageymsla, fitusafnari og álbakki fyrir fitu. Þyngd 73 kg.

Verðin gilda frá þriðjudeginum 3. apríl til og með sunnudeginum 22. apríl 2018
Opnunartímar: mánudaga til föstudaga 8-19 * laugardaga og sunnudaga 10-18

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Laugardagur



Í dag er spáð hægum vindi og bjartviðri, en stöku éljum úti við norðurströndina. Fremur kalt í veðri.

Heimurinn

Kaupmannah.	Oslo	Stokkhólmur	Gautaborg	Helsinki	Þórshöfn	Nuuk
9°	6°	9°	12°	5°	4°	2°
London	**Amsterdam**	**París**	**Berlín**	**Madrid**	**Brussel**	**Róm**
16°	16°	15°	15°	9°	17°	19°
Boston	**New York**	**Orlando**	**Moskva**	**Singapúr**	**Tókýó**	**Sydney**
2°	3°	20°	5°	26°	9°	21°

GARÐS APÓTEK - í yfir 60 ár
Hafðu lyfin tilbúin þegar þú sækir
Pantaðu tiltekt á appotek.is
eða í síma 568 0990
Garðs Apótek - í leiðinni
Fáðu lyfin send heim með póstinum
Pantaðu sendingu á appotek.is
Garðs Apótek - um land allt
Sogavegi við Réttarholtsveg og Miklubraut
Opið kl. 9-18 virka daga, lokað um helgar

Þjónustumiðstöð tónlistarfólks

TÓNASTÖÐIN
Allt fyrir tónlistarmanninn

Reykjavík

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
4° ↖10	4° ←13	6° ↖11	7° ↖15	3° ↘6

Ísafjörður

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-0° ↑5	1° ↖6	4° ↑9	3° ↑18	3° →3

Akureyri

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
1° ↗4	1° ↖5	4° ↗4	6° ↑11	8° ↑5

Egilsstaðir

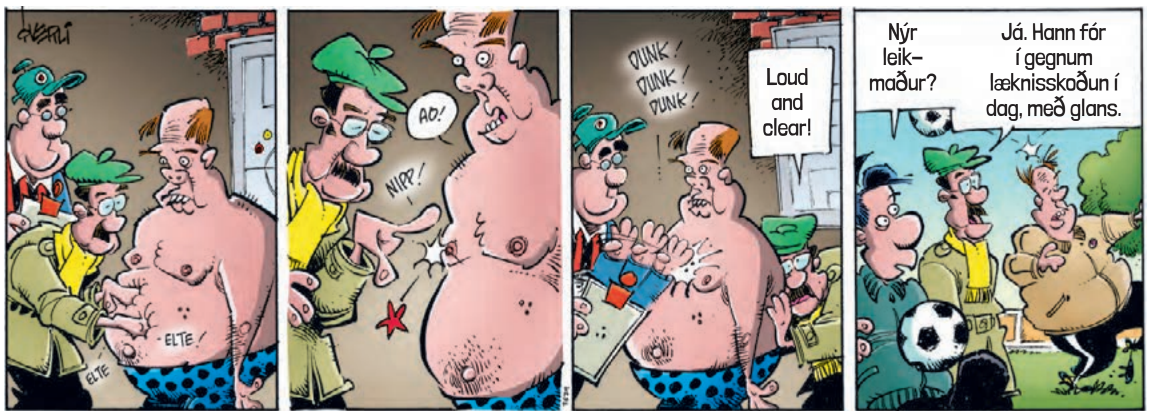
Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
-1° ↑5	-0° ↖6	3° ↑7	4° ↑11	6° ↑10

Kirkjubæjarklaustur

Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
2° ←6	2° ←13	5° ←6	4° ←6	4° ←8

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

sloggi®

Sloggi maxi 3 í pakka

Tilboð á næsta útsölustað Sloggi

Þér líður betur í Sloggi

Þetta er bókin sem ruddi brautina og opnaði Afríku

Skáldsagan Allt sundrast eftir Chinua Achebe markaði fyrir sextíu árum risavaxin tímamót í afrískum bókmenntum en hún kom út fyrir skömmu í fyrsta sinn í íslenskri þýðingu Elísu Bjargar Þorsteinsdóttur.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Skáldsagan Allt sundrast eftir nígeríska rithöfundinn Chinua Achebe kom út í íslenskri þýðingu Elísu Bjargar Þorsteinsdóttur fyrir skömmu á sextíu ára útgáfuafmæli bókarinnar. Allt sundrast er talin til höfuðrita afrískra bókmennta og Elísa Björg segir að áhrif og mikilvægi verksins séu slík að það hafi beinlínis verið orðið vandræðalegt að hún hafi aldrei komið út í íslenskri þýðingu. „Ég verð reyndar að játa að ég þekkti ekki bókina þegar ég var beðin um þýða hana en hún heillaði mig samstundis og mikilvægi hennar má einfaldlega sjá út frá því að hún hefur verið þýdd á 58 tungumál og selst í yfir 20 milljónum eintaka. Allt sundrast er í raun algjör yfirklassík í afrískum bókmenntum.“

Opnaði Afríku

Elísa Björg bendir á að Allt sundrast hafi í raun verið fyrsta skáldsagan þar sem höfundur frá Afríku tekur sér stöðu og kemur fram með rödd álfunnar. „Það er líka merkilegt hvað hún er fyrst í mörgu tilliti. Hún er fyrsta skáldsaga Achebe, fyrst í trílógíu, fyrst í ritröð Heinemanns African Writers Series og fyrsta bókin um líf Afríkumanna skrifuð af Afríkumönnum sjálfum. Fram að því hafði alltaf verið skrifað um Afríku út frá gestsauga og illu heilli þá fer það oft út í góðlátlegt grín og ýkjusögur.

Achebe er sjálfur alinn upp í svona blönduðu samfélagi eins og þarna er lýst og hann þekkir því af eigin raun það sem hann er að skrifa um. Þetta er meginforsenda þess að hann hefur svona gríðarleg áhrif á afrískar bókmenntir og það er til falleg tilvitnun í Chimamanda Ngozi Adichie sem skrifaði meðal annars Við ættum öll að vera femínistar, en hún sagði: „Ég held að ég geti skrifað vegna þess að Chinua Achebe skrifaði.“ Hún hafði lengi lesið eintómar skáldsögur um Afríku sem pössuðu ekkert við hennar upplifun. Þannig að hann opnaði ekki aðeins Afríku fyrir öðrum álfum heldur opnaði hann Afríku fyrir Afríkubúum sjálfum. Sem slíkur skiptir hann því auðvitað ótrúlega miklu máli.“

Eitt af því sem vekur athygli við lestur Allt sundrast er að Achebe hikar ekki við að nýta sér vestræna bókmenntahefð. Elísa Björg tekur undir það og bendir á að bókinni sé skipt í þrjá hluta og hún sé um margt uppbyggð eins og klassískt grískt leikrit. „Að auki þá er titill verksins sóttur í ljóð eftir W.B. Yeats og fleira mætti tiltaka en þetta er mjög meðvituð leið til þess að ná til vestrænna lesenda. Hins vegar var hann stundum skammaður fyrir það að skrifa á ensku, tungumáli kúgarans, en þá vísaði hann til þess að það nígeríska ritmál sem er til er búið til af þessum sömu kúgurum, nýlenduherrunum. Þetta ritmál dregur tennurnar úr þeim mállýskum sem tungumálið býr yfir og Achebe sagði að það væri þó betra að ná þessum sérkennum tungumálsins og öllum þeim þjóðsögum sem er að finna í verkinu með því að beita einfaldlega enskunni. Að auki var enskan leið til þess að opna Afríku fyrir útlendingum, þannig að þetta var í raun meðvituð pólitísk ákvörðun.“

Elísa Björg Þorsteinsdóttir, þýðandi Allt sundrast, segir bókina eiga brýnt erindi við okkur í dag enda arfleifð Vesturlanda í álfunni skelfileg. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Níundi kafli

Í fyrsta sinn í þrjár nætur svaf Okonkwo. Hann vaknaði einu sinni um miðja nótt og hugur hans reikaði til undangenginna þriggja daga án þess að hann fyndi til óróleika. Hann fór að velta því fyrir sér hvers vegna hann hefði verið órólegur yfirleitt. Hann minnti á mann sem undrast það í dagsbirtu að honum hafi þótt draumur næturinnar svo skelfilegur. Hann teygði sig og klóraði sér á lærinu þar sem moskítófluga hafði stungið hann meðan hann svaf. Önnur vældi við hægra eyrað á honum. Hann sló í eyrað og vonaði að hann hefði drepið fluguna. Hvers vegna ráðast þær alltaf á eyrun? Þegar hann var lítill hafði móðir hans sagt honum sögu um það. En hún var jafn heimskuleg og aðrar sögur kvenna. Moskító, sagði hún, hafði beðið Eyra að giftast sér og Eyra samstundis oltið á gólfið af hömlulausum hlátri. „Hversu langt heldurðu að þú eigir ólifað?“ spurði Eyra. „Þú ert orðinn að beinagrind nú þegar.“ Moskító hélt á brott niðurlægður og í hvert sinn sem hann átti leið hjá sagði hann Eyra að hann væri enn á lífi.

