FRÉTTABLAÐIÐ

82. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 6. APRÍL 2019

Að verða móðir heilaði mig

„Það hefur verið svartur skuggi á sálinni í langan tíma,“ segir tónlistarkonan Kristín Anna Valtýsdóttir. Hún dró sig inn í skel og hélt sköpun sinni að miklu leyti út af fyrir sig en gaf nýverið út plötu, I Must Be the Devil. ➜ 22

Mér hefur alltaf þótt nekt eðlileg, náttúruleg. Tengi betur við hana en margt annað sem mannskepnunni þykir eðlilegra en líkaminn.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Glataði minningum

Gunnhildur Una Jónsdóttir var sett í raflostmeðferð við djúpu þunglyndi og glataði eftir það hluta minninga sinna. ➜ 28

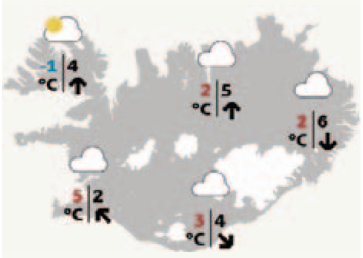
Gefst aldrei upp

Brahim Ghali, forseti Vestur-Sahara, ræðir við Fréttablaðið um sjálfstæðisbaráttuna. ➜ 32

Föðurhlutverkið mikilvægast

Leikferill Arons Más Ólafssonar hefst með krafti. ➜ 34

Veður



Léttskýjað að mestu S-til á landinu, en skýjað og stöku él norðan heiða. Austan 3-13, hvassast syðst. Skýjað og úrkomulítið A-lands, annars bjart með köflum. Hiti 2 til 8 stig að deginum, en víða næturfrost. SJÁ SÍÐU 44

Þjóðleg hefð í Kvennaskólanum

Hinn árlegi peysufatadagur Kvennaskólans í Reykjavík var haldinn hátíðlegur í gær. Að vanda klæddu nemendur á öðru ári sig upp í íslenskan búning og skemmtu sér og öðrum með þjóðlegum söng og dansi í Miðbæjarskólaportinu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS Fleiri myndir er að finna á +Plússíðu Fréttablaðsins. **Fréttablaðið +Plús er í Fréttablaðsappinu og PDF-útgáfu á Fréttablaðið.is.**

Magnús Garðarsson fékk fjögurra mánaða skilorð. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Magnús sviptur Tesla-bílnum

DÓMSMÁL „Þetta hlýtur að opna leiðir fyrir lögreglu til að sekta ökumenn bifreiða vegna upplýsinga sem fengnar eru úr staðsetningartækjum ökutækja,“ segir Haukur Örn Birgisson, lögmaður Magnúsar Garðarssonar, fyrrverandi forstjóra United Silicon.

Landsréttur staðfesti dóm Héraðsdóms Reykjaness, sem dæmt hafði Magnús í fjögurra mánaða skilorðsbundið fangelsi fyrir hraðakstur á Reykjanesbraut. Ákæruvaldið hafði áfrýjað dómnum til Landsréttar og gerði þá kröfu að Tesla-bifreið forstjórans fyrrverandi yrði gerð upptæk. Héraðsdómur hafði hafnað því en Landsréttur féllst á kröfuna í dag.

Haukur segir í samtali við Fréttablaðið að Magnús hafi fulla ástæðu til að vera ósáttur við dóminn. Dómstóllinn hafi verið að leggja blessun sína yfir nýja tegund af hraðamælingum bifreiða. „Hingað til hafa skilyrði sem gilda í hraðakstursmálum verið ströng. Þau hafa snúist um radarmælingar og strangar kröfur verið gerðar til lögreglu og útbúnaðar,“ segir Haukur. Nú hafi hins vegar verið fallist á að byggja dóminn á upplýsingum úr hraðarita bíls, búnaði sem nú sé til staðar í flestum nýjum bílum. **– bg**

Gunnar Bragi farinn í leyfi

STJÓRNMÁL Gunnar Bragi Sveinsson, þingmaður Miðflokksins, er farinn í leyfi frá þingstörfum. Formönnum og þingflokksformönnum flokka á Alþingi var send tilkynning þess efnis í gær.

Ekki náðist í Gunnar Braga í gær. Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Miðflokksins, varðist fregna um leyfið en sagði að breytingar yrðu tilkynntar á mánudag, ef þær yrðu, þegar varamaður myndi þá taka við af Gunnari. Hann sagðist ekki vita hvers vegna Gunnar Bragi ætlaði í leyfi frá þingstörfum.

Gunnar Bragi fór í leyfi í nóvember vegna Klausturmálsins ásamt Bergþóri Ólasyni og sneru þeir báðir aftur 24. janúar síðastliðinn. **– la**

Gunnar Bragi Sveinsson.

Þurfum að skapa og móta framtíðina

Forstjóri Alþjóðavinnumálastofnunarinnar segir að þótt gríðarlegar breytingar séu í farvatninu á vinnuumhverfi heimsins óttist hann ekki varanlegan skort á störfum. Hins vegar megum við ekki bara bíða eftir framtíðinni.

VINNUMARKAÐUR „Fólk um allan heim er að hugsa um framtíð vinnunnar af því að breytingarnar hafa verið svo hraðar. Við getum horft til þátta eins og tækninnar, loftslagsbreytinga, lýðfræðinnar og hnattvæðingarinnar. Það er verið að spyrja grundvallarspurninga um hvernig vinnan verði í framtíðinni,“ segir Guy Ryder, forstjóri Alþjóðavinnumálastofnunarinnar (ILO).

Ryder var í vikunni meðal fyrirlesara á alþjóðlegri ráðstefnu í Hörpu sem haldin var í samvinnu ILO og Norrænu ráðherranefndarinnar. ILO fagnar á árinu hundrað ára afmæli sínu og af því tilefni var hleypt af stokkunum sérstöku verkefni sem fjallar um framtíð vinnunnar.

„Það er okkur hjá ILO hvatning að horfa til Norðurlandanna sem eru svo oft á toppnum þegar kemur að málefnum vinnumarkaðarins og fleiri málaflokkum. Þau eru mjög virk í þessari framtíðarvinnu,“ segir Guy Ryder.

Hann segir mikilvægt að huga að því hvernig eigi að undirbúa fólk fyrir þær breytingar sem fram undan eru. „Við erum stödd í miðju breytingaferli. Stóru skilaboðin sem við viljum koma á framfæri eru þau að framtíðin er ekki ráðin. Framtíðin bíður ekki eftir því að gerast. Við þurfum að skapa framtíðina og móta hana.“

Þannig þurfi stjórnvöld, aðilar vinnumarkaðar og samfélög að ræða þessi mál. „Því á endanum snýst það hvernig við störfum í framtíðinni um framtíð okkar samfélaga. Þetta snýst um jafnrétti, þátttöku, hamingju og efnislega velferð.“

Framtíð vinnunnar var rædd á ráðstefnunni FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Guy Ryder, forstjóri ILO.

Aðspurður segir Ryder að þessir aðilar séu í dag ekki undirbúnir að fullu fyrir komandi breytingar. Það sé hins vegar hvetjandi að þessi umræða eigi sér nú stað.

„Fólk er að tala um vinnuna á hátt sem ég hef ekki upplifað í langan tíma. Við höfum oft þurft að glíma við vandamál tengd fjármálakerfinu, viðskiptum eða umhverfismálum. Vinnumálin hafa að einhverju leyti orðið út undan.“

Ryder segist ekki hafa áhyggjur af því að framtíðin feli það í sér að það verði viðvarandi skortur á störfum.

„Fyrir 20 árum voru einhverjir fræðimenn að tala um endalok vinnunnar. Vélmenni myndu taka yfir störfin og við gætum bara setið heima og haft það gott. Ég held að fólk sé hætt að tala svona.“

Fram undan séu þó gríðarlegar breytingar á vinnuumhverfinu. „Fólk mun þurfa að færa sig yfir í tegundir starfa sem eru ekki enn þá til í dag. Ég held að við séum að upplifa mikið umrót í vinnuumhverfi heimsins, sennilega á skala sem við höfum ekki séð áður. Við munum hvorki sjá endalok vinnunnar né mikinn skort á störfum. En við munum sjá miklar breytingar sem við þurfum að ná stjórn á og gera það vel.“ **sighvatur@frettabladid.is**

Haldið í hefðir hjá Kvennó

Hinn árlegi peysufatadagur Kvennaskólans í Reykjavík var haldinn hátíðlegur í gær. Að vanda klæddu nemendur á öðru ári sig upp í íslenskan búning og skemmtu sér og öðrum með þjóðlegum söng og dansi í Miðbæjarskólaportinu. Í ár var þess minnst að 100 ár eru liðin frá stofnun Keðjunnar, nemendafélags skólans.

Þjóðlegt þrusustuð. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Innlifun og elegans. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Stúlkurnar tóku sig vel út og lögðu lokahönd á hárið þegar ljósmyndara bar að garði. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hver búningurinn öðrum glæsilegri. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Piltarnir voru ekki síður glæsilegir. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

HÚSASMIÐJAN

blómaval

Nýtt blað komið út
Sjá husa.is

VORHÁTÍÐ

HÚSASMIÐJAN OG BLÓMAVAL SKÚTUVOGI

Pottaplöntur
25%
afsláttur

Fræ og vorlaukar
25%
afsláttur

GÓÐ RÁÐ FYRIR VORVERKIN
Vilmundur Hansen, garðyrkjufræðingur verður í Blómavali Skútuvogi frá kl. 13-17 laugardag og sunnudag.

Allir fá ís
á laugardaginn í Skútuvogi
kl. 12-16

Latibær
verður í Skútuvogi í dag, laugardag kl. 14
LAZY TOWN

Broil King
59.990 kr
~~69.990 kr~~
Gasgrill Crown 320 Stál
9,3 kW brennarakerfi úr ryðfríu stáli. Þrír brennarar úr ryðfríu stáli.
3000315

OUTBACK
18.990 kr
~~23.990 kr~~
Gasgrill
Outback gasgrill, 2ja brennara með hliðaborði. Grillflötur: 50x36 cm með tvískiptum brennara.
3000225

OUTBACK
29.990 kr
~~39.990 kr~~
Gasgrill, 3ja brennara
Sunset Solo, 3ja brennara, grillflötur: 628x406 mm. 3 ryðfríir brennarar, hitamælir, 9,67 kW.
3000393

30% afsláttur
27.293 kr
~~38.990 kr~~
Trampolín 3,66 m, með öryggisneti
12 fet/3,66 m, 6 fætur með öryggisneti.
3900557

33% afsláttur
399 kr/stk.
~~599 kr/stk.~~
Vorerika flott í útipottinn
Blómapottar seldir sér.
10327408

SILVERBACK
Þýsk gæðahjól
Krakkahjól 24"
43.900 kr
Krakkahjól 26"
28.900 kr

699 kr
Páskaliljur í potti
Tete a tete.
11328564

20% afsláttur
Nilfisk
15.596 kr
~~19.495 kr~~
Háþrýstidæla C 110,7-5 X-TRA
110 bör, 1,4kW, 440 ltr./klst. Sjálfvirk gangsetning og stöðvun, Click & Clean kerfi. 5 m slanga.
5254203

20% afsláttur
TEXAS
11.996 kr
~~14.995 kr~~
Rafmagnshekkklippur
620W, 60 cm blað, klippir allt að 22 mm, þyngd 3.6 kg.
5083686

TÖLUR VIKUNNAR 31.03. 2019 TIL 06.04. 2019

4,8
milljarðar króna er sú fjárhæð sem Skúli Mogensen býður fjárfestum að kaupa á 49 prósenta hlut í endurreistu flugfélagi.

90
þúsund krónur munu lægstu mánaðarlaun hækka um á samningstíma nýrra kjarasamninga á almennum vinnumarkaði.

70
ára afmæli Atlantshafsbandalagsins var fagnað í vikunni.

300
milljónir tæpar er fjárhæðin sem liðsmenn Sigur Rósar eru sakaðir um að hafa komið sér hjá að greiða í skatta.

36
stundir gæti vinnuvikan orðið á þeim vinnustöðum sem nýir kjarasamningar ná til og um slíkt semja.

Þrjú í fréttum
Kjarasamningar, þrotabú Wow og varaforseti MDE

Bryndís Hlöðversdóttir
ríkissáttasemjari

hefur staðið í ströngu í kjaraviðræðum á almenna vinnumarkaðnum en samningar tókust loks í vikunni. Þó eru ýmsir hópar sem enn sitja við samningaborðið.

Sveinn Andri Sveinsson
hæstaréttarlögmaður

var skipaður annar af skiptastjórum þrotabús WOW air í vikunni og var sú skipun umdeild. Meðal annars var greint frá því að Arion banki hefði farið fram á að hann viki.

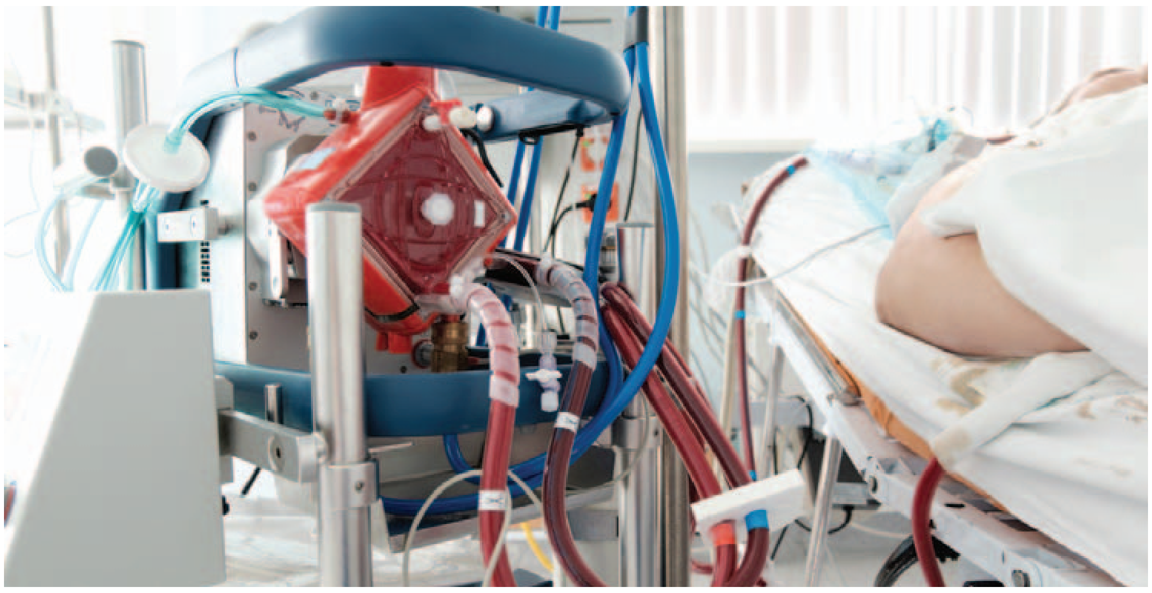
Róbert Spanó

var í vikunni kjörinn annar af varaforsetum Mannréttindadómstóls Evrópu. Er hann yngsti varaforsetinn í sögu dómstólsins.

FRÉTTABLAÐIÐ
Vertu fyrst/ur að lesa blaðið
Fáðu blað dagsins í tölvupósti kl. 5.00 á morgnana.
Skráðu þig á póstlista Fréttablaðsins á **www.frettabladid.is/nyskraning.** Það kostar ekkert.

Góður árangur á Landspítala af lífsbjargandi meðferðum

Á undanförnum árum hefur á Landspítalanum náðst góður árangur á alþjóðlegan mælikvarða í svokölluðum ECMO-meðferðum við alvarlegum lungna- og hjartabilunum. Um er að ræða meðferð sem er gripið til þegar allt annað hefur þrotið og sjúklingar taldir deyjandi og ekki tími til að flytja úr landi.


Um er að ræða afar flókinn tækjabúnað og meðferð. NORDICPHOTOS/GETTY

HEILBRIGÐISMÁL „Ísland er þarna alveg klárlega að bjóða upp á mjög flókna meðferð með mjög góðum árangri. Þetta er ástæðan fyrir því að við fáum þessa rannsókn birta í svona virtu tímariti,“ segir Tómas Guðbjartsson, prófessor og yfirlæknir á hjarta- og lungnaskurðdeild Landspítala, um nýja rannsókn á svokallaðri ECMO-meðferð.

Um er að ræða meðferð þar sem sérstök hjarta- og lungnadæla er notuð þegar önnur hefðbundnari meðferð eins og öndunarvél og lyf duga ekki til.

Niðurstöður fyrri hluta rannsóknarinnar sem snýr að 17 sjúklingum sem fengu meðferð vegna lífshættulegrar öndunarfærabilunar hafa verið birtar í grein í skandinavísku vísindariti.

Tómas stýrði rannsókninni en fyrsti höfundur greinarinnar er Inga Lára Ingvarsdóttir, sérnámslæknir í svæfinga- og gjörgæslulækningum á Sahlgrenska sjúkrahúsinu í Gautaborg.

„Það má eiginlega segja að þetta sé meðferð sem er notuð þegar allt annað hefur verið reynt og það þrotið. Þessir sjúklingar sem fara í ECMO-dælu hafa í raun verið taldir deyjandi og engin önnur úrræði í boði, ekki heldur að flytja þá erlendis. Þetta er í öllum tilvikum lífsbjargandi meðferð,“ segir Tómas.

Helstu niðurstöður rannsóknarinnar eru þær að af þessum sautján sjúklingum lifðu ellefu meðferðina af, eða um tveir þriðju hópsins.

Í öllum tilfellum nema einu var um brátt andnauðarheilkenni að ræða, til dæmis eftir lungnabólgu, eftir bílslys eða við nær-drukknun. „Þarna eru meðal annars þrjár ungar konur sem fengu svæsna lungnabólgu upp úr svínainflúensu og þær lifðu allar af. Við erum afar ánægð með þann árangur. Meðalaldur allra sjúklinganna er 32 ár þannig að þetta er ungt fólk sem á lífið fyrir höndum,“ segir Tómas.

Tómas segir þessa meðferð hafa byrjað óvenju snemma á Íslandi eða árið 1991. Tilfellin voru fá fyrstu árin en hefur farið fjölgandi á undanförnum árum.

„Mörgum kollegum mínum erlendis finnst það í rauninni skrýtið að við séum að bjóða upp á þessa þjónustu hér því að meðferðin er svo flókin og við fámenn þjóð með tiltölulega lítinn spítala. Við hjartaskurðlæknarnir kynntumst ECMO-meðferð í sérnámi okkar á stórum spítölum erlendis en þetta snýst ekki bara um aðgerðina, heldur ekki síður þátt svæfingarlækna og alls hjúkrunarfólksins sem kemur að meðferðinni. Einn svona sjúklingur á gjörgæslu krefst vöktunar allan sólarhringinn kannski í margar vikur. Þetta er með dýrustu meðferðum sem veittar eru á Landspítalanum,“ segir Tómas.

Meðferðin sé það flókin að hún sé yfirleitt bara veitt á stórum hjartaskurðdeildum á stærstu sjúkrahúsunum erlendis.

„Við erum náttúrulega að minnsta kosti þrjá klukkutíma í burtu ef við ætluðum að flytja þessa sjúklinga úr landi. Það hefur verið gert nokkrum sinnum en þá höfum við hafið meðferðina hér vegna þess að þessir sjúklingar eru oft það bráðveikir að þeir geta ekki beðið eftir meðferð. Þeir hefðu allir dáið ef þessi meðferð hefði ekki verið í boði á Íslandi.“

Tómas segir það ánægjulega við niðurstöðurnar sé auðvitað í fyrsta lagi hversu margir lifa meðferðina af. „Í öðru lagi þá hefur þeim sem lifa af vegnað ótrúlega vel. Flestir eiga gott líf fyrir höndum enda hafa lungun alveg ótrúlega viðgerðarhæfni.“

Fyrir utan hópinn sem hefur hlotið meðferð vegna lungnabilunar er um að ræða um það bil helmingi fjölmennari hóp sem hefur hlotið meðferð þar sem dælan er notuð til að hjálpa hjartanu, eins og við svæsna hjartabilun. Niðurstöður rannsóknar á þeim sjúklingum verða birtar síðar á árinu og segir Tómas þær niðurstöður einnig spennandi. **sighvatur@frettabladid.is**

jeep.is
NÝR JEEP® CHEROKEE
PÁSKATILBOÐ
ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

Aukahlutir að verðmæti 730.000 kr.
fylgja öllum nýjum Jeep® Cherokee út apríl.
30” breyting sem innifelur 3,5cm upphækkun,
30” Cooper heilsársdekk og aurhlífar. Losanlegt dráttarbeisli, gúmmímottur framan og aftan og málmlitur.
JEEP® CHEROKEE LONGITUDE LUXURY VERÐ FRÁ: 7.990.000 KR.
JEEP® CHEROKEE LIMITED VERÐ FRÁ: 9.590.000 KR.
ÍSBAND ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ
UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16
Jeep THERE'S ONLY ONE

Við semjum

Í tilefni af tímamótasamningum verður vöffluilmur í loftinu hjá Hyundai í apríl og sölumenn okkar búa sig undir ánægjulega samningalotu. Við bjóðum ykkur velkomin í vöfflukaffi og reynsluakstur og að skoða tilboð á nýjum bílum sem bætt geta lífsgæðin í sumar.

Afsláttur allt að
550.000 kr.

Hyundai i10 Comfort
Bensín, beinskiptur, framhjóladrifinn
TILBOÐSVERÐ: 1.940.000 kr.
Verð áður: 2.090.000 kr.

AFSLÁTTUR 150.000 kr.

Hyundai i20 Classic
Bensín, beinskiptur, framhjóladrifinn
TILBOÐSVERÐ: 2.090.000 kr.
Verð áður: 2.290.000 kr.

AFSLÁTTUR 200.000 kr.

Hyundai KONA Comfort
Bensín, beinskiptur, framhjóladrifinn
TILBOÐSVERÐ: 3.540.000 kr.
Verð áður: 3.890.000 kr.

AFSLÁTTUR 350.000 kr.

Hyundai Tucson Classic
Dísil, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn
TILBOÐSVERÐ: 4.540.000 kr.
Verð áður: 4.990.000 kr.
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN

AFSLÁTTUR 450.000 kr.

Hyundai Santa Fe Comfort
Dísil, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn
TILBOÐSVERÐ: 7.240.000 kr.
Verð áður: 7.790.000 kr.
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN

AFSLÁTTUR 550.000 kr.

ENNEMM / SÍA / NM93390

Verið velkomin í vöfflukaffi og reynsluakstur í dag frá 12–16

HYUNDAI

5 ÁBYRGÐ ÓTAKMARKAÐUR AKSTUR

Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina víðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur.

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

FÉLAG ÍSLENZKRA SÍMAMANNA

AÐALFUNDUR 2019

Aðalfundur Félags íslenzkra símamanna verður haldinn þriðjudaginn **16. apríl 2019, kl. 18.00,** á Stórhöfða 31, fundarsalur 4. hæð.

DAGSKRÁ:

1. Venjuleg aðalfundarstörf.
   - Skýrsla stjórnar
   - Reikningar félagsins
   - Umræða um skýrslu stjórnar
   - Kosningar
2. Lagabreytingar.
3. Önnur mál.

Kveðja, stjórn Félags íslenzkra símanna

Vinnustaðanámssjóður

Umsóknarfrestur til **19. nóvember**

Auglýst er eftir umsóknum um styrki úr Vinnustaðanámssjóði.

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

Umsóknarfrestur er til 19. nóvember 2019, kl. 16:00.

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

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

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

rannís
www.rannis.is

HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

Benedikt var meðal framsögumanna á málstofu um Landsrétt á Lagadögum í síðustu viku. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Brýnt að bregðast við vanda Landsréttar

Brýnt er að binda enda á óvissuna um Landsrétt að mati Dómstólasýslunnar. Bagalegt er dráttur verður á meðferð mála. Málið var ekki rætt í ríkisstjórn í vikunni. Rúmar þrjár vikur liðnar frá dómi Mannréttindadómstóls Evrópu.

DÓMSMÁL Landsréttarmálið var ekki til umræðu í ríkisstjórn í vikunni en tæpar fjórar vikur eru síðan Mannréttindadómstóll Evrópu kvað upp dóm þess efnis að það samræmdist ekki ákvæði sáttmálans um réttláta málsmeðferð að dómarar sem ekki voru skipaðir í samræmi við réttar málsmeðferðarreglur dæmi mál.

Landsréttur starfar ekki af fullum krafti eftir dóminn og töluverð óvissa ríkir bæði vegna mögulegs málskots til efri deildar MDE og þess hvernig skipan Landsréttar verður á næstu misserum og til frambúðar vegna dómsins.

„Ég tel mjög brýnt að brugðist verði við eins fljótt og auðið er því það er augljóst að Landsréttur getur ekki sinnt sínu hlutverki með góðu móti þegar fjórir dómarar af fimmtán eru ekki að störfum,“ segir Benedikt Bogason, stjórnarformaður Dómstólasýslunnar.

> **Ég tel mjög brýnt að brugðist verði við eins fljótt og auðið er**
>
> Benedikt Bogason, stjórnarformaður Dómstólasýslunnar

Benedikt segir að því lengri töf sem verði á því að ákvarðanir verði teknar um viðbrögð við dóminum, því meiri dráttur verði á meðferð mála við Landsrétt. „Það er mjög bagalegt ef þetta tefst lengi, því ef dráttur byrjar að verða á meðferð mála getur sá vandi undið upp á sig á skömmum tíma og orðið erfiður viðureignar,“ segir Benedikt.

Þær ákvarðanir sem þarf að taka í kjölfar dómsins eru tvíþættar. Annars vegar þarf að ákveða hvort málinu verði skotið til efri deildar MDE en mjög skiptar skoðanir hafa verið um það meðal stjórnmálamanna, dómara og fræðimanna.

Hins vegar þarf ákveða til hvaða ráðstafana verður gripið til að tryggja eðlilega virkni Landsréttar en ákvarðanir þess efnis bíða væntanlega þangað til fyrir liggur hvort leitað verði endurskoðunar dómsins. Verði slíkrar endurskoðunar leitað þarf að tryggja virkni réttarins meðan óvissa ríkir um endanlega niðurstöðu en sú óvissa gæti varað í tvö ár.

Verði hins vegar ákveðið að una dómi þarf að ákveða hvernig eigi að bregðast við dóminum og koma í veg fyrir áframhaldandi brot gegn ákvæði sáttmálans.

Benedikt segir Dómstólasýsluna hafa bent á einu raunhæfu leiðina úr vanda Landsréttar, í erindi til stjórnvalda strax í sömu viku og dómur MDE var kveðinn upp. Í erindinu er lagt til að dómurum við Landsrétt verði fjölgað um fjóra en til þess þarf lagabreytingu. Aðspurður segist Benedikt ekki hafa fengið viðbrögð frá stjórnvöldum við erindinu.

adalheidur@frettabladid.is

Sniðgengur þriðja árið í röð

BANDARÍKIN Donald Trump Bandaríkjaforseti ætlar að sniðganga blaðamannakvöldverð Hvíta hússins þriðja árið í röð. Frá þessu greindi hann í gær en kvöldverðurinn er haldinn þann 27. apríl næstkomandi í höfuðborginni Washington.

Donald Trump, forseti Bandaríkjanna.

Síðasti forseti til þess að mæta ekki á viðburðinn var Ronald Reagan. Hann var þá að jafna sig eftir skotárás en hringdi þó inn. Trump telur hins vegar að andrúmsloftið á viðburðinum sé of neikvætt, en hann hefur átt í stormasömu sambandi við fjölmiðla í forsetatíð sinni.

„Ég ætla að halda fjöldafund í staðinn af því að kvöldverðurinn er svo leiðinlegur og neikvæður. Við ætlum að halda mjög jákvæðan fjöldafund. Hann verður stór. En blaðamannakvöldverðurinn er of neikvæður. Ég hef gaman af jákvæðum hlutum,“ sagði Trump. **– þea**

Flóttafólk flýr táragas lögreglu við landamærin. NORDICPHOTOS/AFP

Orðrómur leiddi til átaka

GRIKKLAND Lögreglu og flóttafólki lenti saman í Grikklandi nærri landamærunum við Norður-Makedóníu. Flóttafólkið hafði safnast saman eftir að orðrómur breiddist út um að landamærin yrðu opnuð fyrir flóttafólki, að því er sagði á vef BBC.

Hundruð höfðu safnast nærri flóttamannabúðunum við bæinn Diavata vegna orðrómsins, sem fór eins og eldur í sinu um samfélagsmiðla. Að sögn grískra fjölmiðla köstuðu flóttamenn steinum og spýtum að lögreglu en lögregla svaraði með táragasi.

Dimitris Vitsas, ráðherra innflytjendamála, sagði í viðtali við gríska ríkissjónvarpið að það væri ekki rétt að landamærin yrðu opnuð.

Samkvæmt Reuters kom sams konar ástand upp í Tyrklandi. Þar handtóku yfirvöld nærri 1.200 flóttamenn sem höfðu safnast saman við landamærin að Grikklandi vegna sögusagna um að landamærin yrðu opnuð. **– þea**

Meira girnilegt

35% afsláttur

HAGKAUP MERKIÐ TRYGGIR GÆÐIN

Tilboð gilda út 7. apríl

Hagkaups smjörsprautað kalkúnaskip, frosið

Í rúman áratug hefur Hagkaup boðið upp á smjörsprautað kalkúnaskip sem er algjört lostæti og hefur slegið rækilega í gegn á hverju ári. Það er tilbúið beint í ofninn og eldamennskan afar einföld

2.274 kr/kg

Verð áður 3.499 kr/kg

HAGKAUP MERKIÐ TRYGGIR GÆÐIN

Hagkaups kalkúnabringur, frosnar

3 spennandi tegundir:
Amerísk fylling - Döðlufylling - Smjörsprautaðar

24 Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP Meira svona alla daga

Trúfélög í áhættumati vegna peningaþvættis

Samkvæmt áhættumati um peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka valda ýmis félagaform áhyggjum.Há tíðni skattsvika sömuleiðis.

Haraldur Johannessen er ríkislögreglustjóri. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

LÖGREGLUMÁL Skattsvik eru alvarlegt vandamál hér á landi, að mati Ríkislögreglustjóra sem birti í gær áhættumat um peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka. Í greiningu embættisins kemur fram að meðvitund almennings um skattsvik sé mikil en viðhorf til þessara brota virðist mildara en til annarra brota. Þá séu yfirvöld meðvituð um umfang skattsvika; regluverkið sé viðamikið og fjöldi mála í rannsókn mikill.

Þótt almennt eftirlit sé talsvert hafi verið skortur á eftirliti með peningaþvætti hjá þeim fagstéttum sem helst er leitað til þegar dylja á slóð fjármuna.

Það er mat ríkislögreglustjóra að töluverð hætta sé á peningaþvætti í þeim tilvikum sem skattsvik er frumbrot.

Áhættumat ríkislögreglustjóra leiðir af aðild Íslands að alþjóðlegum aðgerðahópi gegn peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka. Matið er notað til að gera úrbætur á vörnum gegn peningaþvætti og fjármögnun hryðjuverka, greina atvinnugreinar eða aðstæður sem fela í sér litla eða miklu hættu, greina hvar þörf er á breytingu á regluverki og vera eftirlitsaðilum til leiðbeiningar.

Að mati ríkislögreglustjóra felur einkahlutafélagaformið í sér mikla hættu á misnotkun en önnur félagaform eru líka viðkvæm vegna hættu á misnotkun í þágu brotastarfsemi. Þar á meðal form trú- og lífsskoðunarfélaga þar sem hætta á þvætti ólöglegs ávinnings er umtalsverð að mati embættisins.

Skilyrði til stofnunar slíkra félaga eru ekki sérlega ströng og litlar hæfiskröfur gerðar til fyrirsvarsmanna. Ekki eru gerðar miklar kröfur til utanumhalds fjármuna og eftirlit ekki mikið og fremur formlegs eðlis.

Þá segir í greiningunni að vegna eðlis þessara félaga eigi fólk af erlendu bergi brotið, eða fólk með tengsl við útlönd, gjarnan aðkomu að þeim og þá eftir atvikum með möguleika til að starfa yfir landamæri. Af þessum sökum sé umrætt félagaform verulega berskjaldað fyrir misnotkun.

Á móti komi hins vegar að skráð trú- og lífsskoðunarfélög séu hér á landi og fá mál hafi komið inn á borð yfirvalda þeim tengd. – **aá**

Fæddur til að skara fram úr.

Volkswagen T-Roc geislar af öryggi og akstursgleði, fæst bæði fjórhjóla- og framhjóladrifinn, beinskiptur og sjálfskiptur. Hann er búinn nýjustu tækni og búnaði sem breytir akstrinum í eitthvað ómótstæðilegt. Við eigum nokkra lausa til afhendingar fljótlega. Komdu í HEKLU, reynsluaktu og veldu þinn uppáhalds T-Roc.

Sýningarsalurinn okkar á netinu er opinn allan sólarhringinn. Skoðaðu úrvalið!
www.hekla.is/vwerslun

FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU 5

Volkswagen

www.volkswagen.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

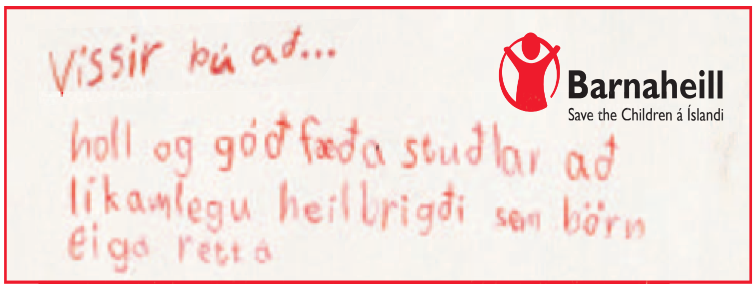
FÉLAG RAFEINDAVIRKJA STOFNAÐ 1968

AÐALFUNDUR
Félags rafeindavirkja

Aðalfundur Félags rafeindavirkja verður haldinn þriðjudaginn **16. apríl 2019, kl. 17.30,** á Stórhöfða 27, í sal Rafiðnaðarskólans.
(gengið inn Grafarvogsmegin)

DAGSKRÁ:
1. Venjuleg aðalfundarstörf.
2. Lagabreytingar.
3. Önnur mál.

Reykjavík 6. apríl 2019
Stjórn Félags rafeindavirkja



Enn mótmælt eftir afsögn Bouteflika

ALSÍR Þúsunda manna fjöldamótmæli héldu áfram í Alsír í gær þrátt fyrir að Abdelaziz Bouteflika forseti hafi sagt af sér fyrr í vikunni. Þessi röð mótmæla hófst um miðjan febrúar eftir að hinn aldraði Bouteflika tilkynnti að hann ætlaði að gefa kost á sér í forsetakosningum í fimmta sinn. Samkvæmt alsírsku stjórnarskránni mun forseti þingsins taka við embættinu.

En afsögn Bouteflika er ekki fullnægjandi fyrir mótmælendur. Krafan er sú að allir valdamenn úr innsta hring forsetans víki. „Við erum orðin þreytt á þessari ríkisstjórn. Hún hefur rænt okkur. Við höfum einfaldlega fengið nóg af því,“ sagði mótmælandi sem breska ríkisútvarpið ræddi við.

„Við viljum rífa þetta valdakerfi upp með rótum,“ sagði einn viðmælandi Reuters á meðan annar sagði að þörf væri á róttækum kerfisbreytingum, ekki bráðabirgðalausnum.

Athmane Tartag, yfirmaður leyniþjónustu Alsírs, sagði af sér á fimmtudag vegna þrýstings mótmælenda, að því er alsírski miðillinn Ennahar greindi frá í gær. Ennahar greindi aukinheldur frá því að leyniþjónustan yrði færð aftur undir varnarmálaráðuneytið en árið 2016 ákvað Bouteflika að hún skyldi heyra undir forsetann sjálfan. **– þea**

Alsíringar hafa mótmælt í að verða tvo mánuði. NORDICPHOTOS/AFP

Þeir Bretar sem greiddu atkvæði með útgöngu telja sig illa svikna og mótmæltu í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Setja sig upp á móti frekari frestun Brexit

Theresa May fór fram á að útgöngu úr ESB yrði frestað á ný. Forseti leiðtogaráðsins stingur upp á sveigjanlegum fresti. Frakkar, Belgar og Spánverjar eru ekki sammála og telja að nú þurfi að undirbúa samningslausa útgöngu.

BRETLAND Theresa May, forsætisráðherra Bretlands, skrifaði Evrópusambandinu bréf í gær þar sem hún fór formlega fram á að útgöngu Breta yrði frestað enn frekar. Nú til 30. júní.

Upphafleg útgöngudagsetning var 29. mars en þar sem breska þingið hafnaði samningnum sem May-stjórnin og ESB gerðu fengu Bretar frest til 12. apríl til þess að annaðhvort samþykkja plaggið eða sammælast um nýja nálgun. Það hefur ekki enn tekist og fái Bretar ekki frest er samningslaus útganga afar líkleg.

May hefur átt í viðræðum við leiðtoga stjórnarandstöðuflokka undanfarna í daga í von um að finna leið út úr þeirri pattstöðu sem ríkir. Verkamannaflokksliðar sögðu hins vegar frá því í gær að May hafi ekkert reynt til að gera málamiðlanir á þeim fundum.

Undir þetta tók Nicola Sturgeon, leiðtogi Skoska þjóðarflokksins og fyrsta ráðherra skosku heimastjórnarinnar. „Þetta er svipað og þegar ég hitti forsætisráðherra á miðvikudag. Hún vildi vita hvar við gætum gefið eftir en neitaði að gefa nokkuð upp um hvar hún gæti gefið eftir. Þetta er stórundarleg nálgun frá manneskju sem nýlega sagðist vilja ná samkomulagi og þetta hefur verið tímasóun,“ sagði Sturgeon á Twitter.