Allt sundrast eftir Chinua Achebe, upphaf 9. kafla í þýðingu Elísu Bjargar Þorsteinsdóttur

Konur, sögur og aumingjar

Allt sundrast segir sögu hins óttalausa Igbo-stríðsmanns Okonkwos í upphafi nýlendutímans þegar ágengir Evrópumenn ógna heimi ættflokkanna á svæðinu. „Okonkwo er mikill glímukappi, heljarmenni og frekjuhundur eins og karlar eiga að vera. En hann er miklu viðkvæmari en hann vill vera láta og skammast sín mikið fyrir það. Hann á þrjár konur og átta börn sem koma þó lítið við sögu. Hins vegar er það þannig að eina manneskjan sem hefur einhvern möguleika á að hafa áhrif á þessa ofurhetju er dóttir hans en ekki sonurinn enda harmar Okonkwo það statt og stöðugt að hún skuli ekki vera strákur. En svo lendir hann í því að hetjuskapurinn verður til þess að hann fremur glæp og er rekinn í útlegð en þegar hann snýr aftur þá er samfélagið gerbreytt.

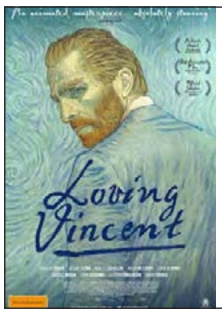
Hið gerbreytta samfélag gengur í raun og veru út á íhlutun og frekjugang vestrænna nýlenduríkja sem beita fyrir sig öllum leiðum, pólitískum, trúarlegum og efnahagslegum, til þess að vaða yfir allt samfélagið og ná frumbyggjunum á sitt band. En það má líka lesa þetta með femínískum gleraugum og líta á þetta sem harmsögu karlmennskunnar. Það má vel fara þá leiðina,“ segir Elísa Björg létt í bragði.

Kynjahlutverkin skipta greinilega miklu máli í Allt sundrast og það birtist í ýmsum myndum. Frásögnin er til að mynda skemmtileg blanda af beinum og afdráttarlausum frásagnarstíl annars vegar og svo litríkum þjóðsögum hins vegar. „Já, þjóðsögurnar gegna gríðarlega mikilvægu hlutverki. Þær eru líka – og það fannst mér vænt um þegar ég áttaði mig á því – rödd kvenna í frásögninni. Konur eru þarna valdalausar og fyrirferðarlitlar en þjóðsögurnar og tungumálið eru þeirra ríki. Mér finnst merkilegt að þeirra valdefling skuli vera þarna því ef karlmenn í sögunni hafa gaman af sögum kvennanna þá eru þeir aumingjar í augum karlanna og feðraveldisins. Sonur aðalhetjunnar er gott dæmi um þetta því hann hefur gaman af því að hlusta á sögur móður sinnar en vill svo auðvitað ekki viðurkenna slíkan veikleika,“ segir Elísa Björg og getur ekki annað en brosað. „Þessi andstæða á milli karlmennskunnar og tungumáls birtist líka mjög skemmtilega í því að Okonkwo stamar og eftir því sem hann verður æstari og lætur rymja meira í sér, þeim mun óöruggari verður hann í tungumálinu sem endar með því að hann þarf að grípa til hnefanna.“

Skelfileg arfleifð

Elísa Björg fæst við að kenna bæði sögu og listasögu og hún segir að vissulega leiti hún þangað þegar tekist er á við að þýða verk á borð við þetta. „Núna fyrir stundu var ég einmitt að æsa mig mikið við kennsluna því við vorum að fara yfir nýlendutímann í Afríku. Það mátti engu muna að ég færi að lesa fyrir nemendur úr bókinni, en maður má auðvitað ekki blanda þessu saman, en bókin gerist á síðari hluta nítjándu aldar og árið 1885 var haldinn fundur í Berlín þar sem nýlenduveldin skiptu því sem eftir var af Afríku á milli sín með reglustiku. Í kjölfarið ryðjast þeir þarna inn og sagan segir frá þessum umbrotatímum.“

En á þessi bók þá eitthvert erindi við okkur í dag? „Já, svo sannarlega. Það sagði einmitt einn nemandi minn í tímanum áðan: „Er þetta þá ástæðan fyrir því að ástandið er svona eins og það er í Afríku dag?“ Og ég get ekki sagt annað en að það eigi mikinn þátt í því. Arfleifð okkar Vesturlanda í Afríku er skelfileg þar sem við erum búin að mergsjúga allt og erum hvergi nærri hætt. Allt sundrast sýnir okkur það og er öllum holl lesning.“



BIO ★ PARADIS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Martha & Niki frísýning	14:00
Kanntu skets að skrifa? Námskeið í sketsaskrifum	13:00
Krummi Klóki	14:00
Stand By Me	16:00
Doktor Proktor & Prumpuduftið	16:00
Grænuvellir: sjúklegt svínarí	16:00
Doktor Proktor & Tímabaðkarið	18:00
Benji the Dove	18:00
Stuttumyndir 12 - 15 ára frítt inn	18:00
Loving Vincent	20:00, 22:00
In this corner of the world	20:00
Andið eðlilega eng sub	20:00
Hleyptu Sól í hjartað	22:30
Spor	22:00

Hvað? Hvenær? Hvar?

Laugardagur

Hvar@frettabladid.is

7. APRÍL 2018

Tónlist

Hvað? Pink Street Boys og Godchilla og Mister Lizard og Herd Mover
Hvenær? 21.00
Hvar? Dillon, Laugavegi
Pink Street, Godchilla og Mister Lizard og Herd Mover mæta á Dillon

Viðburðir

Hvað? Ertu ekki að grínast?
Hvenær? 20.00
Hvar? Harbinger, Freyjugötu
Harbinger býður ykkur hjartanlega velkomin á leiklestur úr verkinu „Ertu ekki að grínast?“ eftir Nikulás Stefán Nikulásson í samstarfi við Leikhópinn X. Viðburðurinn stendur yfir þetta eina kvöld frá kl. 20 til 22.

Hvað? Þórarinn Þórarinsson: Fornir haugar, sólarhof og línur jarðar.
Hvenær? 15.00
Hvar? Lífspekifélagið, Ingólfsstræti
Þórarinn ætlar að fjalla um forna hauga og meðal annars að nefna til sögunnar forsögulega manngerða hauga, Maeshowe á Orkneyjum og Newgrange á Írlandi. Það dregur hann söguna til Íslands og nefnir Loftstaðahól sem er við sjávarströnd á Íslandi og er undarlega líkur hinum báðum og Elliðavatnshól sem einnig virðist af sömu rótum.

Hvað? Afmælismálþing til heiðurs Guðmundi Ólafssyni fornleifafræðingi
Hvenær? 13.00
Hvar? Þjóðminjasafn Íslands
Í tilefni af sjötugsafmæli Guðmundar Ólafssonar fornleifafræðings gangast Hugvísindasvið Háskóla Íslands og Þjóðminjasafn Íslands fyrir málþingi til heiðurs honum.