> **Bretar hafa valið að ganga út úr ESB á þennan óreiðukennda hátt.**
>
> Amélie de Montchalin, ráðherra Evrópumála í Frakklandi

Donald Tusk, forseti leiðtogaráðs ESB, stakk í gær upp á því að Bretar fengju nú tólf mánaða sveigjanlegan frest. Þannig gætu Bretar í raun valið útgöngudagsetningu á næstu tólf mánuðum eftir að þeir samþykkja samning.

Þetta féll hins vegar ekki vel í kramið hjá öllum leiðtogaríkjum hinna aðildarríkjanna 27. Breski miðillinn The Guardian greindi frá því að leiðtogar Frakklands, Spánar og Belgíu hafi sett sig upp á móti áformunum. Þetta segir í minnisblaði sem The Guardian kveðst hafa undir höndum. Í staðinn vilja leiðtogar ríkjanna þriggja einungis veita Bretum fárra vikna frest svo Evrópusambandsríki geti sjálf búið sig undir efnahagslegar afleiðingar samningslausrar útgöngu.

Frakkar birtu síðan yfirlýsingu um málið. Í yfirlýsingunni sagði Amélie de Montchalin, ráðherra Evrópumála, að leiðtogaráðið hafi tekið afdráttarlausa ákvörðun þegar síðast var ákveðið að fresta. Þar hafi verið ákveðið að önnur frestun yrði ekki heimiluð nema Bretar hefðu lagt fram skýra áætlun um framhaldið.

„Þar sem þess háttar áætlun liggur ekki fyrir verðum við að gera okkur grein fyrir þeim raunveruleika að Bretar hafa valið að ganga út úr ESB á þennan óreiðukennda hátt,“ sagði í yfirlýsingu ráðherrans.

Mark Rutte, forsætisráðherra Hollands, sagði að bréfið sem May sendi í gær dygði ekki til þess að fá frest eitt og sér.

„Bréf Theresu May vekur upp margar spurningar og þær þarf að ræða. Við vonumst eftir skýrari skilaboðum frá Lundúnum fyrir næsta miðvikudag,“ sagði Rutte en leiðtogaráðið fundar í næstu viku.

thorgnyr@frettabladid.is

Búðu þig undir ævintýralegt ferðalag.

Komdu á jeppasýningu Mercedes-Benz í dag kl. 12–16.

Við bjóðum þér að kynnast töfrum Mercedes-Benz. Í dag sýnum við úrval glæsilegra jeppa sem eru tilbúnir að mæta nýjum ævintýrum. Einnig bjóðum við vegleg tilboð á völdum vörum fyrir Mercedes-Benz sem tryggja þér og þínum ánægjulegt ferðalag í páskafríinu.

Hlökkum til að sjá þig.

Mercedes-Benz
The best or nothing.

ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · Sími 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Mercedes-Benz á Íslandi

Þú finnur Mercedes-Benz á Íslandi
á Facebook og Instagram

TÆKNI

Telja að Steam sé að brjóta lög

Framkvæmdastjórn Evrópusambandsins hefur tilkynnt bandaríska tölvuleikjafyrirtækinu Valve og fimm öðrum tölvuleikjaframleiðendum um að á upphafsstigum rannsóknar líti út fyrir að fyrirtækin hafi brotið samkeppnisreglur Evrópusambandsins með því að meina neytendum að kaupa tölvuleiki þvert á landamæri innan sambandsins.

Ekki á að meina neytendum að skoða netverslanir annarra aðildarríkja.

Margrethe Vestager, samkeppnismálastjóri ESB

Hið bandaríska Valve er einna helst þekkt sem eigandi og rekstraraðili tölvuleikjavettvangsins Steam. Hin fyrirtækin sem framkvæmdastjórnin aðvaraði eru Bandai Namco, Capcom, Focus Home, Koch Media og ZeniMax.

„Á raunverulegum stafrænum innri markaði eiga evrópskir neytendur að geta keypt og spilað tölvuleiki að eigin vali óháð því hvar í Evrópusambandinu þeir búa. Ekki á að meina neytendum að skoða netverslanir annarra aðildarríkja til þess að finna hagstæðasta verðið. Valve og hinir framleiðendurnir fimm hafa nú tækifæri til þess að svara okkur," var haft eftir Margrethe Vestager, samkeppnismálastjóra Evrópusambandsins, í fréttatilkynningunni. **– þea**

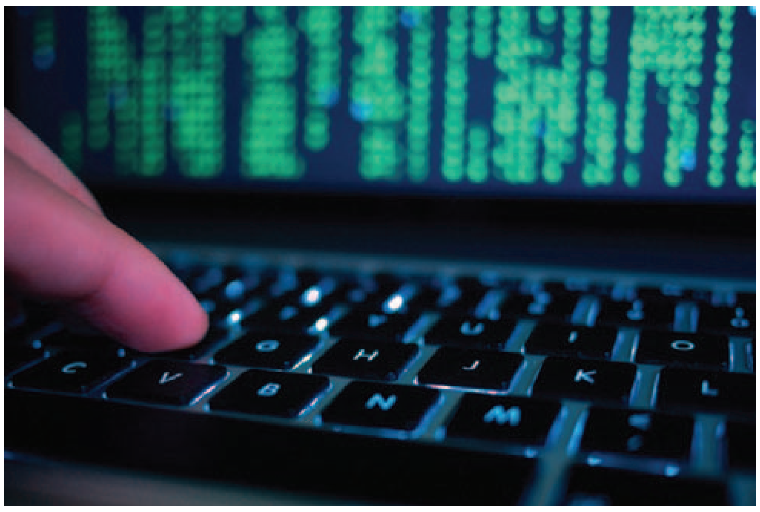
Illa fengnar kortaupplýsingar seldar í tonnavís á Facebook

Rannsakendur á vegum Cisco uppgötvuðu fjölda hópa þar sem stolnar kortaupplýsingar og stolnir aðgangar að samfélagsmiðlasíðum eru auglýstir til sölu. Vandamálið ekki nýtt af nálinni. Facebook hefur ítrekað lent í klandri fyrir alls konar mál og fíkniefni hafa lengi verið seld á miðlinum hér á landi.

Netöryggisrannsakendur frá tæknirisanum Cisco hafa fundið 74 stóra Facebook-hópa á undanförnum mánuðum þar sem nærri 400.000 meðlimir versla með ólöglegar vörur. Rannsakendahópurinn, sem kallast Talos, birti skýrslu um rannsóknina þar sem þeir lýstu því að fólk auglýsti amapóstsþjónustu (e. spam service) gegn gjaldi, stolna aðganga að Facebook og fjölda annarra síðna og stolnar kreditkortaupplýsingar svo fátt eitt sé nefnt.

„Þrátt fyrir að nöfn hópanna hafi augljóslega gefið til kynna að þar fari fram ólögleg starfsemi hefur sumum þessara hópa tekist að halda sér inni á Facebook í allt að átta ár. Þannig hafa hóparnir sankað að sér tugum þúsunda meðlima," sagði í skýrslu Talos um málið.

Rannsakendurnir sögðu svo frá því að hópurinn hafi tilkynnt brotlegu hópana á Facebook. Sumir þeirra hafi verið teknir niður en í öðrum voru einungis ákveðin innlegg fjarlægð. Eftir að Talos setti sig í beint samband við öryggisteymi Facebook var meginþorra hópanna hins vegar eytt. Nýir hafa hins vegar komið í staðinn og segjast Talosliðar vinna með Facebook að því að taka á vandamálinu.



Á myndinni sést reyndar enginn raunverulegur hakkari. NORDICPHOTOS/GETTY

Ekki liggur fyrir hversu mikil viðskipti fara fram í gegnum hópana. Seljendur, eða tengiliðir seljenda, biðja um greiðslu með Bitcoin eða annarri rafmynt. Ekki er því hægt að segja til um raunverulegt umfang viðskiptanna.

Þetta er langt frá því að vera í fyrsta skipti sem Facebook lendir í vandræðum með ólögleg viðskipti á samfélagsmiðlinum. Netöryggisrannsakandinn Brian Krebs, sem heldur úti síðunni Krebs on Security, greindi frá því fyrir um ári að Facebook hefði þá nýlega eytt um 120 hópum, með um 300.000 meðlimi, þar sem álíka viðskipti fóru fram.

Facebook hefur reyndar átt í vandræðum með miklu fleira en ólögleg viðskipti undanfarin misseri. Ýmis hneykslismál hafa komið upp er varða meðferð Facebook á persónulegum upplýsingum, til dæmis Cambridge Analytica-hneykslið og öryggisgalli sem kom upp á síðasta ári sem gerði óprúttnum aðilum kleift að stela 50 milljónum Facebook-aðganga. Fjallað hefur verið um að skilaboðasamskipti milljóna notenda séu til sölu á veraldarvefnum og kynþáttafordóma innan fyrirtækisins. Þá hefur fyrirtækið verið gagnrýnt fyrir að beita sér ekki af nægri hörku gegn öfgahópum sem nota Facebook til að ala á hatri.

Hér á landi hefur ítrekað verið greint frá því að fíkniefni séu seld í lokuðum Facebook-hópum. Slíkar fréttir hafa raunar skotið upp kollinum ár eftir ár.

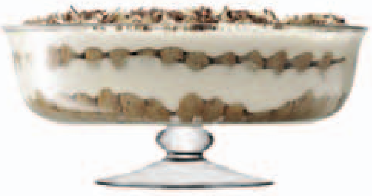
thorgnyr@frettabladid.is

Mikið úrval af fallegum gjafavörum!

20% afsláttur af húsgögnum og gjafavöru til 13. apríl

LSA skál
kr. 8.800-, nú kr. **7.040,-**

LSA kökudiskur
frá kr. 10.800,-, nú kr. **8.640,-**



LSA skál
kr. 11.300,-, nú kr. **9.040,-**

LSA gjafaaskja
matar- og kaffistell fyrir 4
kr. 13.700-, nú kr. **10.960,-**

LSA blómavasi, kr. 6.700,-,
nú kr. **5.360,-**

LSA karafla, kr. 5.800,
nú kr. **4.640,-**

LSA blómavasi 15 cm
verð kr. 5.200,-, nú kr. **4.160,-**

LSA salatskál kr. 9.200,-,
nú kr. **7.360,-**

LSA kanna, kr. 5.600.-, nú kr. **4.490,-**

LSA rauðvínsglös 4stk./pk., kr. 12.900,-,
nú kr. **10.320,-**

Mikið úrval vörum í svarta fallega og vandaða leirnum frá Tierra Negra.
Vorum að taka upp nýja sendingu!

Minnum á brúðargjafalistana

HEIMAHÚSIÐ

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

4 DAGA
LAGE
Allt að
80%
afsláttur
| SÓFAR | HEILSURÚM
| HEILSUDÝNUR | RÚMGAFLAR
| SÓFASETT | KODDAR | HÆGINDASTÓLAR
| SVEFNSÓFAR | ELDHÚSSTÓLAR | SÓFABORÐ
| SÆNGUR | BORÐSTOFUBORÐ OG -STÓLAR
| ÚTLITSGALLAÐ | SÝNINGAREINTÖK | O.FL. | O.FL.
FYRSTUR KEMUR – FYRSTUR FÆR
HÚSGAGNA HÖLLIN
Betra BAK
DORMA
Láttu drauminn rætast

RSALA
KORPUTORGI
FIMMTUD. TIL SUNNUD.
4. TIL 7. APRÍL
LAGERSALA
KORPUTORG
VESTURLANDSVEGUR
BAUHAUS
Opnunartími:
Alla dagana
kl. 12⁰⁰-18⁰⁰

Ræður kylfa kasti?

Kristín Þorsteinsdóttir
kristin@frettabladid.is

Þegar WOW air var tekið til gjaldþrotaskipta voru félaginu skipaðir skiptastjórar eins og venja er. Vegna umfangs skiptanna voru tveir skipaðir í stað eins.

Samkvæmt gjaldþrotalögum er það á forræði héraðsdómara að skipa skiptastjóra. Sérstaklega er tekið fram að skiptastjóri sé opinber sýslumaður meðan á skiptum stendur.

Með öðrum orðum fer skiptastjóri því með opinbert vald, en ekki eru þó gerðar aðrar kröfur en að viðkomandi uppfylli almennar hæfiskröfur. Að öðru leyti er ferlið við skipan dómara fullkomlega ógagnsætt og eiginlega óskiljanlegt fyrir þá sem standa utan við kerfið.

Nú er ekki ofsagt að annar þeirra manna sem skipaðir voru yfir bú WOW air er umdeildur. Hann stýrir nú þegar skiptum á stóru þrotabúi og er þeim skiptum ólokið.

Sú staðreynd ein ætti að vekja upp spurningar um hvort sami maður hafi einfaldlega tíma til að sinna hvoru tveggja. Við það bætist svo að kröfuhafar í það bú hafa fundið að störfum skiptastjórans, og meðal annars þeirri þóknun sem hann hafi tekið sér. Formaður félags kvenna í lögmennsku hefur sagt þóknunina „einsdæmi“.

Því þarf varla að velta málinu lengi fyrir sér til að komast að þeirri niðurstöðu að skipan skiptastjóra yfir þrotabú WOW air orki í besta falli tvímælis.

Þegar skýringa er leitað hjá þeim héraðsdómara sem hafði umsjón með skipuninni er hins vegar fátt um svör. Um sé að ræða óskráð grundvallarsjónarmið sem lögð eru til grundvallar.

Ekki er að sjá af upptalningunni að þau ættu að leiða til þess að skiptastjóranum nýskipaða ætti að vera falið svo veigamikið verkefni. Þannig telur héraðsdómarinn að æskilegt sé að skiptastjóri hafi þannig umgjörð að geta leitað sér aðstoðar ef þörf krefur. Þess vegna sé frekar leitað til stærri lögmannsstofa.

Skiptastjórinn Sveinn Andri er einyrki.

Í kjölfar bankahrunsins var tilfinningin sú að þá skiptastjóra sem fengnir voru til verksins skorti nauðsynlega sérþekkingu á verkefninu. Frekar væri um að ræða lögmenn sem voru á réttum stað á réttum tíma og duttu í lukkupottinn. Svo virðist sem sama sé uppi á teningnum við skipti WOW air, að minnsta kosti ef við trúum útskýringum héraðsdómarans.

En hvernig má það vera að dómstólar láti nánast kylfu ráða kasti við skipan í svo mikilvæg embætti? Eru slík vinnubrögð ekki til þess fallin að kasta rýrð á dómstólana sjálfa?

Auðvitað. Ferlið á að vera eins formlegt og gagnsætt og frekast er unnt líkt og skiptastjórinn hefur sjálfur ítrekað bent á í öðrum málum sem dómstólum tengjast, til dæmis við skipan dómara við Landsrétt. Og umfram allt, hafið yfir allan vafa.

Ferlið á að vera eins formlegt og gagnsætt og frekast er unnt líkt og skiptastjórinn hefur sjálfur ítrekað bent á í öðrum málum sem dómstólum tengjast, til dæmis við skipan dómara við Landsrétt.

Gunnar

Mín skoðun Sif Sigmarsdóttir

Stórir strákar fá stór skiptabú

Eins dauði er annars brauð. Hæstaréttarlögmennirnir Sveinn Andri Sveinsson og Þorsteinn Einarsson hafa verið skipaðir skiptastjórar yfir þrotabúi WOW air.

Ólga ríkir innan lögmannastéttarinnar vegna málsins. Í samtali við Morgunútvarp Rásar 2 gagnrýndu lögmennirnir Kristrún Elsa Harðardóttir og Saga Ýrr Jónsdóttir harðlega hversu ógegnsætt ferlið er við skipun skiptastjóra. „Það er enginn hissa á því að tveir miðaldra karlmenn séu skipaðir yfir þessu stóra búi,“ sagði Kristrún Elsa. „Það er bara það sem gengur og gerist á hverjum einasta degi í okkar bransa. Því miður. Okkur konunum virðist ekki vera treyst fyrir þessum stóru búum.“

Símon Sigvaldason, dómstjóri Héraðsdóms Reykjavíkur, sem skipaði skiptastjórana gaf lítið fyrir gagnrýnina. Sagði hann að þegar um væri að ræða stór þrotabú væru valdir í verkið þeir sem áður hefðu leyst úr stórum búum og hefðu sýnt að þeir gætu tekist á við svo viðamikið og flókið verkefni.

Bak við skerminn

Í kvöld leikur Fílharmóníuhljómsveit New York-borgar úrval klassískra verka eftir Beethoven, Wagner, Bernstein og fleiri í Lincoln Center á Manhattan-eyju. Hljómsveitin var stofnuð árið 1842 og er ein sú elsta í Bandaríkjunum.

Lengst af sögu fílharmóníuhljómsveitarinnar spiluðu engar konur með hljómsveitinni. Að frátöldum örfáum undantekningum sem telja má á fingrum annarrar handar var fjöldi kvenkyns hljóðfæraleikara að jafnaði núll. En á níunda áratug tuttugustu aldar breyttist eitthvað. Öllum að óvörum fór talan að hækka. Snarhækka. Hvað var eiginlega um að vera?

Starfsmannavelta í sinfóníuhljómsveitum er lítil. Fjöldi hljóðfæraleikara er iðulega sá sami (um hundrað) og þegar hljóðfæraleikarar eru ráðnir er það til langs tíma (hér áður fyrr hlutu þeir gjarnan æviráðningu). Þar að auki er sjaldgæft að hljóðfæraleikarar séu reknir. Það sætti því tíðindum þegar hlutfall kvenna í Fílharmóníuhljómsveit New York fór úr núll í tíu prósent á áratug.

Ástæðan kom fólki í opna skjöldu. Á áttunda og níunda áratug síðustu aldar tóku sinfóníuhljómsveitir í Bandaríkjunum að notast við „blind áheyrnarpróf“ þegar ráða þurfti nýja hljóðfæraleikara. Blind áheyrnarpróf eru hæfnispróf þar sem skermur skilur að hljóðfæraleikarann og dómnefndina sem hlýðir á leik hans – dálítið eins og fyrirkomulagið í sjónvarpsþáttunum The Voice.

Skermurinn hafði ekki fyrr verið reistur en Fílharmóníuhljómsveit New York-borgar tók að fyllast af konum. Þegar dómnefndin vissi ekki hvort það var karl eða kona sem leyndist bak við skerminn réðu verðleikar einir hver fékk starfið. Skermurinn kom óvart upp um ómeðvitaða fordóma dómnefndanna sem völdu í hljómsveitina.

Í ljós kom að karlar og konur bjuggu yfir nákvæmlega jafnmiklum tónlistarhæfileikum. Aðeins nokkrum árum eftir að blindu áheyrnarprufurnar voru teknar í gagnið var helmingur nýráðninga við hljómsveitina konur. Í dag eru rúmlega fjörutíu og fimm prósent hljóðfæraleikara hljómsveitarinnar konur.