Sýningar

Hvað? Opnun – Gabríela Friðriksdóttir
Hvenær? 16.00
Hvar? Hverfisgallerí, Hverfisgötu
Gabríela Friðriksdóttir hefur í hartnær tvo áratugi unnið með fjölbreytta miðla – allt frá teikningum, málverkum og skúlptúrum til gjörninga, tilraunakenndra myndbanda og myndbandsinnsetninga – í list sinni sem byggir á einstakri fagurfræðilegri sýn. Listheimur hennar er í ætt við súrrealisma, hann byggja blendingar og kynferðislegar verur sem hægt er að túlka sem myndlíkingar fyrir fornar grunnkenndir mannskepnunnar á borð við depurð, sársauka og vanhæfni til að rjúfa eigin einangrun.

Leikhúslistakonur 50+ leiklesa Æskuvini í Hannesarholti.

Viðburðir

Hvað? Út úr skápnum – þjóðbúningana í brúk
Hvenær? 13.00
Hvar? Heimilisiðnaðarfélagið, Nethyl
Út úr skápnum – þjóðbúningana í brúk er yfirskrift verkefnis Heimilisfélags Íslands sem hefur það að markmiði að fá landsmenn til að taka þjóðbúninga af öllu tagi út úr skápunum og fram í dagsljósið. Sunnudaginn 8. apríl kl. 13-16 er almenningi boðið að koma til Heimilisiðnaðarfélagsins í Nethyl 2e í Reykjavík með þjóðbúninga og búningahluta til skoðunar og mátunar án endurgjalds. Á staðnum verða sérfræðingar í búningum og búningasilfri til ráðgjafar og ráðlegginga. Hægt er að máta á staðnum og fá ráð ef breytingar þarf að gera til að búningur passi. Þetta er einnig kjörið tækifæri til að fá leiðbeiningar um að festa skotthúfur og hnýta peysufataslifsi. Allir hjartanlega velkomnir.

Hvað? Leiklestur
Hvenær? 16.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstíg
Leikhúslistakonur 50+ leiklesa Æskuvini eftir Svövu Jakobsdóttur í Hannesarholti.

Hvað? Svarthol
Hvenær? 20.00
Hvar? Valhúsaskóli, Seltjarnarnesi
Félagsfundur um svarthol. Við heiðrum minningu Stephens Hawking með því að fá Helga Frey Rúnarsson eðlisfræðing til þess að segja okkur frá svartholum, sem eru klárlega ein af furðum veraldar og eitt af viðfangsefnum Stephens Hawking.

Sýningar

Hvað? Milli fjalls og fjöru – Leiðsögn og listamannaspjall
Hvenær? 14.00
Hvar? Nýlistasafnið, Marshallhúsinu
Nýlistasafnið býður ykkur velkomin á leiðsögn og spjall um sýningu Rögnu Róbertsdóttur Milli fjalls og fjöru. Ragna Róbertsdóttir og Þorgerður Ólafsdóttir, annar sýningarstjóri sýningarinnar, munu taka á móti gestum og leiða þá um sýningu Rögnu sem var opnuð 24. mars sl. Leiðsögnin fer fram á íslensku og ensku og er öllum opin og ókeypis.

Sunnudagur

Tónlist

Hvað? Sunnudjass – Live Jazz
Hvenær? 20.00
Hvar? Bryggjan brugghús, Grandagarði
Ásgeir Ásgeirsson leiðir kvartett á Sunnudjassi Bryggjunnar að þessu sinni, en með honum koma fram Snorri Sigurðarson trompetleikari, Gunnar Hrafnsson bassaleikari og Erik Qvick trymbill, og verða djassstandardar uppistaða dagskrárinnar.

Yfirlit um afkomu 2017

Efnahagsreikningur (í þús.kr.):	31.12.2017	31.12.2016
Eignarhlutir í félögum og sjóðum	57.480.860	50.375.936
Skuldabréf	91.607.031	87.014.544
Innlán og bankainnistæður	583.733	2.212.479
Kröfur	995.049	848.285
Aðrar eignir og rekstrarfjármunir	182.369	166.109
	150.849.042	140.617.353
Skuldir	-27.770	-34.957
Séreignarsjóður, Söfnunarleið I og II	2.494.871	2.381.041
Samtals	153.316.143	142.963.437

Yfirlit um breytingar á hreinni eign til greiðslu lífeyris:

Iðgjöld	4.448.976	3.843.704
Lífeyrir og endurhæfingarsjóður	-4.317.925	-4.020.543
Fjárfestingartekjur	10.568.191	2.948.260
Rekstrarkostnaður	-346.536	-307.257
Hækkun á hreinni eign á tímabilinu	10.352.706	2.464.164
Hrein eign frá fyrra ári	142.963.437	140.499.273
Samtals	153.316.143	142.963.437

Lífeyrisskuldbindingar:	31.12.2017	31.12.2016
Eignir umfram áfallnar skuldbindingar	-864.846	-2.189.695
Í hlutfalli af áföllnum skuldbindingum	-0,6%	-1,6%
Eignir umfram heildarskuldbindingar	-1.696.323	-5.756.471
Í hlutfalli af heildarskuldbindingum	-0,8%	-3,0%

Sjóðurinn hefur aldrei skert áunnin réttindi sjóðfélaga.

Kennitölur:	31.12.2017	31.12.2016
Nafnávöxtun	7,2%	1,9%
Hrein raunávöxtun	5,3%	-0,2%
Hrein raunávöxtun 5 ára meðaltal	4,9%	5,3%
Hrein raunávöxtun 10 ára meðaltal	2,8%	2,3%
Hrein raunávöxtun 20 ára meðaltal	4,4%	4,6%
Fjöldi virkra sjóðfélaga	6.532	6.571
Fjöldi lífeyrisþega	14.700	13.908
Rekstrarkostnaður í % af eignum	0,2%	0,2%
Eignir í íslenskum krónum	73,4%	78,9%
Eignir í erlendum gjaldmiðlum	26,6%	21,1%

Ávöxtun séreignardeildar 2017:

Nafnávöxtun Söfnunarleiðar I sem er innlánsreikningur ásamt stuttum tryggum skuldabréfum var 4,0% eða 2,2% hrein raunávöxtun.
Nafnávöxtun Söfnunarleiðar II sem inniheldur ýmis verðbréf nam 8,2% eða 6,3% hrein raunávöxtun. Er þetta sú ávöxtun sem rétthafar njóta.
Heildareignir séreignardeildarinnar eru 2.495 milljónir króna í árslok 2017.

Sjóðfélagar:

Sjóðurinn er ætlaður öllum launþegum og sjálfstætt starfandi mönnum sem eiga ekki kjarasamningsbundna aðild að öðrum lífeyrissjóðum. Hann getur því verið góður kostur fyrir ýmsa aðila sem þurfa að velja sér lífeyrissjóð. Sjóðurinn byggir á samtryggingu og séreign.

hunang

Söfnunarsjóður lífeyrisréttinda

Traustur sjóður – trygg framtíð

Ársfundur 2018

Ársfundur sjóðsins verður auglýstur sérstaklega.

Í stjórn sjóðsins eru:
Guðmundur Árnason, formaður
Hrafn Magnússon, varaformaður
Aðalbjörg Lúthersdóttir
Einar Sveinbjörnsson
Reynir Þorsteinsson
Svana Helen Björnsdóttir
Þórunn H. Sveinbjörnsdóttir

Framkvæmdastjóri er:
Sigurbjörn Sigurbjörnsson

Borgartún 29 · 105 Reykjavík · Sími 510 7400 · Fax 510 7401 · sl@sl.is · www.sl.is

Nýjar lóðir við Leirtjörn

Byggðin í Úlfarsárdal stækkar og nú eru í boði lóðir fyrir 255 íbúðir í þessu skemmtilega hverfi. Nýjar lóðir hafa verið skipulagðar við Leirtjörn og einnig eru lausar lóðir í grónari hluta hverfisins. Allar lóðirnar eru boðnar út og er tekið við tilboðum til hádegis 4. maí. Úlfarsárdalur býður gott aðgengi að fjölbreyttum útivistar- og náttúrusvæðum með einstöku samspili fjallsins, dalsins og árinnar.

Gróður á útivistarsvæði við Leirtjörn mun taka mið af aðstæðum en við bakka tjarnarinnar verður leitast við að endurheimta náttúrlegt gróðurlendi með áherslu á gróðursetningu íslenskra tegunda, til dæmis víðikjarr og engjagras. Við Leirtjörn verður útivistarstígur sem tengist stígakerfi Úlfarsfells.

Neðst í dalnum rís nú glæsilegt mannvirki sem hýsa mun skóla, leikskóla, menningarmiðstöð, bókasafn, sundlaug og íþróttamannvirki. Nú þegar hefur hluti byggingarinnar verið tekinn í notkun og uppbygging á íþróttasvæði er vel á veg komin.

Úlfarsárdalur

Einstök náttúra og mikil uppbygging

- Skemmtilegar gönguleiðir á Úlfarsfell
- Úlfarsá er silungs- og laxveiðiá sem rennur í gegnum dalinn
- Í dalnum er fjölbreytt fuglalíf
- Einstakt útsýni yfir borgina
- Sólríkar suðurhlíðar
- Öflugt hjóla- og göngustígakerfi
- Fjölbreytt menningarhús með skóla, leikskóla og bókasafni
- Ný útisundlaug verður tekin í notkun 2021
- Mikil uppbygging íþróttamannvirkja og aðstöðu fyrir Fram

Skýringar við byggingareiti

- Fjölbýli (151 íbúð)
- Raðhús (48 íbúðir)
- Parhús (4 íbúðir)
- Einbýlishús (32 einbýli)
- Tvíbýlishús/einbýlishús (20 íbúðir)

Skilafrestur tilboða er til kl. 12.00 föstudaginn 4. maí 2018.

Nánari upplýsingar má finna á **reykjavik.is/lodir**

#PL

Premier League

Laugardagur 7. apríl

Everton 11:20 Liverpool
#EVELIV

Stoke 13:50 Tottenham
#STKTOT

Man. City 16:20 Man. Utd
#MCIMUN

Sunnudagur 8. apríl

Arsenal 13:05 Southampton
#ARSSOU

Chelsea 15:20 West Ham
#CHEWHU

MESSAN 17:30 Uppgjör helgarinnar með Gumma Ben og Rikka G.
#MESSAN

SPORT

365.is | 1817

KAUPTU STAKAN LEIK:

vodafone Síminn

Domino's Coca-Cola Icelandair

DAGSKRÁ

Laugardagur

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Waybuloo
07.45 Kalli á þakinu
08.10 Með afa
08.20 Billi Blikk
08.35 Dagur Diðrik
09.00 Dóra og vinir
09.25 Nilli Hólmgeirsson
09.40 Blíða og Blær
10.05 Lína langsokkur
10.30 Ævintýri Tinna
10.55 Beware the Batman
11.15 Friends
11.40 Ellen
12.20 Víglínan Vikulegur þjóðmálaþáttur á vegum fréttastofu Stöðvar 2 í ritstjórn Þóris Guðmundssonar og umsjón Heimis Más Péturssonar sem mun stýra þáttunum ásamt Höskuldi Kára Schram. Í þáttunum verða tekin fyrir mál af vettvangi stjórnmála, félags- og menningarmála, þar sem forystufólk víðs vegar að úr samfélaginu situr fyrir svörum.
13.05 Bold and the Beautiful
13.25 Bold and the Beautiful
13.45 Bold and the Beautiful
14.05 Bold and the Beautiful
14.30 Bestu lög Björgvins
16.05 Satt eða logið
16.55 Gulli byggir
17.30 Heimsókn
18.00 Sjáðu
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Ellen's Game of Games Stórsniðugir leikja- og skemmtiþættir í umsjón spjallþáttadrottningarinnar Ellen DeGeneres. Í hverjum þætti keppa lið í fjölbreyttum og afar frumlegum leikjum og þrautum í von um að hreppa að lokum væna peningaupphæð. Leikirnir og þrautirnar eru sjónvarpsaðdáendum kunnug úr spjallþáttum Ellenar sjálfrar. Þar vöktu þeir það mikla lukku að ákveðið var að gefa þeim eigið pláss í dagskránni. Útkoman er þessi, óborganleg fjölskylduskemmtun sem svíkur engan.
19.55 A Long Way Down
21.30 Miss Peregrine's Home for Pecu
23.35 CHIPS
01.15 The Revenant
03.45 Deepwater Horizon

STÖÐ 2 SPORT

08.50 Haukar - Valur
10.20 Premier League World
10.50 Premier League Preview
11.20 Everton - Liverpool
13.25 La Liga Report
13.50 Stoke - Tottenham
16.00 Laugardagsmörkin
16.15 Manchester City - Manchester United
18.40 Barcelona - Leganes
20.45 Formúla 1 - Æfing
21.45 Formúla 1 - Tímataka
23.20 PL Match Pack
23.50 UFC Countdown
01.15 UFC Now
02.00 UFC Live Events

STÖÐ 2 SPORT 2

07.50 Cardiff - Wolves
09.30 Philadelphia 76ers - Cleveland Cavaliers
11.25 Norwich - Aston Villa
13.25 Augsburg - Bayern München
15.30 La Liga Report
15.50 Valur - Keflavík
17.55 WBA - Swansea
19.35 Watford - Burnley
21.15 Leicester - Newcastle United
22.55 Bournemouth - Crystal Palace

STÖÐ 3

16.10 Grand Designs
17.00 Friends
17.25 Friends
17.50 Friends
18.15 Friends
18.40 Friends
19.05 Entourage
19.35 The New Girl
20.00 Property Brothers at Home
20.45 Schitt's Creek
21.10 NCIS: New Orleans
21.55 The Knick
22.50 The Mentalist
23.35 Entourage
00.30 Grand Designs
01.20 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.24 Svampur Sveinsson
07.49 Lalli
07.55 Rasmus Klumpur og félagar
08.00 Strumparnir
08.25 Hvellur keppnisbíll
08.37 Ævintýraferðin
08.49 Gulla og grænjaxlarnir
09.00 Stóri og Litli
09.13 Tindur
09.27 Zigby
09.38 Mæja býfluga
09.50 Kormákur
10.00 Dóra könnuður
10.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
10.47 Doddi litli og Eyrnastór
11.00 Áfram Diego, áfram!
11.24 Svampur Sveinsson
11.49 Lalli
11.55 Rasmus Klumpur og félagar
12.00 Strumparnir
12.25 Hvellur keppnisbíll
12.37 Ævintýraferðin
12.49 Gulla og grænjaxlarnir
13.00 Stóri og Litli
13.13 Tindur
13.27 Zigby
13.38 Mæja býfluga
13.50 Kormákur
14.00 Dóra könnuður
14.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
14.47 Doddi litli og Eyrnastór
15.00 Áfram Diego, áfram!
15.24 Svampur Sveinsson
15.49 Lalli
15.55 Rasmus Klumpur og félagar
16.00 Strumparnir
16.25 Hvellur keppnisbíll
16.37 Ævintýraferðin
16.49 Gulla og grænjaxlarnir
17.00 Stóri og Litli
17.13 Tindur
17.27 Zigby
17.38 Mæja býfluga
17.50 Kormákur
18.00 Dóra könnuður
18.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
18.47 Doddi litli og Eyrnastór
19.00 Ribbit

Mæja býfluga klukkan 09.38, 13.38 og 17.38

GOLFSTÖÐIN

07.50 2018 Masters
12.20 Shell Houston Open
14.30 2018 Masters
19.00 2018 Masters
23.30 PGA Highlights

STÖÐ 2 BÍÓ

06.55 Game Change
08.50 To Walk Invisible
10.50 The Pursuit of Happyness
12.45 Grey Gardens Áhrifamikil og mynd sem byggð er á sannsögulegum atburðum um tvær sérkennilegar frænkur Jackie Kennedy. Myndin hlaut sex Golden Globe- verðaun og tvenn Emmyverðlaun árið 2010 og skartar leikkonunum Drew Barrymore og Jessicu Lange í aðalhlutverkum.
14.25 Game Change
16.25 To Walk Invisible
18.25 The Pursuit of Happiness Dramatísk og sannsöguleg kvikmynd frá 2006 um einstæðan föður sem þráir heitast af öllu að tryggja syni sínum öruggt líf. Hann starfar sem sölumaður en hefur átt erfitt uppdráttar og sér fram á ansi erfiða tíma ef stóra tækifærið kemur ekki fyrr en síðar.
20.20 Grey Gardens
22.00 Aftermath
23.35 Morgan
01.05 The Exorcism of Molly Hartley
02.40 Aftermath