Aldagömul harmaljóð

Dómstjóri Héraðsdóms Reykjavíkur horfir á WOW air og sér stórt þrotabú, stórt vandamál og stórt verk að vinna. Hann sér tvo stóra stráka og honum sýnist þeir einmitt vera í réttri stærð fyrir stórt verkefnið.

„Stórir strákar fá raflost,“ söng Bubbi með hljómsveitinni Egó. „Stórir strákar fá skiptabú,“ syngur dómstjóri Héraðsdóms Reykjavíkur. Hvorugt verkanna er á dagskrá Fílharmóníuhljómsveitar New York-borgar í kvöld.

Dómstjórinn telur sig vafalaust meta út frá verðleikum og velja af heilindum þá mætu menn sem hann skipar sem skiptastjóra. Hefði skermur Fílharmóníuhljómsveitar New York-borgar hins vegar skilið að stóru strákana og dómstjórann er ekki ólíklegt að líflegri verk en aldagömul harmaljóð væru á dagskrá kvennasveitar lögmanna í dag.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR**: Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálsson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.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 Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is*
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

SMARTBÍLAR

546-0088 I Fellsmúli 26 I www.smartbilar.is

Opið laugardaga frá 10-16

2019 Nissan Leaf SV NÝR

vetrar- og tæknipakki, álfelgur omfl.

Verð 3.740.000

2019 Nissan Leaf NÝR

Leðursæti, bose hljómkerfi, vetrar- og tæknipakki omfl.

Verð 3.890.000

2019 Nissan Leaf NÝR

Vetrarpakki, álfelgur omfl.

Verð 3.590.000

2019 Nissan Leaf NÝR

Leðursæti, bose hljómkerfi, vetrar- og tæknipakki omfl.

Verð 3.890.000

2019 Nissan Leaf NÝR

Vetrarpakki, álfelgur omfl.

Verð 3.890.000

2016 Bmw 330e

Ekinn 36þ.km

Verð 3.595.000

2016 BMW X5 xDrive40e

Ekinn 51þ.km

Verð 5.990.000

2018 Volvo XC60 T8

Ekinn 49þ.km

Verð 6.995.000

2016 Volvo XC90 T8

Ekinn 43þ.km

Verð 6.990.000

2018 Chrysler Pacifica

Ekinn 29þ.km

Verð 5.350.000

2017 BMW i3 94 ah range extender

Ekinn 34þ.km

Verð 3.495.000

2018 toyota prius plus

Verð 3.590.000

*Afhendingartími 6-9 vikur

Vonar að Haukum og ÍBV takist að stríða stórveldunum

Flestir telja að Valur og Fram komi til með að leika til úrslita í Olís-deild kvenna í handbolta í vor. Kristín Guðmundsdóttir vonast hins vegar til þess að rimmurnar í undanúrslitunum verði jafnar og spennandi. Hún er aftur á móti sammála þeim sem telja að Valur og Fram muni berjast um Íslandsmeistaratitilinn.

HANDBOLTI Undanúrslit í Olísdeild kvenna í handbolta hefjast í dag en þá leiða saman hesta sína deildar- og bikarmeistarar Vals og Haukar sem höfnuðu í fjórða sæti annars vegar og Fram sem er ríkjandi Íslandsmeistari og ÍBV sem endaði í þriðja sæti deildarinnar hins vegar.

Kristín Guðmundsdóttir, leikmaður Stjörnunnar, þurfti að bíta í það súra epli að taka ekki þátt í úrslitakeppninni að þessu sinni en hún er margreynd í leikjum af þessu tagi. Fréttablaðið fékk hana til þess að spá í spilin fyrir komandi einvígi.

„Ég er svolítið hrædd um að þetta verði ójafnt einvígi sem muni enda 3-0 Val í vil. Valur er með ógnarsterkt lið á meðan Haukastelpurnar hafa verið mjög óstöðugar í vetur og þá gekk liðið í gegnum þjálfarabreytingu skömmu fyrir úrslitakeppnina. Þjálfarateymið sem tekur við hefur hins vegar fengð tíma til þess að undirbúa sig og liðið hefur á að skipa reynslumiklum leikmönnum sem eru til alls líklegir. Maria Ines Da Silva Pereira og Karen Helga Díönudóttir þurfa að eiga toppleiki hjá Haukum til þess að þetta fari vel hjá þeim og Ramune Pekarskyte þarf að hrista af sér þau meiðsli sem hafa verið að plaga hana undanfarið. Þá þarf Ragnheiður Sveinsdóttir að láta til sín taka á línunni. Haukar verða að ná að spila vörn þar sem leikmenn liðsins eru óþolandi árásargjarnir og láta Valsliðið hafa fyrir hverju marki sem það skorar og ná að skora auðveld mörk," segir Kristín um viðureign Vals og Hauka.

„Ef Anna Úrsúla Guðmundsdóttir getur aftur á móti beitt sér af fullum krafti og Íris Björk Símonardóttir leikur af eðlilegri getu í markinu er Valur mjög óárennilegt. Lovísa Thompson er svo baneitruð sóknarlega og Sandra Erlingsdóttir og Díana Dögg Magnúsdóttir hafa verið að leika vel í vetur. Verði allt eðlilegt mun Valur fara á nokkuð sannfærandi hátt áfram og liðið býr að því að hafa mikla breidd og getur rúllað hópnum án þess að það bitni á leik liðsins," segir hún enn fremur um þá viðureign.

Kristín spáir því að Sunna Björnsdóttir og félagar hennar hjá Fram mæti Val í úrslitum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> Ég er hrædd um að einvígi Hauka og Vals verði ójafnt og endi 3-0 fyrir Val. Hinum megin mun Fram hafa betur að lokum 3-1 í jafnari viðureign.
>
> Kristín Guðmundsdóttir

„Hinum megin gæti einvígið verið eitthvað jafnara en ég held að Fram vinni þar 3-1. Þar skiptir miklu máli að Guðný Jenný Ásmundsdóttir, sem getur lokað markinu þegar sá gállinn er á henni, verður að öllum líkindum ekki með. Það er lykilatriði fyrir ÍBV að þær fái Sunnu Jónsdóttur í miklum ham inn í þessa leiki. Hún getur drifið leikmenn með sér bæði í vörn og sókn og hún ásamt Örnu Sif Pálsdóttur og Ester Óskarsdóttur þarf að binda saman vörn liðsins," segir þessi þrautreyndi leikstjórnandi um leik Fram og ÍBV.

„Fram er með betra lið og fleiri leikmenn sem geta látið til sín taka. Þar hefur Erla Rós Sigmarsdóttir átt misjafna leiki í marki Fram en ef hún hrekkur í gang þá verða þetta ójafnir leikir. Þær eru ofboðslega góðar í að sækja hratt og refsa fyrir mistök andstæðinganna. Reynslan og gæðin munu skila Fram í úrslitin held ég. ÍBV mun samt vinna einn leik í Vestmannaeyjum og hrista upp í einvíginu," segir hún að endingu um baráttu liðanna.

hjorvaro@frettabladid.is.

Nýjast

Domino's-deild karla

KR - Þór Þorlákshöfn 99-91

KR: Michele DiNunno 26, Julian Boyd 17/11 fráköst, Kristófer Acox 17/11 fráköst, Jón Arnór Stefánsson 14, Pavel Ermolinskij 9, Emil Barja 7, Helgi Már Magnússon 6, Finnur Atli Magnússon 3.

Þór Þorlákshöfn: Kinu Rochford 26, Nikolas Tomsick 18, Emil Karel Einarsson 17, Halldór Garðar Hermannsson 13, Jaka Brodnik 13, Davíð Arnar Ágústsson 4.

KR er komið 1-0 yfir í einvígi liðanna. Vinna þarf þrjá leiki til að komast áfram í úrslitaeinvígið um Íslandsmeistaratitilinn.

Enska úrvalsdeildin

Southampton - Liverpool 1-3

1-0 Shane Long (9.), 1-1 Naby Keita (36.), 1-2 Mohamed Salah (80.), 1-3 Jordan Henderson (86.).

Akureyri eða Fram mun falla

HANDBOLTI Lokaumferð Olís-deildar karla í handbolta fer fram í kvöld. Ljóst er hvaða átta lið munu komast í úrslitakeppni deildarinnar, Haukar hafa nú þegar tryggt sér deildarmeistaratitilinn og Grótta er fallin.

Mesta spennan fyrir leiki kvöldsins er svo hvort Akureyri eða Fram fylgi Gróttu niður í næstefstu deild. Akureyri er fyrir umferðina í fallsæti með 12 stig en Fram sæti ofar með 13 stig. Norðanmenn þurfa því að hafa betur í leik sínum gegn ÍR og treysta á að ÍBV vinni Fram.

Akureyri er nýliði í deildinni á yfirstandandi leiktíð en Fram væri að falla í fyrsta skipti síðan liðið tryggði sér sæti í efstu deild árið 1996 eftir þriggja ára veru í næstefstu deild.

Akureyri vann sinn fyrsta leik eftir áramót, þegar liðið strengdi líflínu í baráttu sinni við að forðast fallið úr deildinni, á móti Stjörnunni í þarsíðustu umferð deildarinnar.

Fram mistókst hins vegar að tryggja sér sæti í efstu deild á næstu leiktíð þegar liðið kastaði frá sér góðri stöðu í leik sínum gegn Aftureldingu í síðustu umferð.

Aðrir leikir kvöldsins eru toppslagur Hauka og Vals, Stjörnunnar og Selfoss, KA og FH og Gróttu og Aftureldingar. **– hó**

RENAULT
Passion for life

Vinnuflokkurinn og allt heila klabbið!

Renault Trafic langur 6 manna og Renault Master Double Cab 7 manna með palli eru einstaklega hentugir vinnubílar fyrir verktaka og vinnuflokka sem þurfa að flytja allt í einni ferð án vandræða.

EIGUM BÍLA TIL AFGREIÐSLU STRAX

RENAULT TRAFIC CREW-VAN
6 SÆTA/FARANGURSRÝMI, DÍSIL, BEINSKIPTUR
Verð: 4.024.00 kr. án vsk. (Aðeins einn bíll eftir)
4.990.000 kr. m. vsk.

RENAULT MASTER DOUBLE CAB
7 SÆTA/PALLBÍLL, DÍSIL, BEINSKIPTUR
Verð: 4.314.000 kr. án vsk.
5.350.000 kr. m. vsk.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12–16

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

ENNEMM / SÍA / NM93309

VOLVO V60 CROSS COUNTRY AWD

FRUMSÝNING Í DAG

Keyrðu á vit ævintýranna í nýjum Volvo V60 Cross Country AWD. Hann hefur sterklegt og glæsilegt útlit, fjórhjóladrif, mikla hæð frá götu, lúxus þægindi, framúrskarandi öryggi og nóg pláss. Allt sem þú þarft til að gera ferðalagið að hreinu ævintýri, hvort sem það er langt eða stutt.

Volvo V60 Cross Country AWD var valinn Bíll ársins á Íslandi 2019 af Bandalagi íslenskra bílablaðamanna.

Volvo V60 Cross Country AWD verður frumsýndur í dag, Reykjavík og á Akureyri kl. 12-16.

Komdu og reynsluaktu!

VERÐ FRÁ 6.990.000 KR.

GERÐU ÖLL FERÐALÖG AÐ ÆVINTÝRI

brimborg

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfði 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

volvocars.is

FRÉTTABLAÐIÐ HELGIN

Á hvað ertu að horfa?

Með tilkomu Netfix og fleiri efnisveitna er offramboð á efni til þess að eyða tímanum yfir. Vel valdir álitsgjafar leiðbeina hér ráðvilltum og benda á besta sjónvarpsefnið til þess að dreifa huganum með í aprílmánuði.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Var Buffy á öskudaginn

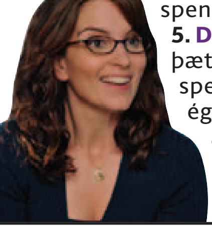
Sunna Ben myndlistarmaður og einkaþjálfari

„Ég er í fæðingarorlofi og var veik á meðgöngunni og mikið heima þar áður, svo ég er búin að horfa mjög mikið á sjónvarp undanfarið! Þessa dagana erum við skötuhjú að horfa á nýju seríuna af OA, ég er ekki viss hvort hún standist væntingarnar sem fyrri serían skildi eftir sig, en hún er ágæt enn sem komið er. Ég er líka búin að vera að horfa á Sex Education, Good Girls, Silicon Valley og Working Moms sem var allt fyndið og skemmtilegt. Dirty John, Bordertown, Broen og Sharp Objects hafa svo séð um að halda fyrir okkur vöku. Svo er ég búin að vera að horfa á gamla CSI Las Vegas, minn maður Gil Grissom eldist vel!“

„Sem stendur erum við bara með Netflix, en áður en við fluttum í síðasta mánuði vorum við með Sjónvarp Símans Premium sem ég var mjög ánægð með og Stöð 2 maraþon sem var ekkert spes. Við eigum eftir að sækja okkur afruglara í nýju íbúðina, en ég mun berjast fyrir því að fá aftur Sjónvarp Símans Premium.“

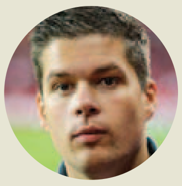
Topplisti Sunnu

1. **30 rock** – uppáhaldsþættirnir mínir í heiminum, hef horft á allar sjö seríur alveg kjánalega oft.
2. **Buffy the vampire slayer** – uppáhald síðan ég var barn. Ég var meira að segja Buffy á öskudaginn einhvern tímann og tálgaði mér fleyg í smíðatíma.
3. **True Detective** – ég er algjör sökker fyrir rannsóknarlögregluþáttum. Fyrsta sería af True Detective er eitthvað það allra besta sjónvarp sem ég veit. Það sem ég hef séð af nýjustu seríunni var líka mjög gott.
4. **Bordertown** – á Netflix er nýlegt uppáhald, frábærir finnskir spennuþættir.
5. **Dark** – þýskir sci fi spennuþættir á Netflix, alveg sjúklega spennandi! Svona þættir sem ég horfði á fyrir tveimur árum og er enn að velta fyrir mér. Vonandi kemur bráðum önnur sería!



Indverskt krikket kemur á óvart

Tómas Þór Þórðarson
íþróttafréttamaður



„Ég horfi mest á Netflix og VOD-ið þegar ég er ekki að horfa á íþróttir í beinni útsendingu, sem er svona það sem ég horfi mest á. Ég var að klára F1: Drive to Survive á Netflix sem er besta íþróttaheimildaþáttaröð sem að ég hef séð í langan tíma. Tók einnig svona „inside“ þátt á Netflix um lið í indversku úrvalsdeildinni í krikket sem er sömuleiðis frábær. F1-þátturinn er klárlega eitthvað sem ég mæli með og svo er ég að vinna mig til baka í Shark Tank á Netflix sem ég er mikill aðdáandi að.

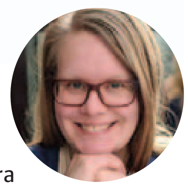
Nýju Jamie Oliver-þættirnir á Stöð 2 eru bestu matreiðsluþættir sem ég hef séð lengi, tek þá mikið á VOD-inu. Myndi mæla með íþróttaþáttunum tveimur klárlega fyrir íþróttaáhugamenn, Jamie fyrir matgæðinga og svo var nýja serían af Luther að detta inn og hún er geggjuð. Annars þarf maður ekkert mikið meira í sitt líf en Stöð 2 Sport.“

Topplisti Tómasar

1. **Jamie Oliver** matreiðsluþættirnir á Stöð 2.
2. **F1: Drive to Survive** á Netflix og þáttur um indverskt krikket.
3. **Luther**

Besti þáttur allra tíma er The Wire

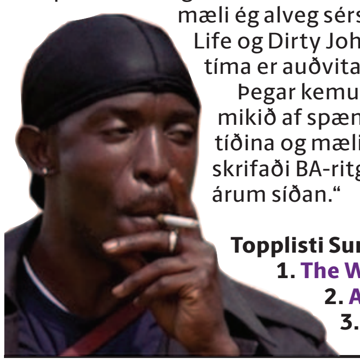
Sunna Kristín Hilmarsdóttir blaðamaður á Vísi



„Ég er að horfa á The Disappearance of Madeleine McCann en er nýbúin að horfa á After Life og Dirty John. Allt er þetta á Netflix þar sem ég horfi mest á kvikmyndir og sjónvarpsþætti á þeirri veitu.

Af þessu sem ég hef verið að horfa á undanfarið mæli ég alveg sérstaklega með After Life og Dirty John en besti þáttur allra tíma er auðvitað The Wire.

Þegar kemur að bíómyndum þá hef ég horft á mikið af spænskum og suður-amerískum í gegnum tíðina og mæli með Amores Perros, perlu sem ég skrifaði BA-ritgerðina mína í spænsku um fyrir tíu árum síðan.“



Topplisti Sunnu

1. **The Wire**
2. **Amores Perros**
3. **After Life og Dirty John**

Luther, uppáhalds sjónvarpslöggan

Kristján Atli Ragnarsson rithöfundur

Ég er að horfa á fimmtu seríuna af Luther á Netflix. Idris Elba í sínu besta hlutverki, uppáhalds sjónvarpslöggan mín. Ég er annars enn að jafna mig eftir þriðju seríu True Detective á Stöð 2 og aðeins að anda rólega áður en Game of Thrones byrjar, en árið snýst auðvitað að mestu leyti um þann viðburð.

Annars eru íþróttirnar fyrirferðarmestar á þessum árstíma. Liverpool er að berjast um enska titilinn og ég er auðvitað vakinn og sofinn af stressi yfir því, svo er úrslitakeppnin í körfunni hér heima búin að vera sælkeradagskrá hingað til og handboltaplayoffs fylgja strax í kjölfarið, sem og úrslitakeppni NBA-deildarinnar. Þetta er eiginlega of mikið af því góða.

Kvikmyndir horfi ég stöku sinnum á heima en legg mikið upp úr því að fara reglulega í bíó. Ég sá Us um síðustu helgi og fannst hún stórgóð, ekki síðri en fyrri mynd Jordans Peele, Get Out. Ég er að fara á Pet Sematary um næstu helgi, það er hreinu, og svo telur maður bara niður í Avengers: Endgame. Ég streittist lengi vel á móti þessu ofurhetjukjaftæði öllu saman en þessar Marvel-myndir eru bara svo ógeðslega vel gerðar að þær náðu mér á endanum.

Topplisti Kristjáns Atla

1. **Mr Mercedes** – þáttaröðin á Stöð 2.
2. **Hvað höfum við gert?** – í umsjón Stjörnu-Sævars á RÚV ætti að vera skylduáhorf.
3. **The Favorite** – kvikmyndin sem ég horfði nýlega á heima hjá mér og fannst stórgóð.
4. **Umgjörðin** – hjá Stöð 2 Sport fyrir körfu- og handbolta er í heimsklassa. Mæli með!

Netflix uppi í sófa eða uppi í rúmi

Soffía Kristín Jónsdóttir hjá Icelandic Sync, stjórnarkona í FKA

„Ég er núna að horfa á nýjustu seríuna af OA á Netflix og horfi aðallega á Netflix, uppi í sófa eða uppi í rúmi.“

Topplisti Soffíu Kristínar

1. **Bates Motel**
2. **OA**
3. **Sex Education**
4. **Luther**
5. **Santa Clarita Diet**

Horfir lítið á sjónvarp

Halldóra Sif Guðlaugsdóttir
hönnuður

„Ég horfi frekar lítið á sjónvarp en datt inn á Turn up Charlie nýlega, þeir eru mjög skemmtilegir!“

Topplisti Halldóru

1. **Friends**
2. **Game of Thrones**
3. **Greys Anatomy**
4. **Peaky Blinders**
5. **Meistaradeildin í hestum**

5 ára ábyrgð
Þýsk gæði
Þýsk hönnun
Þýsk hagkvæmni
OPEL
KJARABÓT!
Við bjóðum umtalsverða verðlækkun á Opel sportjeppum út apríl.
Þú kemur og semur á kjörum sem bjarga sumrinu.
Birt með fyrirvara um mynd- og textabrengl
GRANDLAND X
CROSSLAND X
~~Verð áður: 3.190.000 kr.~~
Kjarabót: 300.000 kr.
Verð frá:
2.890.000 kr.
GRANDLAND X
~~Verð áður: 4.390.000 kr.~~
Kjarabót: 400.000 kr.
Verð frá:
3.990.000 kr.
MOKKA X
~~Verð áður: 5.190.000 kr.~~
Kjarabót: 500.000
Verð frá:
4.690.000 kr.
Klárum samningana saman yfir vöfflum og kaffi.
benni.is
Reykjavík
Krókhálsi 9
590 2000
Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16
Verið velkomin í reynsluakstur
Reykjanesbæ
Njarðarbraut 9
420 3330
Opið virka daga frá 9 til 18
Verið velkomin í reynsluakstur
Bílabúð Benna

„Mér hefur alltaf þótt nekt eðlileg, náttúruleg,“ segir Kristín Anna. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Ég er hætt að flýja

„Það hefur verið svartur skuggi á sálinni í langan tíma,“ segir tónlistarkonan **Kristín Anna Valtýsdóttir**. Eftir að hún hætti í múm í kjölfar erfiðrar reynslu dró hún sig inn í skel og hélt listsköpun sinni að miklu leyti út af fyrir sig. Hún gaf nýverið út plötuna I Must Be The Devil en fyrsta lagið á plötunni var samið fyrir tólf árum.

Hún er tónlistarmaður tónlistarmanna,“ er stundum sagt um listamanninn Kristínu Önnu Valtýsdóttur. Hún hefur algjörlega farið eigin leiðir og þykir vera óútreiknanleg og einlæg.

Kristín Anna varð fræg ásamt tvíburasystur sinni Gyðu Valtýsdóttur í hljómsveitinni múm á tíunda áratugnum og er þekkt fyrir einstakt raddsvið og -beitingu. Háa, beitta og skæra tóna.

Eftir að hún hætti í hljómsveitinni hafði hún ríka þörf fyrir að skapa á eigin forsendum og helst ekki fyrir nokkra manneskju. Hún hefur því gefið lítið út af verkum eftir sig.

Í meira en áratug hefur hún hins vegar samið tónverk á píanó, sum tekin upp en önnur geymdi hún í minninu og hélt þeim þétt að sér.

Jæja, Kristín ...

Það var ekki fyrr en vinir hennar, hjónin Ragnar Kjartansson og Ingibjörg Sigurjónsdóttir, þrýstu á hana að nú væri nóg komið og skipuðu henni í stúdíó að hún lét tilleiðast. „Þau sögðu bara: Jæja, Kristín. Nú er komið að því. Kjartan Sveinsson steig þarna líka inn og sagðist vilja stýra upptökum á plötunni. Ef þau hefðu ekki skipað mér að taka upp þessa plötu, þá hefði hún aldrei komið út.“

Útgáfutónleikarnir voru haldnir í Dómkirkjunni og platan er gefin út af Bel-Air Glamour Records útgáfunni sem er í eigu Ragnars og Ingibjargar og í samstarfi við The Vinyl Factory. Kristín Anna tók plötuna upp í samstarfi við Kjartan Sveinsson tónlistarmann.

Hún er stödd í einum af bláu beitingaskúrunum á Granda. Þar er vinnustofa Ragnars Kjartanssonar. Í einu horni vinnustofunnar er pálmatré úr pappa, í miðjunni er í vinnslu stórt portrett af bandarískri listakonu, tveir skrautlegir gítarar hanga uppi á vegg, plötur og plötuspilari. Svolítið bókasafn og eldhúskrókur. Á flauelsteppi á gólfinu liggur nokkurra mánaða gömul dóttir hennar og hjalar.

Kristín Anna setur nýju plötuna á fóninn. Plötuumslagið hefur vakið athygli þar sem hún situr fullklædd í hópi nakinna karlmanna.

Naktir karlmenn á umslaginu

„Það var bara hóað í alla sem hægt var,“ segir Kristín Anna um nöktu karlmennina sem prýða umslagið. Hugmyndin kom frá rithöfundinum og hönnuðinum Ragnari Helga Ólafssyni sem hefur getið sér afar gott orð fyrir hönnun bókakápa. „Hann er sjálfur þarna fyrir miðju,“ segir hún og hlær og bendir á umslagið. Ljósmyndina tók Ari Magg.

„Mér hefur alltaf þótt nekt eðlileg, náttúruleg. Tengi betur við hana en margt annað sem mannskepnunni þykir eðlilegra en líkaminn. Í þessu samhengi er líkami karlmannanna bara ótrúlega fallegt skúlptúrískt lifandi efni í sjálfu sér, en í tilvísun sinni í tónlistarsöguna og myndmálið, margræðari en það.

Sjálf var ég fjórtán sinnum nakin framan á síðustu plötu sem ég gaf út,“ segir Kristín Anna og vísar í plötuna Howl sem kom út árið 2015. „Tónlistin á henni er samin í spuna á einni viku en mánuðir fóru í myndakápuna fyrir hana, og endaði sú ljósmynd sem myndverk sem ég sýndi svo á listasafni. Þá hafði ég mikið verið að spá í líkamanum sem náttúru, vildi að það yrði ekki greinilegt hvað væri klettur, dýr eða manneskja,“ segir Kristín Anna sem hefur síðasta áratug verið hugleikið sem listamanni hvernig hún gæti skapað án hjálpartækja. „Reverb og kjóll eru til dæmis bæði ákveðinn búningur sem gaman er að leika sér með, en líkaminn og orkan sem frá honum stafar er fyrir mér mjög heillandi hljóðfæri að spila á.“

Vildi koma í veg fyrir útgáfuna

Platan er tekin upp í gömlu sundlauginni í Mosfellsbæ. Upptökuferlið tók um það bil tvö ár.

Myndina á plötuumslaginu tók Ari Magg.

CITROËN

FRUMSÝNING Í DAG!

Fyrsti jeppinn frá Citroën!

– Gæði og þægindi

Komdu og sjáðu þennan tímamótabíl í 100 ára sögu Citroën. Aðalsmerki Citroën, einstök fjöðrun og framúrskarandi þægindi leika lykilhlutverk í hönnun og smíði C5 Aircross. Sannkallaður lúxusjeppi á einstöku verði.
Kynntu þér örugg gæði Citroën.

Citroën C5 Aircross SUV
Tilnefndur sem Bíll ársins í Evrópu 2019!

NÝR CITROËN
C5 AIRCROSS SUV

CITROËN ADVANCED COMFORT

- Progressive Hydraulic Cushions fjöðrunarkerfið
- Hár frá götu eða 23 cm
- Breið þægileg framsæti
- 20 aðstoðarkerfi sem tryggja öryggi í akstri
- Einstaklega stórt skott allt að 720 lítrar
- Öflug Grip Control spólvörn á framdrifið er snilld í snjónum
- 3 stök aftursæti, öll jafnbreið, með plássi fyrir þrjá barnastóla
- Þráðlaus símahleðsla og Apple CarPlay

VERÐ FRÁ:
3.890.000 kr.

KOMDU OG PRÓFAÐU NÝJA CITROËN C5 AIRCROSS SUV MEÐ KRAFTMIKILLI VÉL, 8 GÍRA SJÁLFSKIPTINGU OG GRIP CONTROL SPÓLVÖRN SEM ÁSAMT EINSTAKRI 23 CM VEGHÆÐ GERIR HANN FRÁBÆRAN Í SNJÓ OG HÁLKU.

ÖRUGG GÆÐI CITROËN!

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8
Sími 515 7040

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Kristín Anna segir að Kjartan hafi sýnt henni ómælda þolinmæði og hvatt sig áfram. „Ég treysti honum og hann hvatti mig til að grafa upp þessi lög úr minninu mörg ár aftur í tímann. Ég reyndi að endurskapa þau í flæði og þetta eru afar persónuleg lög.

Þetta eru allt heilar tökur, píanóleikur og söngur á sama tíma. Sum lögin eru löng, um átta mínútur. Það er því auðvelt að gera mistök og þá er upptakan ónýt. En svo kom mikið af frábæru tónlistarfólki að ferlinu, Kjartan spilar sjálfur og syngur inn á upptökurnar og gerði strengjaútsetningar. Gyða systir mín og María Huld Markan spiluðu inn á mikið af efninu og útsettu sjálfar í gegnum spuna í stúdíóinu. Guðmundur Steinn og Áki félagar mínir leika líka lausum hala inn á margar upptökur. Davíð Þór og Skúli Sverris og Magnús Trygvason Eliassen koma oft við sögu en í lögum sem þó enduðu flest á annarri plötu sem gefin verður út von bráðar. Í ferlinu fór ég að gangast við því að vera tónlistarmaður,“ segir Kristín Anna en það er ekkert leyndarmál að hún reyndi með öllum tiltækum ráðum að tefja og koma í veg fyrir útgáfuna.

Alls konar flóttaleiðir

„Ég hef tekið mér tíma í að efast um hitt og þetta og fundið mér alls konar flóttaleiðir. Fyrir um það bil ári síðan var platan eiginlega alveg tilbúin. Þá tilkynnti ég að ég væri barnshafandi og það þyrfti að fresta útgáfunni,“ segir hún.

Hver er rótin að þessu? Þykir þér svona vænt um verkin þín?

„Já, þetta er í undirmeðvitundinni en í meðvitundinni er ég bara að fríka út og vil koma þessu út,“ segir hún og skellir upp úr.

„Sumum finnst þetta auðvelt, að skapa og gefa út verk sín. En síðan er fólk stressað þegar það þarf að fara á svið. Ég á í engum vandræðum með það og líður vel. En þegar ég á að gefa eitthvað varanlegt frá mér, þá hefur mér fundist það erfitt.“

> **EFTIR AÐ ÉG FLUTTI LAGIÐ Í AMSTERDAM FLAUG ÉG HEIM TIL AÐ EYÐA FÓSTRINU. ÉG VAR GENGIN ÁTTA VIKUR. ÉG FLAUG SVO SAMDÆGURS TIL ÍSAFJARÐAR**

Leið til að lifa af

Lögin á plötunni eru samin á mjög löngum tíma. Frá því þú ert í múm og svo í upptökuferlinu sjálfu. Er einhver þráður á milli þeirra?

„Lögin eru mjög persónuleg og segja sögu af sambandi mínu við annað fólk. Ég hugsa að þau endurspegli að tónlistin er mín leið til að lifa af. Andlega, frekar en að þau séu samin til að vera hipp og kúl tónlistarkona. Sum þeirra eru skrifuð þegar eina leiðin fyrir mig til að átta mig á tilfinningum mínum eða veita þeim útrás var að semja og spila tónlist. Ég vissi ekki hvað ég átti að gera við það sem bærðist innra með mér, eða hvernig ég gæti fengið það skilið. Í sköpunarferlinu næ ég að skýra eitthvað fyrir sjálfri mér, það ósýnilega verður haldbært í tónum og orðum, í smástund er ég hólpin. Og sársauki verður að fegurð og þakklæti eða fagurt augnablik fær að lifa að eilífu fyrir mér í lagi,“ segir Kristín Anna.

Stillur úr fallegu myndbandi leikstýrðu af Ragnari Kjartanssyni og Allan Sigurðssyni. Kristín Anna kveikir í leikmynd af varðeldi.

Þarna koma þeir

Kristín Anna segist hafa haft þessa tengingu við tónlist frá barnæsku. „Ég er alin upp í skógi í Árbænum, í Elliðaárdal. Ég gekk í Árbæjarskóla og æfði á píanó. Það var ekki mikil sköpun í skólanum og ég man að maður þótti skrýtinn fyrir það eitt að æfa á hljóðfæri,“ segir Kristín Anna sem segist hafa beðið þess með óþreyju að komast í framhaldsskóla. „Ég vann á Staldrinu og afgreiddi hamborgara í gegnum lúgu og fór í píanótíma. Um leið og við Gyða byrjuðum í MH komu Örvar Smárason og Gunnar Tynes inn í íþróttasalinn. Þeir voru þangað komnir til að semja tónlist fyrir leikrit. Ég hafði séð þá spila með Andhéra og ég vissi að ég myndi kynnast þeim: Þarna koma þeir, hugsaði ég þá.

Á þessum árum fannst mér ég stundum hafa séð fram í tímann. Þarna vorum við Gyða sextán ára og múm varð til. Við Gyða fórum aldrei heim af æfingum. Héldum bara áfram að hanga með þeim og svo fluttum við bara inn á hvert annað. Áður en ég vissi var ég aldrei í skólanum og að spila með múm varð líf mitt í sex ár. Ég gerði ekkert annað og þetta gekk fyrir öllu. Vinum og fjölskyldu. Ég var alltaf einhvers staðar í einangrun úti á landi að semja, í stúdíói eða á túrrútu. Lífið var allt í einu skipulagt langt fram tímann,“ segir Kristín Anna og segir að eftir mörg ár af slíku lífi hljóti eitthvað að gefa eftir. „Þetta eru mótunarárin og öll þessi ár þurfti ég lítið að pæla í því hvað ég ætti að gera við líf mitt. Ég hafði miklu frekar verið upptekin af því að halda hlutum frá mér til að eiga mitt persónulega rými. Við eyddum oft sumrinu við að semja tónlist á Galtarvita. Þar var hvorki net né símasamband og maður þurfti að fara út í vitann á bát. Þetta var sérstakur tími og ég held að ég hafi komið út úr honum misþroska á margan hátt.“

Var á eðlisfræðibraut

Hefðir þú viljað gera eitthvað öðruvísi?

„Nei. En áður en ég kynntist Gunna og Örvari var ég á eðlisfræðibraut og tók fimm stærðfræðiáfanga og gat allt eins séð fyrir mér að verða geimfari. Ég hætti að taka stigspróf í píanónáminu, ég varð upptekin af því að takast á við skrýtin og flókin verk, til dæmis eftir Prokofjev. Ég vildi bara spila það sem ég hafði áhuga á, það var eitthvað við það að heyra einhvern annan æfa sama verk og ég var að spila sem gerði mig afhuga því. Ég vildi ekki einu sinni heyra upptökur af verkum. Það lá því beinast við að ég færi að semja sjálf tónlist,“ segir hún og hlær og segir að múm hafi verið framhald af þessu öllu saman.

„En að verða allt í einu tónlistarmaður og túra um heiminn hafði ég hvorki séð fyrir né verið að óska mér. Þó hafði ég stundum sagt sem barn að ég myndi vinna í ferðasirkus þegar ég yrði stór. Ljóminn við það að vera á ferðalagi, búa ekki í húsi föstu við jörðina og annast dýr. Vissulega rættist margt

við þá sýn. En svo stóð ég allt í einu uppi á sviði. Ég naut þess að flytja þessa tónlist og samverunnar við vini mína sem voru með mér í þessu og það var frábært. Ég man eftir því að hafa oft hugsað: Ég er að gera það sem mig dreymir um, án þess að hafa nokkurn tíma dreymt um það!“

Góð leið til að verða geðveikur

Það er á þessum tíma, árið 2005, sem Kristín Anna samdi fyrsta lag nýju plötunnar. Þá enn meðlimur í múm. „Ég var ólétt þegar ég skrifaði fyrsta lagið á plötunni fyrir 14 árum síðan. Ég var stödd með múm í Hollandi á tónlistarhátíð til að semja „interludes“ við verk eftir Iannis Xenakis, þema hátíðarinnar var himnaríki og helvíti. Ég var búin að vera úti um hvippinn og hvappinn í vinnunni og ekki getað dílað við þetta sem mig grunaði að væri að gerast. Eftir að ég flutti lagið í Amsterdam flaug ég heim til að eyða fóstrinu. Ég var gengin átta vikur. Ég flaug svo samdægurs til Ísafjarðar og gekk yfir fjall með harmónikku á bakinu til þess að fara og semja efni með múm á Galtarvita. Þar fékk ég í fyrsta skipti í langan tíma frið til að hugleiða hvað hafði gengið á. Ákvörðunin sem ég tók og framkvæmdin á henni var ekki meðvituð. Ég ætlaði ekki að segja neinum frá þessu. Og minntist ekki á það við nokkurn mann í sjö ár. Þá væri eins og þetta hefði ekki gerst. Það er líklega góð leið til þess að verða geðveikur,“ segir Kristín Anna.

„Ég náði ekki að tengja við ferlið sem við ætluðum öll að vera í. Ég var bara ein með sjálfri mér að syrgja þetta svolítið og hugsaði aftur og aftur: Hvað var ég eiginlega að gera? Ég sat mikið ein inni í eldhúsi með gítar. Samdi lag, fór svo upp á loft og tók það upp á kassettu. Svo kom við

Kristín Anna sagði ekki nokkrum manni frá erfiðri reynslu sinni í sjö ár.

> EN SVO KOMST ÉG AÐ ÞVÍ AÐ SEM SAMFÉLAGSÞEGN OG LISTAMAÐUR VAR ÉG BÚIN AÐ MÁLA MIG ÚT Í HORN

maður á bát og ég stökk um borð og skildi kassettuna eftir,“ segir hún.

Lagið á kassettunni átti eftir að verða fyrsta lagið sem Kristín Anna gaf út undir listamannsnafninu Kría Brekkan. Wildering.

Hætti í múm

„Þetta var upphafið að því að ég hætti í múm. Ég fór til New York, þar sem vinur minn bjó. Meira til að flýja undan vissum hlutum og aðstæðum en að láta ljós mitt skína. Ég talaði ekki við neinn um það sem var í gangi og það sem ég var að hugsa. En ég fann fyrir því að fólk hélt að ég væri að fara út til að hefja sólóferil og slá í gegn. En það var auðvitað ekki þannig. Ég ætlaði að sanna það að ég væri sko ekki farin til að slá í gegn. Og heldur betur var ég ekki að leggja mig mikið fram við það,“ segir Kristín Anna.

„Þar hélt ég áfram að semja á píanó en gafst sjaldan tækifæri til að flytja lögin og það hefti mig. Ég fór því að semja tónlist þar sem ég þurfti ekki að nota píanó heldur alls kyns græjur og fékkst við það samhliða.