RÚV

07.00 KrakkaRÚV
07.01 Kalli og Lóa
07.12 Vinabær Danna tígurs
07.24 Lundaklettur
07.31 Veistu hvað ég elska þig mikið?
07.43 Einmitt svona sögur
07.56 Símon
08.01 Úmísúmí
08.24 Molang
08.28 Hvolpasveitin
08.51 Rán og Sævar
09.01 Mói
09.13 Ronja ræningjadóttir
09.35 Djúpið
09.59 Alvin og íkornarnir
10.10 Krakkafréttir vikunnar
10.30 Meistaradagar: Kraftlyftingar
12.15 Meistaradagar: Pílukast
14.00 Meistaradagar: Fimleikar
16.00 Meistaradagar: Keila
18.05 Táknmálsfréttir
18.25 Leiðin á HM
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Fjörskyldan
20.25 Alla leið
21.40 Ruby Sparks
23.25 Maður sem heitir Ove
01.15 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 King of Queens
08.25 Everybody Loves Raymond
08.45 Everybody Loves Raymond
09.10 How I Met Your Mother
09.30 How I Met Your Mother
09.55 Life in Pieces
10.15 Angel From Hell
10.40 Black-ish
11.05 Making History
11.30 The Voice USA
13.00 America's Funniest Home Videos
13.20 The Perfect Man
15.00 Superior Donuts
15.25 Scorpion
16.15 Everybody Loves Raymond
16.40 King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Family Guy
17.55 Futurama
18.20 Friends with Benefits
18.45 Glee
19.30 The Voice USA
20.15 It's Kind of a Funny Story
22.00 The Frozen Ground
23.45 Cinderella Man
02.10 He's Just Not That Into You

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

DAGSKRÁ

Sunnudagur

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Waybuloo
07.45 Doddi litli og Eyrnastór
07.55 Zigby
08.05 Elías
08.15 Grettir
08.30 Mamma Mu
08.35 Pingu
08.40 Heiða
09.05 Víkingurinn Viggó
09.20 Tommi og Jenni
09.45 Skógardýrið Húgó
10.10 Lukku-Láki
10.35 Ellen's Game of Games
12.00 Nágrannar
12.20 Nágrannar
12.40 Nágrannar
13.00 Nágrannar
13.25 American Idol
14.50 American Idol
16.20 Born Different
16.55 Í eldhúsi Evu
17.40 60 Minutes
18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
18.55 Sportpakkinn Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
19.10 Allir geta dansað Nýr íslenskur skemmtiþáttur í beinni útsendingu byggður á hinum geysivinsælu þáttum Dancing with the Stars. Í þáttunum keppa tíu þjóðþekktir Íslendingar í dansi en þeir eru paraðir saman við tíu fagdansara og eitt par stendur uppi sem sigurvegari. Kynnar í þáttunum eru Sigrún Ósk Kristjánsdóttir og Eva Laufey Kjaran Hermannsdóttir. Dómarar eru Selma Björnsdóttir, Karen Reeves og Jóhann Gunnar Arnarsson.
21.05 Gåsmamman
21.50 Homeland Sjöunda syrpa þessara mögnuðu spennuþátta þar sem við höldum áfram að fylgjast með Carrie Mathieson, fyrrverandi starfsmanni bandaríski leyniþjónustunnar. Nú berst hún gegn mismunun og óréttlæti í garð minnihlutahópa og fyrir auknum borgararéttindunum þeirra.
22.45 Queen Sugar
23.30 Vice
00.45 Suicide Squad
02.45 Twelve Monkeys
04.50 Timeless

STÖÐ 2 SPORT

07.30 Premier League Preview
08.00 Everton - Liverpool
09.40 Stoke - Tottenham
11.20 Manchester City - Manchester United
13.05 Arsenal - Southampton
15.20 Chelsea - West Ham
17.30 Messan
18.45 Tindastóll - ÍR
21.00 Domino's-körfuboltakvöld
21.30 Real Madrid - Atletico Madrid
23.10 UFC Live Events

STÖÐ 2 SPORT 2

07.40 Augsburg - Bayern München
09.20 Valur - Keflavík
11.00 Watford - Burnley
12.40 Domino's-körfuboltakvöld
13.10 Formúla 1 - Tímataka
14.40 Formúla 1 - Keppni
17.40 Everton - Liverpool
19.20 Fram - ÍBV
20.40 Messan
22.10 Tindastóll - ÍR
23.50 Domino's-körfuboltakvöld

STÖÐ 3

15.55 Mayday
16.40 Seinfeld
17.05 Seinfeld
17.30 Seinfeld
18.15 Seinfeld
18.40 Seinfeld
19.05 Entourage
19.35 The New Girl
20.00 The Mentalist
20.45 Veep
21.15 Game of Thrones
22.20 Prison Break
23.05 Silicon Valley
23.30 American Horror Story: Cult
01.00 Entourage
01.25 The New Girl
01.50 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 Stóri og Litli
07.13 Víkingurinn Viggó
07.27 Zigby
07.38 Mæja býfluga
07.50 Kormákur
08.00 Dóra könnuður
08.24 Mörgæsirnar
08.47 Doddi litli og Eyrnastór
09.00 Áfram Diego, áfram!
09.24 Svampur Sveinsson
09.49 Rasmus Klumpur
09.54 Lalli
10.00 Strumparnir
10.25 Hvellur keppnisbíll
10.37 Ævintýraferðin
10.49 Gulla og grænjaxlarnir
11.00 Stóri og Litli
11.13 Víkingurinn Viggó
11.27 Zigby
11.38 Mæja býfluga
11.50 Kormákur
12.00 Dóra könnuður
12.24 Mörgæsirnar
12.47 Doddi litli og Eyrnastór
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveinsson
13.49 Rasmus Klumpur
13.54 Lalli
14.00 Strumparnir
14.25 Hvellur keppnisbíll
14.37 Ævintýraferðin
14.49 Gulla og grænjaxlarnir
15.00 Stóri og Litli
15.13 Víkingurinn Viggó
15.27 Zigby
15.38 Mæja býfluga
15.50 Kormákur
16.00 Dóra könnuður
16.24 Mörgæsirnar
16.47 Doddi litli og Eyrnastór
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveinsson
17.49 Rasmus Klumpur
17.54 Lalli
18.00 Strumparnir
18.25 Hvellur keppnisbíll
18.37 Ævintýraferðin
18.49 Gulla og grænjaxlarnir
19.00 Börnin í Ólátagarði

Doddi litli og Eyrnastór kl. 08.47, 12.47 og 16.47

GOLFSTÖÐIN

07.45 2018 Masters
12.15 Golfing World
13.05 Inside the PGA Tour
13.30 2018 Masters
18.00 2018 Masters
23.00 Golfing World

STÖÐ 2 BÍÓ

08.00 Reach Me
09.35 Me and Earl and the Dying Girl
11.20 Where to Invade Next
13.20 Maggie's Plan
15.00 Reach Me
16.35 Me and Earl and the Dying Girl
18.20 Where To Invade Next
20.20 Maggie's Plan
22.00 The Lobster Gamansöm mynd frá 2015 með Rachel Weisz og Colin Farrell. Í nálægri framtíð er illa séð að vera einhleypur – svo illa að fólki eru aðeins gefnir 45 dagar til að finna sér maka, annars verður því breytt í dýr sem eru svo send út í skóg. David er nýbúinn að missa konuna sína í fangið á öðrum manni.
00.00 Bernard og Doris
01.45 Beautiful and Twisted Spennutryllir frá árinu 2015 sem segir frá því þegar lík hótelerfingjans Bens Novack Jr. fannst í þakíbúð Hiltonhótelsins í New York þann 12.júlí 2009. Ben Novack Jr. var fæddur árið 1956 og var því 53 ára er hann var myrtur en hann hafði verið laminn með barefli og síðan kæfður.
03.15 The Lobster