Ég kom svo heim til Íslands árið 2009 og fór að gera myndlist og gjörninga. Ég ákvað að það skipti ekki máli að taka upp tónlist. Það skipti bara máli að skapa og gera persónulegar uppgötvanir sem lutu bara að sambandi mínu við alheiminn. En svo komst ég að því að sem samfélagsþegn og listamaður var ég búin að mála mig út í horn,“ segir Kristín Anna og segir frá gjörningi sem lýsir því vel hvað hún var orðin einangruð.

„Ég var búin að smíða einhvern kofa í Hjartagarðinum, þetta var á Þorláksmessu árið 2010. Þetta var sjálfsali; Kría Brekkan helgileikur og pípsjó. Sat þarna inni með hitablásara og lögg fram á miðnætti og beið eftir því að einhver styngi pening í rauf. Kveikti þá á eldspýtu, svo á ljósi og flutti lag. Þar komst bara einn áhorfandi fyrir í einu. Áhorfandi setti á sig heyrnartæki og gægðist í gegnum kíki á hvolfi. Ég hafði hlaupið aðeins upp á Laugaveg og beðið fólk um að koma og kíkja á verkið. Sara Riel myndlistarkona og vinkona mín kom til mín og varð eiginlega alveg bálreið við mig. Hvers vegna ég væri að gera þetta án þess að nokkur vissi. Ekki einu sinni jólasveinn að bjóða fólk velkomið að kíkja á!“ Rifjar Kristín Anna upp. „En samt var þetta hugmynd sem ég hafði verið að útfæra í hálft ár og þegar ég vaknaði næsta dag þá fann ég algjöra fullnægju yfir sköpuninni. En svo fattaði ég að ég hafði ekki einu sinni tekið mynd. Skrásetti ekkert.

Algerlega í eigin heimi

Ég var svo upptekin af því að vera ekki að leika leikinn, að ég var eiginlega bara í eigin heimi.“

Er það ekki að einhverju leyti hollt?

„Jú, það er partur af einhverri leið en á endanum þá ertu bara farin að vinna við að selja popp í bíóhúsi til að hafa ofan í þig og á, og þó ég njóti þeirrar vinnu, allt er gaman ef maður er með góðu fólki, þá er það samt sárt að vera ekki að eyða meiri tími í það sem maður elskar mest að gera og hefur lagt sig svo mikið fram við að geta gert vel.

En svo líka það að bjóða ekki neinn velkominn. Í raun og veru var þessi gjörningur ákveðin birtingarmynd af því hvert ég var komin. Ég var búin að fela mig inni í dularfullum kassa og ef þú rakst á hann fyrir algjöra tilviljun þá gastu kíkt inn um litla rauf og mögulega séð hvað ég var að gera. Jú, þetta var líklega ákveðið manifestó,“ segir hún og hlær.

Slökkti eldinn

„Ég var að enda eldfimt samband mitt við David Portner, þá var hljómsveit hans Animal Collective að ná miklum hæðum í Bandaríkjunum og við að skilja. Ég átti miða frá Íslandi til New York og ætlaði mér að fara og dvelja hjá vinum í Rokeby, en þar tókum við síðar upp Visitors eftir Ragnar Kjartansson. Ég hafði handskrifað til þeirra bréf um vorið og beðið um að fá að vera hjá þeim og taka upp lög við flyglana sem þar eru. Vinna í matjurtagarðinum fyrir dvölinni. Ég fékk vélritað bréf til baka og var boðin velkomin. Ég átti flugmiða um haustið en var svo andlega illa fyrirkölluð að ég komst ekki út. Ég var ekki sjálfráða í vanlíðan minni og ákvað að vera frekar á Íslandi að takast á við það. Ég upplifði mig í andlegri eyðimörk þar. Það var mikið búið að ganga á og ég ákvað bara að gangast inn í íslenskan hversdagsleika. Og reyna að komast að því hvað væri að mér. Takast á við taugaáfall sem ég hafði orðið fyrir. Horfast í augu við það að ég átti mjög erfitt með mig. Þarna slökkti ég eldinn sem ég hafði haft fram að þessu um að taka upp og gefa út tónlist, líklegast til að forðast eftirsjá, en ég hélt áfram að spila og semja. Það var þá sem við Ragnar urðum nánir vinir, honum virtist þykja ég frábær en ekki skrýtin. Svo eignaðist ég gamlan bíl, Rambler American '66. Það meikaði engan sens en ég fékk mörg esóterísk hint að því að hann ætti að verða minn. Í kjölfarið var ég kynnt fyrir Sigurði Óla sem í fjögur ár hitti mig reglulega í skúrnum hjá sér og ekkert var svo ónýtt að ekki væri hægt að laga það. Allir þessir þrír hjálpaðu mér að takast á við hversdaginn, gera hann að ævintýri.“

> **ÞARNA SLÖKKTI ÉG ELDINN SEM ÉG HAFÐI HAFT FRAM AÐ ÞESSU UM AÐ TAKA UPP OG GEFA ÚT TÓNLIST, LÍKLEGAST TIL AÐ FORÐAST EFTIRSJÁ.**

Gjöfult og gott samstarf

Samstarf Kristínar Önnu við Ragnar Kjartansson að sýningunni The Visitors hélt áfram. Hún hefur tekið þátt í sköpun á fjölmörgum verkum Ragnars, meðal annars verkinu Death is Elsewhere, en sýning á því verður opnuð í Metropolitan-safninu í New York í maí.

Þau störfuðu saman að gerð tónlistarmyndbands við lagið Forever Love af nýju plötunni. Ragnar og Allan Sigurðsson leikstýrðu myndbandinu og þykir það ægifallegt en í því kveikir Kristín Anna í leikmynd af varðeldi. Á þeim tíma sem myndbandið er tekið upp er hún barnshafandi að Agnesi Ninju dóttur sinni.

„Mér fannst mikið frelsi fólgið í því að koma fram í verkum Ragga. Ég þurfti ekki að bera ábyrgð. Ég þurfti ekki að vita hvers vegna listaverkið ætti að fá að verða til. Ég var með samviskubit yfir því að vera til og mér fannst gott að fá að lifa innan í listaverki. Einnig átti vel við mig að vera bara performer. Flytja verkin og fara svo. Skilja ekki eftir nein ummerki. Bara upplifunina. Á sviði og í gjörningum er ekki tími til að hugsa, efast eða velta fyrir sér hlutunum. Það á vel við mig,“ segir hún.

Með svartan skugga á sálinni

Nú þegar þú hefur sagt mér frá fyrsta laginu, eldinum sem slokknaði um tíma, hvernig þú dróst þig inn í skel en varst dregin út af vinum og studd, tja, nánast pínd til að gera plötuna. Þá langar mig að spyrja, breytti það einhverju fyrir þig að verða móðir?

„Ég held að hlutirnir hafi komið heim og saman við það að verða loksins móðir. Það hefur verið svartur skuggi á sálinni í langan tíma. Eða hola í sálinni, tóm. Það er líka svo gaman að vera mamma. Maður þarf að hugsa um sjálfan sig og aðra. Ég var farin að leita lífsfyllingar á undarlegustu stöðum og ekki að finna hana. Allt í einu hurfu allir þessir komplexar og allt í einu vil ég gefa út tónlist mína. Ég vil geta séð fyrir okkur og ég er hætt að flýja. Frá því að fullorðnast og frá því sem er varanlegt.“

Nýtt

Hvernig líður þér í dag?

Heilsulausnir okkar einfalda þér að fá réttu bætiefnin

Hvað eru Heilsulausnir?

- **Sérvaldar vörur frá sérfræðingum Heilsuhússins**
- **Samsetning sem hámarkar árangur**
- **Einfalt skref að bættri heilsu**

Settu heilsuna í fyrsta sæti
– hún er það mikilvægasta sem þú átt

Heilsulausn
fyrir kulnun og streitu

Sölvi Tryggva kemur þér í gang með sínum uppáhalds vörum

Heilsulausn
fyrir meltingu

Komdu reglu á melting-una og gerðu eitthvað í þínum málum strax í dag

Heilsulausn
fyrir svefn

Tryggðu þér ljúfan og endurnærandi svefn og færri andvökunætur

Heilsulausn
fyrir bólgur og verki

Fyrir blómstrandi kropp án bólgu og verkja

Finndu þína Heilsulausn í næstu verslun okkar eða á **heilsuhusid.is**
Kringlan | Laugavegur | Lágmúli | Smáratorg | Akureyri | Selfoss

Heilsuhúsið

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Gunnhildur Una gefur út bókina, Stórar stelpur fá raflost. Í henni gerir hún upp andleg veikindi og meðferð við þeim. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Missti minnið eftir raflost

Gunnhildur Una Jónsdóttir lýsir reynslu sinni af raflostmeðferðum sem hún fór í á Landspítalanum. Hún glímdi við djúpt þunglyndi og meðferðin átti að kippa henni upp, hratt og örugglega. Eftir meðferðina missti hún bæði minni og færni til að gera einföldustu hluti eins og að kaupa inn mat.

Minnisleysið sem Gunnhildur Una Jónsdóttir glímdi við í kjölfar raflostmeðferðarinnar er meginþráðurinn í frásögn hennar í nýrri bók, Stórar stelpur fá raflost.

„Sagan fjallar um reynslu mína af andlegum veikindum sem hófust þegar ég var ung kona,“ segir Gunnhildur Una.

Hún rekur upphaf veikinda sinna til áfalls sem hún varð fyrir sem ung kona.

„Þetta var í raun fyrsta áfallið í lífi mínu. Ég lenti í bílslysi og fékk mikið höfuðhögg sem hafði mikil áhrif. Ég var að læra á píanó og missti það. Ég gat ekki lengur gert sömu hluti og áður. Ég var svolítið lengi að finna mér farveg aftur,“ segir Gunnhildur.

Fyrstu merki veikindanna

Fyrsta einkenni geðhvarfasýkinnar var líklega djúpt þunglyndi sem hún fann fyrir einn veturinn og strax næsta vetur á eftir telur Gunnhildur að hún hafi farið í fyrstu maníuna. „Þetta stendur beinlínis ekki í sjúkraskýrslum um mig en ég man vel eftir þessum tíma. Ég varð svo þunglynd að ég gat ekki farið út úr húsi. Þarna bjó ég ein og var barnlaus. Ég hætti að mæta í skólann og lokaði mig af. Ég talaði við Margréti Blöndal geðhjúkrunarfræðing sem reyndist mér vel.

Næsta vetur var ég á fyrsta ári mínu í Listaháskólanum og ég held að þá hafi ég farið í mína fyrstu maníu. Ég gat ekki sofið, ekki borðað, fékk alveg hundrað hugmyndir og var ofsalega hátt uppi. Ég hringdi þá í Margréti sem benti mér á lækni til að tala við út af svefnleysinu. Ég fékk svefnlyf sem virkuðu náttúrulega ekki neitt. Það er svo mikill kraftur í maníunni að þegar maður er kominn hátt upp er erfitt að lyfja það niður,“ segir Gunnhildur.

Ég fékk tíma hjá þessum lækni og hann gaf mér lauslega greiningu. Ég gæti verið með geðhvarfasýki. Hann sagðist myndu vilja sjá hvernig þetta þróaðist í lífi mínu. En þegar ég er spurð hvenær ég hafi verið greind, þá lít ég til baka til þessa tíma,“ segir Gunnhildur sem hefur nú tekist á við erfið veikindi undanfarinn áratug.

Gunnhildur eignaðist frumburð sinn að verða 31 árs gömul og varð svolítið þunglynd í kjölfarið. „Þá var ég á leiðinni í meistaranámið mitt. Við fluttum til Ameríku og þetta var krefjandi nám. Ég stundaði nám í flottum tækniháskóla sem var með flotta listadeild. Maður var eins og í öðrum heimi í þessum háskóla og pressan var ofsalega mikil. Skólinn bauð þessa vegna upp á fría sálfræðitíma fyrir nemendur sem ég sótti. Sálfræðingurinn kenndi mér dýrmæta lexíu. Hún sagði við mig: þú verður að læra það sem við köllum á ensku: Good enough! Hún sagði mér að ef ég væri að bíða eftir því sem skólinn segði mér að væri nógu gott, þá myndi ég aldrei fá svar. „Því þetta er þannig skóli, þetta er hola sem verður aldrei fyllt.“ Ég reyndi að fylgja þessu ráði og byrjaði að læra að setja sjálfri mér mörk.“

Minni markmið eru holl

Þegar hún lagðist fyrst inn á geðdeild Landspítalans var hún í doktorsnámi í myndlist og menntunarfræðum en þurfti að hætta námi. Veikindin voru of krefjandi og móðurhlutverkið þurfti meira rými enda er Gunnhildur einstæð móðir þriggja barna.

„Það hafa alltaf liðið svolítið stuttir tímar á milli innlagna hjá mér. En ég er smám saman að komast í betra form. Hluti af því er að vera ekki alltaf með þessi fáránlega bjartsýnu markmið. Heldur smærri markmið, eins og til dæmis: Í dag ætla ég að eiga mjólk í kaffið. Þá er dagurinn bara frábær!

ÉG GAT EKKI SOFIÐ, EKKI BORÐAÐ, FÉKK ALVEG HUNDRAÐ HUGMYNDIR OG VAR OFSALEGA HÁTT UPPI.

Ég var að kenna námskeið nú í vetur, sem heitir Batasögur, með Hrannari Jónssyni í Bataskólanum sem er á vegum Geðhjálpar og Reykjavíkurborgar. Og ég var að segja nemendum þar að mér fyndist að þeim mun minni markmið sem maður setti sér, þeim mun hamingjusamari yrði maður. Þannig hefur mín upplifun verið.

Af því að samfélagið okkar setur svo miklar kröfur á okkur. Þær dynja á okkur, þú átt að vera svo frábær og dugleg og ná svo langt. Ég held að það sé ofsalega dýrmætt að átta sig á því að við getum ekki kollvarpað samfélaginu, en í okkar persónulega í lífi getum við unnið á móti þessu. Með því að segja: Já, ég ætla bara að hafa lítil markmið fyrir mig. Ég vel þetta fyrir mig,“ segir Gunnhildur og segist einnig afar heppin því hún eigi gott bakland.

„Þó að ég sé ein með börnin og eigi sjaldan pening þá hefur mér samt tekist ýmislegt. Ég gat sett þau í tónlistarskóla, stundum hef ég þurft að

TRAUSTIR BÍLAR Á ÖRUGGUM STAÐ

GEGGJUÐ TILBOÐ!

Kauptu traustan bíl á öruggum stað. Kauptu bíl hjá Brimborg.
Yfir 500 gerðir bíla frá Volvo, Ford, Mazda, Citroën og Peugeot.
Frábært verð og traust þjónusta. Við eigum rétta bílinn fyrir þig!

Volvo V40 CC D2 Momentum

2,0 Turbo dísil, 120 hö, sjálfskiptur

Búnaður innifalinn umfram ríkulegan staðalbúnað er: Momentum útfærsla, leðuráklæði, málmlitur, leiðsögukerfi, Sensus Connect hljómtæki, 8 hátalarar, 7" skjár, Led aðalljós með beygjustýringu, Led lýsing í innréttingu, Webasto vélarhitari, nálægðarskynjari að aftan og bakkmyndavél.

Verðlistaverð 5.238.000 kr.

Tilboðsverð: 4.450.000 kr.

-788.000 KR.

Ford Fiesta Titanium

1,1 bensín, 85 hö, beinskiptur

Umferðaskiltalesari, ökumannsvaki, birtuskynjari fyrir aðalljós, hraðatakmarkari, upphitanleg framrúða, 8" snertiskjár, SYNC III raddstýrt samskiptakerfi með neyðarhringingu og 7 hátalara, Bluetooth símabúnaður, Apple CarPlay, Android Auto, Ford MyKey, aksturstölva, 16" álfelgur, LED dagljós, Nálægðarskynjari að aftan og rafdrifin aðfelling útispegla, brekkuaðstoð.
Verðlistaverð 2.530.000 kr.

Tilboðsverð: 2.350.000 kr.

-180.000 KR.

Mazda2 Niseko

1,5 bensín, 90 hö, sjálfskiptur

Nettur og vel búinn Mazda2 með SkyActiv spartækni og snjallhemlun!

Verðlistaverð 2.660.000 kr.

Tilboðsverð: 2.410.000 kr.

-250.000 KR.

Peugeot 3008 Allure

1,2 bensín, 130 hö, sjálfskiptur

Glæsileg hönnun, há sætisstaða, fyrsta flokks þægindi og hugvitsöm tækni einkenna Peugeot 3008 SUV.

Verðlistaverð með bakkmyndavél ofl. 4.690.000 kr.

Tilboðsverð: 4.290.000 kr.

-400.000 KR.

Citroën C3 Shine

1,2 bensín, 110 hö, sjálfskiptur

Citroën C3 fer einstaklega vel með þig, frábærlega mjúkur í akstri og lítið veghljóð. Innra rými tekur ótrúlega vel á móti þér og er einstaklega vel heppnað.

Verðlistaverð með málmlit: 3.040.000 kr.

Tilboðsverð: 2.690.000 kr.

-350.000 KR.

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8
Sími 515 7040

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

OPIÐ Í DAG KL. 12-16

– Komdu í reynsluakstur í dag!

brimborg.is

MAÐUR FÆR KRAMPA ÞÓTT MAÐUR SÉ Á VÖÐVA-SLAKANDI LYFJUM. SEM ERU SVO STERK AÐ ÞINDIN LAMAST. ÞAÐ ÞARF AÐ SETJA SÚREFNISTANK Á MANN OG DÆLA ÞVÍ LUNGUN VIRKA EKKI.

standa í röð hjá Mæðrastyrksnefnd til að fá mjólk því ég átti ekki pening fyrir bæði tómstundum og mat. En það er allt þess virði.“

Alltaf langað að verða rithöfundur

Bókin þín er fallega stíluð og frásögnin hrein og bein en á sama tíma djúp og ósérhlífin. Þú stekkur fram á sjónarsviðið nánast fullskapaður rithöfundur. Hefur þú mikið verið að skrifa?

„Mig hefur alltaf langað til að verða rithöfundur og er ofsalega glöð ef það tekst. Þegar ég var lítil þá var ég alltaf að skrifa sögur. Leynilögreglusögur í Enid Blyton stíl. Og þegar ég æfði á píanóið þá notaði ég sögur. Ég var lengi að læra lög utanbókar og nótnalaust. Ég bjó því til söguumhverfi í huganum til þess að vita betur hvað kæmi næst. Ég átti líka alltaf pennavini og skrifaði gamaldags bréf. Ég bý yfir sjálfstrausti þegar ég skrifa,“ segir hún.

Gunnhildur hefur gist á flestum móttökudeildum geðsviðs á Hringbraut. „Mér hefur alltaf þótt starfsfólkið yndislegt inni á deildunum. Þó að ég sé að setja núna stór spurningarmerki við valdastrúktúrinn í meðferð geðsjúkdóma.