RÚV

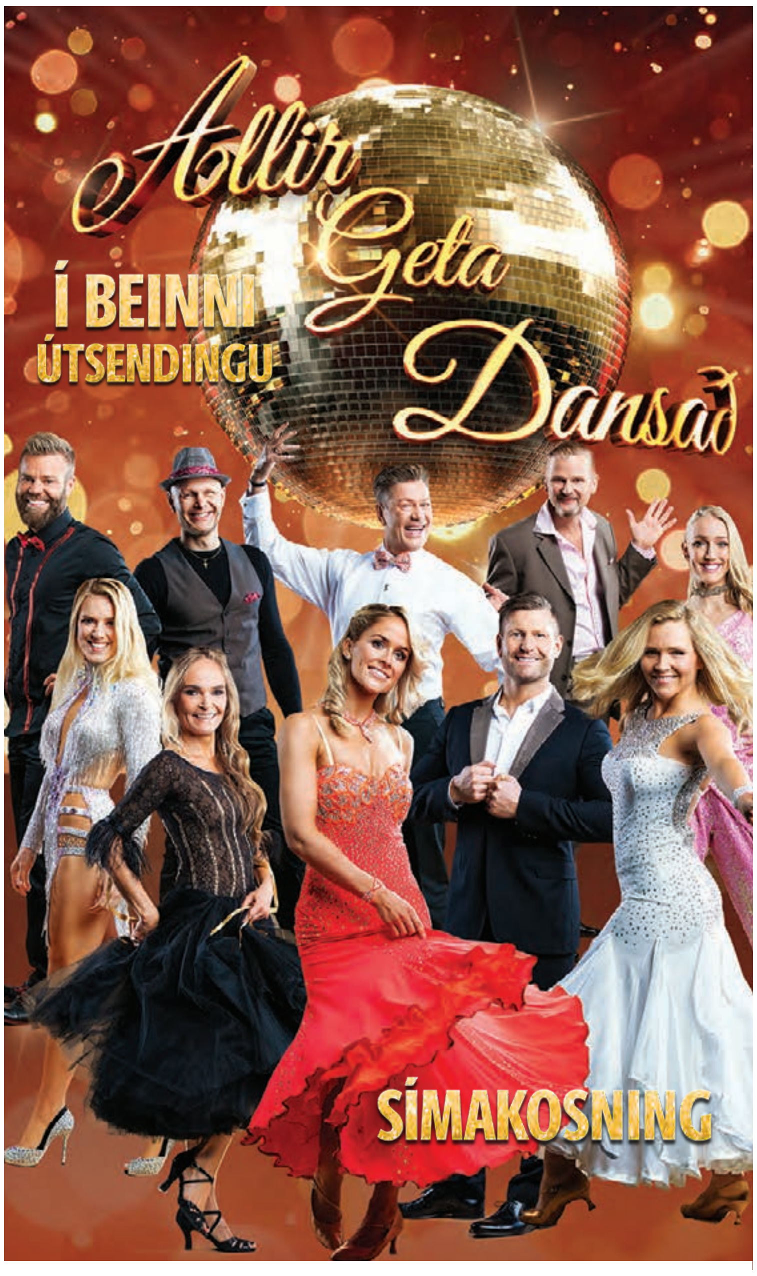
07.00 KrakkaRÚV
09.58 Undraveröld Gúnda
10.10 Krakkafréttir vikunnar
10.30 Menningin - samantekt
11.00 Silfrið
12.10 Meistaradagar: Badminton
15.00 Meistaradagar: Fimleikar
17.00 Landakort
17.15 Drengjaskólinn
17.45 Táknmálsfréttir
17.55 KrakkaRÚV
17.56 Sögur
18.25 Basl er búskapur
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Landinn
20.15 Úti
20.45 Löwander-fjölskyldan
21.45 Bjólfur
22.30 Norðvestur
00.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 King of Queens
08.25 Everybody Loves Raymond
08.45 Everybody Loves Raymond
09.10 How I Met Your Mother
09.30 How I Met Your Mother
09.55 Difficult People
10.15 Playing House
10.40 Growing Up Fisher
11.05 Younger
11.30 The Voice USA
12.15 Top Chef
13.05 Glee
13.50 Family Guy
14.15 90210
15.00 Playing House
15.25 Jane the Virgin
16.15 Everybody Loves Raymond
16.40 King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 The Grinder
17.55 Grandfathered
18.20 Ally McBeal
19.05 Kokkaflakk
19.45 Superior Donuts
20.10 Scorpion
21.00 Law & Order: Special Victims Unit
21.50 SEAL Team
22.35 Agents of S.H.I.E.L.D.
23.20 The Walking Dead
00.55 Satisfaction
01.40 Scream Queens
02.25 Hawaii Five-0
03.15 Blue Bloods
04.00 Snowfall

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin



ALLIR GETA DANSAÐ
KL. 19:10
Glæsilegur skemmtiþáttur fyrir alla fjölskylduna þar sem þú getur tekið þátt í símakosningu og valið þitt uppáhalds par. Kynnar eru þær Sigrún Ósk Kristjánsdóttir og Eva Laufey Kjaran Hermannsdóttir.

Spennandi **Sunnudagskvöld**

Fáðu þér áskrift á **365.is**

GÅSMAMMAN
KL. 21:05
Hörkuspennandi sería af þessum frábæru sænsku sakamálaþáttum með hinni einu sönnu Alexöndru Rapaport í hlutverki Sonju sem þarf að kljást við glæpamenn af allra verstu tegund. **Skandinavískir spennuþættir eins og þeir gerast bestir!**

HOMELAND
KL. 21:55
Magnaðir spennuþættir um Carrie Mathieson og fyrrverandi félaga hennar í bandarísku leyniþjónustunni CIA.

THE MENTALIST
KL. 20:00
Frábærir þættir um Patrick Jane, sjálfstætt starfandi ráðgjafa rannsóknarlögreglunnar í Kaliforníu.

Allt þetta og meira til á aðeins **333 kr. á dag.**

365.is

Eldur, ís og örvun allra skynfæra

Í sýningunni Icelandic Lava Show blandast eldur og ís bókstaflega saman á dramatískan hátt. Stofnendur fyrirtækisins fengu hugmyndina frá eldgosinu á Fimmvörðuhálsi og Minecraft-spilun sonar síns.

> ÞEGAR GOSIÐ VARÐ Á FIMMVÖRÐUHÁLSI ÁRIÐ 2010 FÓRUM VIÐ UPP EFTIR OG FANNST ÞETTA ALVEG GEÐVEIKT. VIÐ HUGSUÐUM HVERSU GEGGJAÐ ÞAÐ VÆRI FYRIR ÍSLAND EF ÞETTA GOS VÆRI BARA ÁFRAM, SVONA EINS OG Á HAWAII.

Icelandic Lava Show er fyrirtæki stofnað af hjónunum Ragnhildi Ágústsdóttur og Júlíusi Inga Jónssyni. Fyrirtækið stendur fyrir hraunsýningu þar sem þau bræða og hella hrauni yfir ís fyrir framan sal fullan af fólki.

„Við erum í raun og veru að búa til afþreyingartengt ferðaþjónustufyrirtæki þar sem við erum að gera ferðamönnum, og öðrum áhugasömum auðvitað, kleift að upplifa samspil hrauns við ís í návígi. Þetta er skýr skírskotun í gos undir jökli. Við ætlum að opna þetta í byrjun sumars í Vík í Mýrdal – við höfum verið á fullu síðan sumarið 2016 þegar við tókum þátt í Startup Reykjavík að vinna í þessu. Eins og er stundum með þessi „startup“ þá gengur allt rosa vel á stundum og allt að gerast en svo koma lengri tímabil þar sem ekki er mikið í gangi – það er mikil þrautseigja og þolinmæði sem maður þarf að sýna, en ef maður hefur trú á konseptinu, sjálfum sér og verkefninu þá gerist þetta á endanum,“ segir Ragnhildur. Þau hjónin eru í óðaönn að standsetja húsnæðið og koma sýningunni af stað.

Og sýningin er mikið sjónarspil eins og gefur að skilja – hraunið skellur á ísnum með miklum látum og snarki og þessu fylgir mikill hiti og brunalykt þannig að öll skilningarvit eru örvuð. Lava Show vakti enda mikla athygli þegar fyrirtækið fór í gegnum Startup Reykjavík viðskiptahraðalinn þarna um árið.

„Í grunninn er þetta þannig að við tökum basalt og við hitum það upp í einhverjar fjórtán hundruð gráður í sérútbúnum bræðsluofni. Svo erum við að framleiða íshellur sem við setjum í rennu í sýningarsalnum þangað sem við hellum hrauninu. Þetta er svolítið „kreisí“ hugmynd, þetta er pínu „out there“ og mjög sjónrænt og myndrænt – þannig að við fengum töluverða athygli í Startup Reykjavík sem hjálpaði okkur mikið í samskiptum við fjárfesta og aðra sem við höfum verið í viðræðum við.“

Þau helltu kílói af hrauni á ís fyrir framan fjárfestahópinn á meðan aðrir létu sér kannski nægja góða PowerPoint-sýningu.

Aðspurð hvernig þessi hugmynd hafi fæðst segir Ragnhildur að þau hjónin hafi alltaf langað til að stofna fyrirtæki og raunar reglulega tekið hugmyndafundi saman yfir morgunkaffinu. Þeim hafi þó aldrei tekist að detta niður á hugmynd sem þau hafi bæði verið sammála um að væri góð, ekki fyrr en hugmyndin að Lava Show kom frá Minecraft-spilun eins sonarins.

„Elsti strákurinn okkar er mjög hrifinn af Minecraft og mjög upptekinn af „lava“-þættinum í Minecraft sem honum þykir mjög spennandi – og svo erum við bæði algjörir jarðfræðinördar. Þegar gosið varð á Fimmvörðuhálsi árið 2010 fórum við upp eftir og fannst þetta alveg geðveikt. Við hugsuðum hversu geggjað það væri fyrir Ísland ef þetta gos væri bara áfram, svona eins og á Hawaii. Það komust auðvitað færri að en vildu og þá fórum við í kjölfarið að pæla hvernig væri hægt að vinna þetta – en útfærslan var eitthvað sem við vorum aldrei almennilega með.“

Haustið 2015 komust þau svo í kynni við bandaríska prófessora sem höfðu verið að bræða hraun í tilraunaskyni. Þeim fannst þau hjónin algjörlega galin en þau flugu út og fóru að hitta þá. Prófessorarnir mega ekki stunda hraunbræðslu í viðskiptaskyni þannig að þau buðu þeim að vera með – sem þeir þáðu.

„Strákurinn okkar elsti varð líka svo spenntur þegar hann sá myndbönd af þessu að síðan þessi hugmynd dúkkaði upp vissum við alveg strax að þetta væri málið. Og við vorum síðan nógu galin til að fara út í þetta.“

Þau voru ekki alveg viss með þátttökuna í Startup Reykjavík enda bæði viðskiptafræðimenntuð og með mikla reynslu á því sviði og fannst því ekkert endilega eins og það væri eitthvað sem þau þyrftu að gera.

„Eftir að við fórum á fund með forsvarsmönnum Startup Reykjavík sáum við að hvað maður græði ekki hvað síst á er að þetta býr til tengslanet. Það eru mentorar sem taka þátt í þessu og koma margir hverjir með frábæra punkta, þó að sumir hverjir kannski passi ekki alveg – þá er þetta alveg ómetanlegt og klárlega ýtti við okkur. Þetta gerði það að verkum að við erum á þeim stað með verkefnið sem við erum í dag. Svo fengum við talsvert mikla umfjöllun sem hjálpaði okkur mikið. Allt svoleiðis skiptir máli.“

Startup Reykjavík viðskiptahraðallinn hefst þann 11. júní en opnað hefur verið fyrir umsóknir.

stefanthor@frettabladid.is

Hjónin Ragnhildur og Júlíus komust í kynni við bandaríska prófessora sem voru að bræða hraun í tilraunaskyni og þá fór boltinn að rúlla. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Frá fjárfestadegi Startup Reykjavík árið 2016.

Geislaði á hliðarlínunni

Harry Bretaprins og Meghan Markle litu við á æfingu hjá fötluðum íþróttamönnum Englands en nú stendur yfir undankeppni fyrir svokallaða Invictus-leika sem fram fara í Sydney í október. Um 400 íþróttamenn munu taka þátt yfir helgina en 72 komast til Ástralíu. Markle var í Babaton-kápu eftir Aritzia og buxum frá Mother Denim. Harry var frekar rólegur í klæðaburði, einfaldri flíspeysu og svörtum buxum. Bæði voru þau í Invictus-pólóbol.

»MARKLE VAR Í BABATON KÁPU EFTIR ARITZIA OG BUXUM FRÁ MOTHER DENIM.

Meðal þeirra sem æfa sig nú af kappi eru fyrrverandi hermenn, karlar og konur, sem misst hafa útlimi í stríðum Breta víða um heim. Markle þótti, samkvæmt breskum miðlum, geisla á hliðarlínunni og sló í gegn enda er þetta málefni unnusta hennar mjög hugleikið.

Gríðarleg eftirvænting er eftir brúðkaupi þeirra Markle og prinsins sem verður í Windsor-kastala þann 19. maí. – bb

Harry útskýrir fyrir unnustu sinni eitthvað sem hann bendir á.

Markle var í Babaton-kápu eftir Aritzia og buxum frá Mother Denim en athygli vekur að Markle er gjörn á að velja kanadísk merki.

Trúlega hefur einhver af þessum horft á Suits í sjónvarpinu. Allavega virkar Markle frekar upp með sér.

Um 400 manns reyna að komast til Sydney. Hér er Harry að hvetja einn keppandann áfram.

RISA LAGERSALA
NTC
GLÆSIBÆR (áður Útilíf)
HÖFUM BÆTT INN NÝJUM VÖRUM!
OPIÐ
LAU : 11-18 / SUN : 11-18
ALLA DAGA : 11-18
Kultur · galleri sautján · eva · focus · gs skór · FLÓ & FRANSÍ · COMPANYS · GK REYKJAVIK · SMASH · KARAKTER KONUR · URBAN · Kultur menn
60-80% AFSLÁTTUR
... fullt af flottum fatnaði & skóm á geggjuðum afslætti!
HERRA- OG DÖMUFATNAÐUR
JAKKAFÖT - HERRASKYRTUR - STAKIR JAKKAR- KJÓLAR MIKIÐ ÚRVAL
GALLABUXUR - TOPPAR - ÚLPUR OG ULLARKÁPUR - FÍNNI BUXUR
... RISASTÓR SKÓDEILD!
YFIR 100 VINSÆL VÖRUMERKI
DIESEL · carhartt · BY MALENE BIRGER · SAMSØE SAMSØE · billi bi · CHEAP MONDAY · MOSS REYKJAVIK · NIKE · J.LINDEBERG · Paul Smith · CONVERSE ALL STAR · Herschel
LAGERSALA NTC ... í GLÆSIBÆ (áður Útilíf)

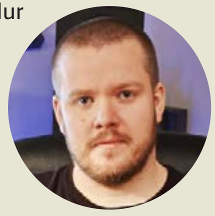
Lífið í vikunni

01.04.18 – 07.04.18

LÓA HJÁLMTÝSDÓTTIR ULLAÐI Á GAGNRÝNANDA

Lóa Hlín Hjálmtýsdóttir segist hafa ullað á leikhúsgagnrýnanda Fréttablaðsins með fimm ára son sinn með sér. Sigríður Jónsdóttir skrifaði dóm um verk Lóu, Lóaboratoríum, og gaf því tvær stjörnur.

HELGI SÆMUNDUR GEFUR ÚT TÓNLISTINA FYRIR STELLU BLÓMKVIST

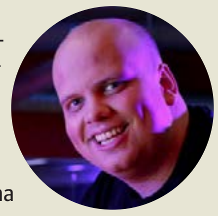


Helgi Sæmundur samdi hljóðsporið fyrir þættina um Stellu Blómkvist en það var gefið út af bandarísku plötufyrirtæki sem sérhæfir sig í hljóðsporum þátta og bíómynda og virðist hafa sérstakt dálæti á hljóðgervlum og nostalgíu.