Ég er heimakunnug á geðsviði Landspítalans og hef séð hvernig aðbúnaðurinn er misjafn. Ég hef verið í gömlu sjúkrarúmunum í herbergjum þar sem eru slitnar og lafandi gardínur sem vantar heilu stykkin í yfir í að gista á uppgerðri deild þar sem allt er nýtt. Aðbúnaðurinn er ekki nógu góður að mörgu leyti og misjafn.

Djúpt þunglyndi

Í nokkur ár var ég að leggjast inn einu sinni til þrisvar á ári. Fyrir utan árið 2012, en þá lagðist ég ekkert inn.

Árið 2016 var hins vegar erfitt. Ég var að fara á Reykjalund og ætlaði að tékka á virkniúrræðum. Ég fékk þá þessar aukaverkanir af lyfjunum sem eru kallaðar „extra pyramidal“. Sem virka á Parkinson-stöðvarnar í heilanum. Ég man ekki eftir þessu og er að segja þér frá því sem mér hefur verið sagt.

Ég var lögð inn og öll þessi lyf voru tekin af mér á einu bretti. Það má ekki gera það heima, maður verður að vera í innlögn undir miklu eftirliti. Það var allt tekið nema Lithium. En þá datt ég ofan í versta þunglyndi sem ég hef nokkurn tímann lent í. Ég var hálf stjörf og hætti að borða, hætti að tala, hætti að sofa. Flestir þekkja hvað maður verður tættur af svefnleysi. En að vera þunglyndur og þjást af svefnleysi það er svo ofsalega erfitt.

Samkvæmt því sem mér hefur verið sagt og ég les í sjúkraskýrslunum þá kynnti læknirinn sem ég var hjá raflostmeðferð fyrir mér og ég samþykkti að fara í hana. Vinkona mín sem kom að heimsækja mig nánast á hverjum degi segir að ég hafi gúgglað og velt þessu fyrir mér fram og til baka. Ég held ég hafi bara ekki vitað betur en að þarna væri bara komin frábær lausn. Sem myndi kippa mér upp á yfirborðið. Mig langaði það náttúrulega. Og ekki bara að komast upp á yfirborðið heldur hratt. Það er sagt um þessa meðferð að hún virki miklu hraðar en lyf við djúpu þunglyndi,“ segir Gunnhildur sem segist halda að það hafi verið pressa á henni vegna barnanna.

„Hvað gerist ef ég jafna mig ekki? Missi ég þá börnin mín? Eftir því sem ég les meira um þessar meðferðir þá verð ég meira afhuga þeim. Ég myndi seint fara í hana í dag. En ef einhver myndi segja, annars missir þú börnin þín, þá myndi ég gera það.

Læknar virðast hafa ofurtrú á þessu. En þeir eru fáir sem ég hitti sem hafa mjög jákvæða reynslu af þessari meðferð,“ segir Gunnhildur og segir að það hafi verið ákveðið að hún færi í raflostmeðferðir þrjú skipti í viku í tvær vikur. Og kannski eitt eða tvö skipti í viðbót. Þetta var mikil törn.“

Var efins um meðferðina

Gunnhildur segir að það sé skráð í sjúkraskýrsluna að hún hafi verið mjög efins um að fara aftur eftir fyrstu meðferðina.

„Þá var verið að peppa mig áfram og segja mér að ég þyrfti að harka af mér. Ég fékk ofsalega mikla verki. Maður fær krampa þótt maður sé á vöðvaslakandi lyfjum. Sem eru svo sterk að þindin lamast. Það þarf að setja súrefnistank á mann og dæla því lungun virka ekki,“ segir Gunnhildur sem segir að eftir þrjú skipti hafi vinkona hennar séð miklar breytingar á henni.

„Hún sagði mér að hún hefði séð ljósið í augunum mínum aftur. Hún hefði bara aldrei séð svona hröð umskipti hjá nokkurri manneskju. Ég hefði verið svo döpur og þung. Allt í einu var ég farin að tala. Það er það sem gerist í raflostmeðferð. Fólk fær orku og verður virkara og það er það sem læknar sjá sem þennan stórkostlega árangur,“ segir Gunnhildur sem segir að það sé mjög misjafnt hversu lengi þessi árangur helst.

Rof í meðvitundinni

Gunnhildur fór í helgarleyfi eftir þessi sex skipti í raflostmeðferð. Hún hefur lesið í sjúkraskýrslunum að hún hafði kvartað undan minnisleysi á milli raflostmeðferða. „Ég kvartaði til dæmis við lækninn minn um að ég hefði séð tölvupóst í símanum mínum sem ég hafði skrifað deginum áður en mundi ekki eftir að hafa skrifað. Þegar ég steig yfir þröskuldinn heima er eins og það hafi þurrkast út að ég hefði verið á spítalanum. Það varð rof í meðvitundinni. Því ég man bara fyrst eftir mér heima í sófastól með börnin.

Ég vissi að það væri föstudagur og við ætluðum að hafa kósíkvöld og panta pitsu. Ég var í kunnuglegum aðstæðum fyrir utan að mamma er þarna. Mér fannst það alveg næs en velti því fyrir mér hvert tilefnið væri. Hvort við hefðum planað þetta. Þá uppgötvaði ég að ég mundi ekkert. Ég mundi ekki beinlínis hvað hafði verið að gerast undanfarið. Mamma hélt í höndina á mér og sagði: Gunnhildur, þú ert búin að vera uppi á spítala síðustu þrjár vikur. Ég sagði bara nei!

Ímyndaðu þér að vera í þessum kringumstæðum. Að einhver segi þér hvað þú hefur verið að gera í margar vikur. Og þú hreinlega manst ekki eftir því. Síðan fékk ég að vita að ég hefði farið í raflostmeðferð. Ég varð rosalega reið og spurði hver hefði heimilað þetta og látið mig gera þetta. Þegar þau sögðu mér að ég hefði verið hlynnt þessu, þá trúði ég nú ekki.

En ég treysti því að fólkið í kringum mig segi mér satt. Þetta hefði gerst. Þá tók við algjört panikk. Ég fór aftur upp á spítala eftir helgarleyfið og var þá reið og grátandi. Ég vildi ekki vera áfram í innlögn en var auðvitað ekki í ástandi heldur til að fara heim. Ég var í innlögn í tvær vikur til viðbótar og ég sagðist vilja áfallahjálp.

Þá fékk ég að hitta sálfræðing. En hugsa sér, að það var eitthvað sem var algjörlega ekki í ferlinu á geðsviði.

Svo sagðist ég líka vilja fara í endurhæfingu og þá var gengið í það. En það var ekki heldur sjálfgefið. Endurhæfingin var á Kleppi og þetta var gott prógramm. Næsta hálfa árið þurfti ég að púsla mér saman og læra eiginlega allt upp á nýtt. Meira að segja að kaupa í matinn!

Reynslan dregin í efa

Þetta er ekki alveg farið. Þótt ég sé að mestu leyti búin að ná heilbrigði aftur. Ef ég man ekki eitthvað þá hugsa ég: Er þetta bara raflostið? Eða man ég þetta ekki? En hún er ekki alveg horfin, þessi óöryggistilfinning um að ég geti ekki treyst sjálfri mér. Að þurfa að vera á varðbergi gagnvart sjálfri sér er ákaflega vond tilfinning.“

Gunnhildur telur að raflækningar séu ekki að verða sjaldgæfari heldur jafnvel að færast í aukana. „Þetta er að aukast ef eitthvað er og margir læknar tala vel um þessa meðferð. Það var gert mjög lítið úr minni reynslu af minnisleysinu,“ segir Gunnhildur. „Hún var dregin í efa, allavega að þetta tengdist beinlínis raflostinu.

Ég hef alltaf reynt að vera jákvæð í afstöðu minni til geðheilbrigðiskerfisins en ég er alltaf að verða meira hugsi, að minnsta kosti hvað varðar þjónustuna á bráðageðsviði og það viðhorf sem er til þeirra sem þurfa að leita þangað. Það er helst það að þetta er bráðaþjónusta og þess vegna er ekki hægt að sinna þeim sem leita sér hjálpar með vanda sem ekki skilgreinist sem bráðavandi. Og þá er fólki vísað frá og veit ekki hvert annað er hægt að leita. Því það hefur vantað alveg þjónustu inn á heilsugæsluna og í skólana.

Brjálfræði í Háskólanum

Það er margt gott sem er að gerast annars staðar, til dæmis er ég í utanumhaldi hjá samfélagsteymi Landspítalans á Reynimel sem er til fyrirmyndar,“ segir Gunnhildur og segir meira jafnræði í meðferðarsambandinu.

Eftir að læknirinn í samfélagsteyminu kom inn í mitt andlega heilbrigði fóru margir hlutir að skýrast. Afstaða mín gagnvart læknum og geðheilbrigðisþjónustu er einnig að breytast.“

Gunnhildur er byrjuð aftur í háskólanámi, nú í fötlunarfræði. Hana langar að nýta reynslu sína af því að lifa með geðsjúkdómi í rannsóknir sem gætu hjálpað öðrum.

„Þetta er eins og hugljómun, þegar ég heyrði ég fyrst hugtakið „Mad Studies“.“

Sem kannski mætti útfæra sem brjálfræði?

„Þetta er frábær þýðing, hver veit nema hún festist. En þetta eru fræði sem byggja á því að þeir sem skrifa rannsóknir um reynslu fólks af geðheilbrigðiskerfinu eigi að hafa sjálfir reynslu eða vera notendur. Þetta er annað sjónarhorn á þennan heim. Ég er að lesa bók sem kom út árið 2013, Mad Matters, þar er einn kafli um raflostmeðferð. Þar kemur fram að stór meirihluti sem fer í meðferðirnar eru konur. Það er víst staðreyndin hér líka. Einhver gæti sagt: Er það ekki bara vegna þess að fleiri konur eru þunglyndar? Það er ekki þannig, ég held að þetta sé spurning um valdahlutföll. Konur gera hvað sem er vegna þess að þær eru mæður, þær eru hreinlega í veikari stöðu. Karlmenn eru ekki settir í þessa stöðu þó að við eigum að búa í jafnréttissamfélagi.

Það sem ég myndi vilja rannsaka er saga raflostmeðferða í dag. Hver er að fara í þetta, hver ákveður? Er utanaðkomandi þrýstingur? Svo er spurning með framtíðina. Fyrir 60 árum var enn verið að framkvæma framheilaskurð, nú er það álitið mannvonska. Ég spyr mig hvort við eigum eftir að líta til baka eftir 50 ár með sama hætti varðandi raflostmeðferðirnar.“

„Mamma hélt í höndina á mér og sagði: Gunnhildur, þú ert búin að vera uppi á spítala síðustu þrjár vikur. Ég sagði bara nei!“ FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Brot úr bókinni:

STÓRAR STELPUR FÁ RAFLOST
Heim úr svartholi óminnis

„Ég man ekki meira frá þessu kvöldi. Jú, ég man þegar pítsan kom, ég kunni að svara dyrabjöllunni og tók við pítsunni. Ég rétti fram greiðslukortið mitt og tók við posanum. En svo var aftur allt tómt. Ég mundi ekki pinnúmerið. Ég reyndi eins og ég gat, ég fann að þetta var að verða vandræðalegt. Mamma kom og horfði undrandi á mig. „Ég man ekki númerið,“ sagði ég. Pítsukonan sagði að það væri allt í lagi, ég mætti bara kvitta. Seinna kom í ljós að þetta var ekki eina leyninúmerið sem ég hafði gleymt, þau voru öll horfin.“

SUPER 1

MJÖG GOTT - MJÖG GOTT - MJÖG GOTT VERÐ - OPIÐ TIL 22:00 ALLA DAGA

OPNUM Í DAG Kl.10:00 Á SMIÐJUVEGI 2

GLÆSILEG OPNUNARTILBOÐ

RUGL VERÐ

GÆÐAGRÍS
HAMBORGARHRYGGUR MEÐ BEINI
1.199 kr/kg

PAPPÍR FRÁ
499 kr.

TARTALETTUR
219 kr.

RUGL VERÐ

MYLLAN
HEIMILISBRAUÐ STÓRT
299
770 g

RUGL VERÐ

TAKMARKAÐ MAGN

VENJULEGT VERÐ 1799 KR.
GILDIR EINGÖNGU FYRIR VENJULEGT SÚKKULAÐI EGG NR. 4
Á EKKI VIÐ DÖKKT SÚKKULAÐI- EÐA GRETTIS EGG

NR 4
NÓI PÁSKAEGG
999
HÁMARK 2 STK
PR AFGREIÐSLU

SUPER 1

MJÖG GOTT - MJÖG GOTT - MJÖG GOTT VERÐ

FROSIÐ LAMBAKJÖT

GOÐI LAMBALÆRI
989 kr./kg
HÁMARK 2 STK PR AFGREIÐSLU

GOÐI SÚPUKJÖT
799 kr./kg
HÁMARK 2 STK PR AFGREIÐSLU

FRÖNSK BLANDA Í TIMJAN
348 kr.

ÍTÖLSK BLANDA MEÐ BASIL
348 kr.

LÍFRÆNT GRÓFT GRÆNMETI
319 kr.

LÍFRÆNAR STRENGJABAUNIR
319 kr.

PÁSKA EGGIN ERU KOMIN

MIKIÐ ÚRVAL AF ÍSLENSKUM PÁSKAEGGJUM

ALI GRILL
KÓTILETTUR
1.399 kr/kg

GÆÐAGRÍS
BAYONNE SKINKA
999 kr/kg

TILBOÐSVERÐ Í AUGLÝSINGU GILDA EINUNGIS Í SUPER1 SMIÐJUVEGI 6. OG 7. APRÍL 2019 EÐA Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST. BIRT MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR.

Fólk Helgin

LAUGARDAGUR 6. APRÍL 2019

Ömmur eru dásamlegar og hjá þeim geta villtustu draumar barnanna ræst. Á Akureyri prjóna tvær ömmur fjörlegar Hvolpasveitarpeysur handa barnabörnunum og uppskera einskæra gleði og sanna hamingju að launum. 4

Hera Björk er ánægð með kollagenið frá Colway og segir að það gefi húðinni góðan raka. Húðin verður miklu fallegri. MYND/SJÖFN ÓLAFSDÓTTIR

Elskar KOLLAGEN húðvörur frá COLWAY

Hera Björk Þórhallsdóttir, söngkona, fasteignasali og einn eigenda „HÁS Sköpunarseturs“, mælir heils hugar með nýju KOLLAGEN húðvörunum frá Colway og segir þær hafa endurnært og gert kraftaverk fyrir húðina. 2

Framhald af forsíðu ➪

Hera Björk hefur mörg járn í eldinum og er að fást við ótrúlega spennandi og skemmtilega hluti þessa dagana. „Ég er það sem flokkast undir að vera nett ofvirk og vil meina að það sé ótrúlega margt skemmtilegt sem þarf að gera og gerir sig ekki sjálft. Þessa dagana er ég að stússast í alveg glænýju og hrikalega spennandi verkefni sem heitir „HÁS Sköpunarsetur“ og er staðsett í Síðumúla 35.

HÁS er fjölþætt menntasetur og valdeflandi rými sem mun hýsa alls kyns skapandi og skemmtilega starfsemi sem styður hver við aðra. Í HÁS viljum við tengja saman aðila innan skapandi greina, hvetja til námskeiðahalds og fyrirlestra undir sama þaki. Með þessu viljum við leggja okkar af mörkum til að styðja við skapandi fólk sem mótar menningarauð framtíðarinnar, hvetja það til dáða og efla sköpunarkraftinn,“ segir hún. „Í HÁS er meðal annars söngskólinn minn, Söngsteypan, til húsa sem ég er búin að vera með í þrettán ár en honum fer mjög vel að vera þarna, enda bætir, hressir og kætir að syngja,“ segir Hera Björk.

Kollagen gerir gæfumuninn

Hera Björk kynntist hreina KOLLAGENINU frá Colway fyrir 10 árum og hefur notað það síðan. „Þegar nýja húðvörulínan kom á markað hér á landi fyrir rúmu ári stökk ég hæð mína af gleði og byrjaði strax að nota hana. Ég elska hana í ræmur. Þetta eru bestu húðvörur sem ég hef notað og það er kollagenið sem gerir gæfumuninn,“ segir Hera Björk.

„Elín Reynisdóttir, förðunarmeistari Íslands, sem farðar mig alltaf þegar mikið stendur til hefur mjög oft orð á því hversu góða húð ég hef og ég þakka KOLLAGEN húðvörurnum fyrir það allan daginn og kannski íslenska hreina fjallaloftinu líka,“ bætir hún við.

„Góð heilsa og heilbrigt útlit skiptir mig miklu máli. Ég stóð ekki alveg með sjálfri mér í þeim efnum í nokkur ár en hef alveg áttað mig á því að þetta kemur ekki af sjálfu sér og kostar heilmikla sjálfsvinnu. Sú vinna margborgar sig enda eigum við bara eitt líf og einn líkama. Ég legg því mikla áherslu á að nota hreinar, hágæða vörur sem virka vel á húðina. Það gera kollagen húðvörurnar frá Colway svo sannarlega og ekki síst þegar húðin er að skreppa saman þegar maður fer svona hratt aftur í fermingarstærð,“ segir söngkonan glaðhlakkalega.

Hágæða kollagen

Allar húðvörurnar frá COLWAY eru unnar úr hágæða hráefni, einkaleyfisvarðar og hannaðar af lífefnafræðingum eftir margra ára rannsóknir og tilraunir. Þær innihalda vatnsbundið kollagen sem er náttúrulegt prótein og unnið úr roði ferskfisks. Allt kollagenið í Colway vörunum er vatnsbundið, því aðeins þannig er hægt að tryggja virkni þess niður í öll þrjú lög húðarinnar. Sé það vatnsrofið nær kollagenið eingöngu niður í efsta lag húðarinnar sem gerir lítið sem ekkert gagn.

Kollagenið beint á húðina

Með því að bera kollagenið beint á húðina og á þá staði sem okkur finnst vera farnir að láta á sjá náum við að vinna gegn þessari náttúrulegu öldrun sem fylgir aldrinum og minnkandi framleiðslu kollagensins í líkamanum sem hefst upp úr 25 ára aldri. Kollagenið hægir á öldrun húðarinnar, gerir hana stinnari og teygjanlegri og vinnur gegn fínum línum og hrukkum. Það gefur húðinni góðan raka og mikla næringu. Hún verður stinnari og fallegri. Rannsóknir sýna að hægt er að bæta sér upp minnkandi kollagenframleiðslu líkamans með því að bera kollagenið beint á húðina.

100% hreint kollagen – PLATINUM

Colway býður upp á 100% hreint kollagen gel fyrir andlitið. Þetta 100% hreina kollagen hentar öllum og sérstaklega þeim sem eru með viðkvæma ofnæmis- og vandamálahúð eða eru glíma við rósroða og slíkt. Kollagen andlitsgelið heitir PLATINUM og er það allra besta sem hægt er að fá fyrir húðina.