SKÁLMÖLD SELDI ALLA MIÐA UPP Á 12 MÍNÚTUM

Miðar á tónleika Skálmaldar og Sinfó í ágúst seldust upp á örskotsstundu. Snæbjörn Ragnarsson segir að unnið sé að því hörðum höndum að setja saman þriðju tónleikana en gríðarlegur fjöldi kemur að þeim og því þurfa margir að hliðra til til að geta sagt já.

SIGGI GUNNARS ER FARINN AÐ STJÓRNA SPINNING



Útvarpsmaðurinn Siggi Gunnars segist ekki hafa hugmynd um hvers vegna hundruð manna keppast um að fá pláss í spinningtímunum hjá honum. Hann segist vera orðlaus en himinlifandi yfir vinsældunum. „Og ég nýt mín í botn og kannski smitar það bara út frá sér.“ Að hans mati er ekkert flottara en góð spinninglæri.

Bræðslan er ein allra skemmtilegasta hátíð landsins og verður haldin í 14. sinn í sumar. Í fyrra var óhappatalan 13 og þá rigndi. Magni lofar sól og sumri á hátíðinni í ár.

Stjórnin hjartfólgin Bræðslustjóranum

Magni Ásgeirsson og bróðir hans, Heiðar, standa að Bræðslunni í 14. skipti í sumar, þar sem Stjórnin mun spila. Fyrsta sveitaballið sem Magni fór á var með hljómsveitinni og Heiðar kynntist konunni sinni á Stjórnarballi. Það er því mikil tilhlökkun í þeim bræðrum.

„Stjórnin ber ábyrgð á fjórum frænkum mínum og gríðarlega góðu hjónabandi því Heiðar bróðir kynntist konunni sinni á balli með hljómsveitinni,“ segir Magni Ásgeirsson en þeir bræður standa að Bræðslunni í 14. sinn í sumar. Eftir 12 veðurgóðar hátíðir þar sem sólin skein stöðugt opnuðust einhverjar flóðgáttir í fyrra og gestum og gangandi var í fyrsta sinn kalt á hátíðinni. „Kannski spilaði inn í að þetta var 13. árið. Það voru búnar að vera 12 sólir í röð en við stefnum ótrauð á að byrja aftur á númer eitt í ár,“ segir hann.

Magni spilaði með Á móti sól á Aldrei fór ég suður hátíðinni á Ísafirði um páskana en þetta var í fyrsta sinn sem hann fer. „Djöfull kunna Vestfirðingar að skemmta sér og öðrum,“ segir hann glaður. „Við erum að halda okkar hátíð í 14. sinn og Aldrei fór ég suður, LungA, Eistnaflug og meira að segja Blúshátíðin eru allar á svipuðum aldri. Það virðist eitthvað hafa gerst árin 2004-2006 þar sem mörgum datt í hug að blása í hátíðarlúðrana. Það voru margir í góðu skapi þarna rétt fyrir kreppu en það sem þetta er allt enn fallegra núna, svona nokkrum árum síðar.“

Fyrir utan Stjórnina munu Emmsjé Gauti, Agent Fresco, Between Mountains, Daði Freyr, og Atomstation, kæta lýðinn. „Þetta er eitthvað fyrir alla. Við erum með góða styrktaraðila sem gera okkur kleift að halda viðburð af þessari stærðargráðu á ekki stærri stað en Borgarfjörður eystri er, auk þess sem íbúar Borgarfjarðar eru ótrúlega jákvæðir út í þetta.“

Hann segir að það sé einhver fegurð yfir hátíðinni enda séu Íslendingar vaxnir upp úr því að mæta til að slást. „Það er ekkert vesen. Það hefur ekki komið upp lögreglumál á Bræðslunni að mér vitandi. Það sást best í fyrra þegar byrjaði að rigna að þá voru allir boðnir og búnir að opna dyrnar hjá sér og hjálpuðust að. Það væsti ekki um neinn. Sem betur fer eru Íslendingar vaxnir upp úr því að fara á ball og slást. Það eru allir í sama liði og ein stór fjölskylda sem er svo fallegt. Þetta er stemning sem við erum mjög stolt af og ég fann einmitt líka fyrir vestan.“

benediktboas@365.is

Íslendingar eru vaxnir upp úr því að fara á ball og slást, segir Magni sem hlakkar til Bræðslunnar í sumar, þangað sem Stjórnin mætir og spilar.

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Elmar Hallgríms Hallgrímsson *elmar@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli@*frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@frettabladid.is*, Máté Dalmay *mate@frettabladid.is* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* og Ragnheiður Tryggvadóttir *heida@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR / FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga@*frettabladid.is*

KFC®

ALLA LAUGARDAGA

IT'S FINGER LICKIN' GOOD

HEITT
25 Hot Wings

2.999 kr.

HEITARA
50 Hot Wings

4.999 kr.

HEITAST
100 Hot Wings

8.999 kr.

NÝTT BLAÐ

HÓLF & GÓLF BYKO BREIDD

Tilboð og innblástur

Vinnur þú
100.000kr. inneign
hjá Hólf & Gólf?

Taktu mynd af rými sem þarfnast yfirhalningar, hvort sem um ræðir baðherbergi, stofu, eldhús eða annað. Settu myndina á Instagram og merktu #bykoheimili

Soffía Dögg Garðarsdóttir hjá Skreytum hús verður gestadómari og hægt er að fylgjast með leiknum á www.skreytumhus.is, á facebook síðu BYKO og Instagram.

100.000kr. vinningsmyndin september 2017 eftir Margréti Elfu.

HÓLF
& GÓLF

BYKO BREIDDINNI
www.holfoggolf.is

NÝTT

HJÓLIN ERU KOMIN

PHOENIX

Frábært verð ár eftir ár!

Kven- og karlahjól
28" karla, 26" kvenhjól, 6 gíra með brettum og körfu.

28.995

49620200-1

Barnahjól
Gult eða ljósblátt 16".

20.995

49620062A/3A

Krakkahjól
Tveir litir, 7 gíra 20".

33.995

49620111/2

KENT A century of cycling

Borð
Bistro, 60cm svart.

3.995

Frábært verð

41621808

Stóll
Bistro, svartur.

Frábært verð

2.995

41621994

Auðvelt að versla á byko.is

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ
Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5800**
Ritstjórn 512 5801 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 512 5401 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Ísafoldarprentsmiðja

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Sirrýjar Hallgrímsdóttur

Skyndilausnir.is

Við Íslendingar elskum einfaldar og fljótlegar lausnir. Okkur er næstum því sama hvert vandamálið er. Ef ekki er til einföld og fljótleg lausn þá fyllumst við gjarnan leiða og áhugaleysi. Best er þegar við getum einfaldað málið niður í rifrildi um peninga. Hversu oft höfum við ekki heyrt að hinu og þessu megi bjarga ef við bara setjum meiri peninga í málið.

Umræðan um læsi grunnskólabarna er þessu marki brennd. Öðru hvoru koma í fjölmiðla íbyggnar persónur sem hafa einfalda lausn á lestrarvandamálinu. Það vantar bara peninga, einkum er nefnt að það vanti peninga í skólabókasöfn og síðan vantar peninga þannig að rithöfundarnir okkar skrifi fleiri bækur fyrir börn. Sjálfsagt er það rétt að sveitarfélögin mega setja meiri peninga í skólabókasöfn og það á að styðja við rithöfunda til að þeir skrifi fleiri og betri barnabækur. En því miður er þessi einfalda íslenska lausn ekki lausn á lestrarvanda íslenskra barna. Ástæðan er sú að lestrarvandinn er strákavandi.

Um þriðjungur drengja getur ekki lesið sér til gagns við lok grunnskóla, en hlutfallið hjá stúlkunum er innan við 15%. Skýringin á vanda drengjanna er ekki peningaleysi skólabókasafna, nema við trúum því að sá vandi komi harðar niður á drengjum en stúlkum. Og varla hafa rithöfundarnir bara skrifað skemmtilegar bækur fyrir stelpur og skilið strákana eftir. Nei, vandinn er flóknari og lausnin því flóknari. Við skulum gæta okkar á einföldu peningalausnunum en muna að frumábyrgð á lestrarkunnáttu barna liggur hjá foreldrunum. Sú ábyrgðartilfinning er mikilvægt fyrsta skref í átt að bættu læsi drengja.