Kollagen húðvörulínan

COLWAY býður einnig upp á heila húðvörulínu sem hetir ATELO en allar vörurnar innihalda kollagen. Í línunni má finna kollagen gel (serum), rakakrem fyrir andlitið, bæði létt rakakrem sem hentar öllum og annað rakakrem með meiri raka, augnkrem, næturmaska, farðahreinsi, andlitsvatn og líkamskrem sérstaklega framleitt fyrir appelsínuhúð (cellulite), svo eitthvað sé nefnt.

Sífellt bætast við nýjar vörur

Það nýjasta í húðvörulínunni er Blue Diamond PEELING andlitsmaskinn sem er stútfullur af náttúrulegum næringarefnum fyrir húðina auk kollagens, kollagen blautklútar og það allra nýjasta er Body Lotion sem heitir Herbaceum og inniheldur auk kollagens 25 sérvalin náttúruleg næringarefni fyrir húðina og kollagen Wash Gel sem er bæði fyrir andlitið og líkamann.

Hárþykkingarvörur og hágæða bætiefni

COLWAY framleiðir sérstaka hárþykkingarlínu fyrir þá sem glíma við lélegan hárvöxt, hárlos, lélegt og slitið hár og einnig hágæða bætiefni sem styðja við húð, hár og neglur.

Bætiefnin sem fást á Íslandi frá COLWAY eru kollagenhylki sem heita COLVITA og Astaxanthin sem heitir AXANTA. Það inniheldur einnig öll B-vítamínin og peperin sem unnið er úr svörtum pipar.

Sölustaðir: Apótek Garðabæjar, Apótek MOS, Apótekarinn, Apótekið, Heilsuhúsið, Heilsuver, Lyf og heilsa, Lyfja, Lyfjaver, Lyfsalinn Glæsibæ, Urðarapótek, www.lyfja.is og www.heilsanheim.is.

Hera Björk kynntist hreina KOLLAGENINU frá Colway fyrir um 10 árum og hefur notað það síðan þá.
MYND/ELÍN REYNISDÓTTIR

Þessi fallega hvíta taska er stútfull af kollagenvörum frá Colway.

Colway býður einnig upp á heila húðvörulínu sem heitir ATELO og innihalda allar vörurnar kollagen.

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: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir

Umsjónarmenn efnis: Benedikt Bóas Hinriksson benediktboas@frettabladid.is s. 550 5725 | **Sólveig Gísladóttir,** solveig@frettabladid.is s. 550 5762 | **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@frettabladid.is, s. 550 5763 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 550 5657, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, **Jóhann Waage,** johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, **Ruth Bergsdóttir,** ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

Þrekið jókst á tveimur vikum

Fæðubótarefnið Organic Beetroot frá Natures Aid er lífræn þurrkuð rauðrófa í hylkjum. Nítratið í rauðrófum getur haft góð áhrif á æðavídd og blóðflæði en þannig minnkar álagið á hjartað.

Hollusta rauðrófunnar hefur lengi verið þekkt og hafa rannsóknir á henni sýnt að eitt af innihaldsefnum hennar, nítrat, hefur áhrif á æðavídd og blóðflæði. Afleiðingar þess geta því verið að blóðþrýstingur lækkar og súrefnisflæði í blóði eykst.

Meira úthald og orka

Ingveldur Erlingsdóttir er öflugur hlaupari og fer hún fögrum orðum um lífrænu rauðrófuhylkin frá Natures Aid:

„Ég er búin að vera að hlaupa undanfarin sjö ár. Ég hef hlaupið mörg hálfmaraþon, þrjú maraþon, tvisvar hlaupið Laugaveginn og ýmislegt fleira. Ég fór að taka rauðrófuhylkin þegar ég var að æfa fyrir Þriggja landa maraþonið og áhrifin fóru ekki á milli mála. Um það bil tveimur vikum eftir að ég fór að taka þau inn jókst úthaldið og þrekið á hlaupum til muna og ég fann bara almennt fyrir meiri orku. Ég tók pásu á að taka rauðrófuhylkin eftir það og þegar æfingar fyrir Laugaveginn byrjuðu í mars árið á eftir fór ég að taka hylkin aftur og þá fann ég greinilega aftur þennan mun á úthaldinu og þrekinu. Hér eftir tek ég ekkert pásur á að taka rauðrófuhylkin, enda engar pásur fyrirhugaðar á hlaupunum.“

Gott gegn hand- og fótkulda

Lífrænu rauðrófuhylkin frá Natures Aid eru 100% náttúrulegt bætiefni og góð fyrir alla sem vilja viðhalda góðri heilsu. Það er mikill hægðarauki fyrir marga að geta tekið inn rauðrófuhylki því ekki eru allir jafn hrifnir af bragðinu af rauðrófunni eða rauðrófusafanum. Viðtökur Íslendinga við Organic Beetroot frá Natures Aid hafa verið ótrúlega góðar og flestir kaupa þessa vöru aftur og aftur vegna áhrifanna sem þeir finna. Margir tala um að úthald við íþróttaiðkun aukist en einnig eru margir á því að hand- og fótkuldi minnki til muna. Vegna æðavíkkandi áhrifa er það einnig algengt að blóðþrýstingur lækki.

Almennt um rauðrófur

Rauðrófur eru af sömu plöntuætt og spínat, skrauthalaætt (Amaranthaceae) og tilheyra tegundinni Beta vulgaris. Þær eru sneisafullar af næringar- og plöntuefnum og innihalda m.a. ríkulegt magn af járni, A-, B6- og C-vítamíni, fólínsýru, magnesíum og kalíum. Þar að auki innihalda þær góð flókin kolvetni, trefjar og öflug andoxunarefni. Rauðrófur eru oft ráðlagðar fyrir fólk sem glímir við blóðleysi og slappleika vegna járninnihalds og nú hafa rannsóknir leitt í ljós að þær innihalda einnig efni (nítröt, e. nitrates) sem leiða til meira úthalds og atorkusemi.

Lífrænu rauðrófuhylkin frá Natures Aid eru 100% náttúrulegt bætiefni og góð fyrir alla sem vilja viðhalda góðri heilsu.

Regluleg inntaka getur haft fjölmarga kosti í för með sér en hún getur stuðlað að:

- Auknu blóðflæði
- Lækkun blóðþrýstings
- Bættri súrefnisupptöku
- Auknu úthaldi, þreki og orku
- Heilbrigðu hjarta- og æðakerfi

> **Áhrifin fóru ekki á milli mála, um það bil tveimur vikum eftir að ég fór að taka rauðrófuhylkin þá bættist úthaldið og þrekið á hlaupum og ég fann bara almennt fyrir meiri orku.**
>
> Ingveldur Erlingsdóttir

Fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaða og verslana.

Ingveldur Erlingsdóttir er öflugur hlaupari. Hún telur rauðrófuhylkin hjálpa sér með þol og úthald.

Svanborg og Anna njóta þess að prjóna drauma fyrir barnabörnin sín og það leynir sér ekki hversu spenntir og kátir bræðurnir Gabríel Máni og Aron Máni Jónssynir, ömmustrákar Svanborgar, eru að klæðast Hvolpasveitarpeysunum sínum. MYNDIR/AUÐUNN NÍELSSON OG AF DRENGJUNUM ÚR EINKASAFNI

Hvolpadraumar rætast á prjónum

Ömmur eru dásamlegar og hjá þeim geta villtustu draumar barnanna ræst. Á Akureyri prjóna tvær ömmur fjörlegar Hvolpasveitarpeysur handa barnabörnunum og uppskera einskæra gleði og sanna hamingju að launum.

Barnabörnin urðu að vonum ákaflega glöð að fá Hvolpasveitarpeysurnar enda eru þau miklir Hvolpasveitaraðdáendur," segir prjónakonan Svanborg Svanbergsdóttir á Akureyri.

Svanborg og stórvinkona hennar, Anna Þórsdóttir, hafa setið saman við prjónaskapinn að undanförnu til að gleðja barnabörn sín með litríkum Hvolpasveitarpeysum sem vakið hafa aðdáun og athygli í hannyrðahópnum Handóðir prjónarar á Facebook.

„Ég ákvað að setja inn myndir af peysunum því mér finnst sjálfri svo gaman að sjá eitthvað nýtt og vildi að aðrir gætu nýtt sér að gera eins. Við Anna erum þó ekki að finna upp hjólið því Kristrún Þórhallsdóttir vinkona okkar gerði eina peysu á undan okkur í hópi tíu til fimmtán kvenna sem koma alltaf saman á þriðjudögum hér nyrðra og miðla hver annarri af ýmiss konar fróðleik um handverk," upplýsir Svanborg sem er þegar búin að fullklára tvær Hvolpasveitarpeysur og er með þriðju peysuna í vinnslu.

„Þær stefna í að verða enn fleiri á prjónunum því það eru mörg börn í stórfjölskyldunni sem vilja sporta sig í litríkum peysum með vinum sínum úr Hvolpasveitinni. Við njótum þess, enda er það heimilisleg og notaleg iðja að prjóna í frístundum og nokkuð einfalt að prjóna Hvolpasveitarpeysurnar," segir Svanborg sem vinnur peysurnar á sérstakan hátt.

> **Ég prjóna hverja peysu í einum lit og sauma svo hvolpinn ofan í lykkjurnar. Það er mun þægilegri aðferð en að prjóna peysuna samtímis með mörgum litum af garni.**

„Ég prjóna hverja peysu í einum lit og sauma svo hvolpinn ofan í lykkjurnar þannig að myndin lítur út fyrir að vera prjónuð í. Þetta er svolítil vinna en alls ekki flókin þegar maður veit hvernig á að þræða lykkjurnar og aðferðin er mun þægilegri en að prjóna peysuna samtímis með mörgum litum af garni," útskýrir Svanborg.

Hvolparnir saumaðir í púða

Barnabörn Svanborgar njóta þess að klæðast Hvolpasveitarpeysunum frá ömmu sinni í leikskólanum, enda hlýjar, mjúkar og auðvitað svakalega flottar á mælikvarða smáfólksins þegar kemur að tísku og áhrifavöldum úr teiknimyndaheiminum.

„Það er bæði gaman og leikur einn að láta drauma barna rætast á prjónunum. Ég fór einfaldlega inn á vefsíðuna Pinterest og sló inn leitarorðið Hvolpasveitin eða Paw Patrol. Þá birtust ótal prjónamunstur af öllum hvolpunum á rúðustrikuðum blöðum sem ég prentaði út og eftirleikurinn var auðveldur. Ímyndunaraflinu eru svo engin takmörk sett og eflaust hægt að prjóna hvaða teiknimyndafígúru sem er. Þá er líka hægt að nota hvolpamunstrin til að sauma út krosssaum í púða eða veggmyndir til að prýða barnaherbergin," segir Svanborg sem átti hreint ekki von á þeim miklu viðbrögðum sem Hvolpasveitarpeysurnar hafa fengið.

„Margir spyrja hvar peysurnar fáist en hugmyndin var bara að sýna öðru hannyrðafólki árangurinn og gefa því hugmynd að fleiri útgáfum af Hvolpasveitarpeysum því svo margir hafa gert hinar útgáfurnar, með prjónuðum bekk af litlum hvolpum, sem notið hafa mikilla vinsælda, og það er alltaf gaman að prófa að prjóna eitthvað nýtt," segir Svanborg.

SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA

Arctic Star

Arctic star sæbjúgnahylki innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjósk og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlíns

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA, Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á www.arcticstar.is

Arctic Star sæbjúgnahylki
Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavik - S: 562-9018 / 898-5618

Ég hef alla tíð verið mjög viðkvæm í maganum og var búin að prófa ýmislegt. Ég fann fljótt mikinn mun þegar ég byrjaði að nota **Probi Mage LP299V®** mjólkursýrugerla. Það er frábært að hafa loksins fundið eitthvað sem virkilega hjálpar mér og ég tek 1 hylki á dag og mun svo sannarlega halda því áfram því þetta bjargar mér algjörlega. - *Sigríður Rita Ragnarsdóttir*

abel heilsuvörur www.abelheilsuvorur.is

HARMONY
3ja sæta kr. 192.200
FULL BÚÐ AF NÝJUM OG SPENNANDI VÖRUM
Churchill sófi 252 cm
kr. 289.400
NÝTT!
WALLS OVAL SPEGLAR
35x70 kr. 11.900
50x100 kr. 22.900
70x150 kr. 32.900
Roma Puff
kr. 48.900
Gerviblóm í miklu úrvali frá kr. 1.900
Blómapottar á fæti
kr, 8.700 / 10.600
VOLUSPA ilmkerti & híbýlailmir
Brute borð
kr. 59.900
Flower snúningsstóll kr. 103.200
Púðar af öllum stærðum og gerðum.. Aldrei meira úrval!
Lex stóll
kr. 19.900
Ravi motta
170x240 kr. 116.900
LÍNAN
BÆJARLIND 14 - 16 | 201 KÓPAVOGI
SÍMI 553 7100 | LINAN.IS / linanehf / linan.is
Opið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

Sítrónur fríska upp á matargerðina

Gular og ferskar sítrónurnar minna óneitanlega á sumarið sem er rétt handan við hornið. Hægt er að elda alls kyns rétti, stóra og smáa, úr sítrónum og þeir þurfa alls ekki að vera flóknir.

Starri Freyr Jónsson
starri@frettabladid.is

Sítrónur eru frábært hráefni í matargerð enda hægt að nýta þær á ótal vegu. Þær henta vel í ýmsa kalda og heita drykki, eru frábærar með sjávarfangi, setja skemmtilegan svip á baksturinn og fríska upp á sósurnar. Þær eru auk þess stútfullar af B- og C-vítamíni og ódýrar í þokkabót. Hér koma nokkrar einfaldar, bragðgóðar og skemmtilegar uppskriftir sem flestir ættu að gera spreytt sig á.

Sítrónukartöflur

Meðlæti fyrir 6

Einfaldur og frískandi kartöfluréttur sem fer vel með flestum kjöt- og fiskréttum.

8-10 stórar kartöflur, skornar í hæfilega munnbita
Safi úr lítilli sítrónu
2 msk. olía
¼ tsk. salt
¼ tsk. svartur pipar
¼ tsk. hvítlauksduft
½ tsk. óreganó
½ tsk. timían
½ tsk. þurrkað rósmarín
Hvítlauksgeirar, pressaðir

Hitið ofn í 190 gráður og hitið með á sama tíma hreina ofnskúffu. Sjóðið kartöflubitana í léttsöltuðu vatni í 5 mínútur. Hellið vatninu og þerrið bitana lítillega. Öllu öðru hráefni er hellt í stóra skál og hrært saman. Bætið kartöflubitunum út í og hrærið vel saman. Dreifið kartöflubitum á heita ofnskúffuna og bakið í ofni í eina klukkustund. Snúið bitunum á 20 mín. fresti svo þeir brúnist jafnt. Tilvalið er að strá yfir smátt saxaðri steinselju eða graslauk áður en borið er fram.

Spínat með sítrónu og hvítlauk

Meðlæti fyrir 2

Frábært meðlæti með flestum fisk- og kjötréttum.

280 g ferskt spínat (um 12 bollar)
1 msk. olía

Geggjað sítrónusmjörið er dásamlegt með fiski.

3 hvítlauksgeirar, pressaðir eða skornir í þunnar sneiðar
Börkur af 1 sítrónu
1 msk. sítrónusafi
Salt og svartur pipar
Chilli-flögur (má sleppa)

Hitið olíu og hvítlauk á stórri pönnu við miðlungshita. Steikið stutta stund eða þar til hvítlaukurinn mýkist. Bætið næst spínatinu út á. Hrærið af og til svo það mýkist allt upp. Saltið og piprið eftir smekk og bætið við chilliflögum ef þið viljið. Að lokum er sítrónuberkinum og sítrónusafanum bætt út í og hrært saman við. Berið fram.

Sítrónusmjör með fiski

Fyrir 2

Þetta ljúffenga sítrónusmjör inniheldur aðeins tvö hráefni; sítrónu og smjör. Lykillinn hér er að brúna smjörið í upphafi. Það passar virkilega vel með t.d. steiktum fiski.

60 g smjör
1 msk. sítrónusafi

Bræðið smjörið á ljósri pönnu eða potti (það er erfiðara að fylgjast með bráðnuðu smjörinu á dökkri pönnu). Hrærið rólega þar til froðan hefur breytt um lit og verður karamellulituð (um 3 mín.). Á þessu stigi ættuð þið að finna öðruvísi lykt af smjörinu sem minnir á ristaðar hnetur. Hellið smjörinu í skál, líka dökku skáninni sem er á botninum. Hellið sítrónusafanum út í og saltið og piprið lítillega.

Blandið saman hveiti, salti og pipar. Veltið fiskinum (t.d. rauðsprettu eða þorskhnakka) upp úr blöndunni og steikið upp úr olíu. Þegar fiskurinn er tilbúinn er hann settur á disk og sítrónusmjörinu hellt yfir ásamt smátt saxaðri steinselju. Ofnsteikt rótargrænmeti fer vel með þessum rétti.

Sítrónukartöflur eru einfaldur og frískandi kartöfluréttur.

Spínat með sítrónu og hvítlauk er frábært meðlæti með flestum fisk- og kjötréttum.

Spagettí með sítrónum og spínati

Fyrir 2

Ferskur og léttur réttur, tilvalinn á virku kvöld eða sem fljótlegur helgarréttur

1 laukur, smátt saxaður
3 hvítlauksgeirar, pressaðir
2½ bolli grænmetissoð
1 bolli kókosmjólk
250 g spagettí
3 bollar spínat
Sítrónusafi úr ½ sítrónu
1 tsk. sítrónubörkur
Salt og pipar
Chilli-flögur

Notið stóran pott til að steikja laukinn upp úr olíu í 3 mínútur, eða þar til hann er orðinn mjúkur. Bætið hvítlauknum út í og steikið í aðra mínútu. Bætið út í ósoðnu spagettíinu, kókosmjólkinni og sítrónusafanum. Hrærið af og til og þrýstið spagettíinu ofan í vökvann þegar það er orðið nægilega mjúkt. Sjóðið í 15-18 mínútur eða þar til spagettíið er tilbúið. Þá er spínatinu og sítrónuberkinum bætt út í. Sjóðið í 2 mínútur og smakkið til með salti, pipar og chilli-flögum. Berið strax fram.

LANDSBYGGÐIRNAR

Föstudaginn 10. maí gefur Fréttablaðið út sérblaðið Landsbyggðirnar.

Í þessu skemmtilega blaði er fjallað um byggðir landsins utan höfuðborgarsvæðisins. Fjallað er um t.d. byggðaþróun, búsetukosti, atvinnutækifæri, menntamöguleika og ferðaþjónustu á landsbyggðinni.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:
Jóhann Waage sölu- og markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 550 5656 / johannwaage@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

PÓSTURINN

Íslandspóstur gegnir veigamiklu hlutverki í því að tengja fólk, fyrirtæki og samfélög með því að miðla mikilvægum upplýsingum, gögnum og vörum til allra landsmanna. Íslandspóstur starfar á grundvelli laga um póstþjónustu og er með starfsstöðvar víðsvegar um landið, auk þess að vera í traustri samvinnu við póstfyrirtæki um allan heim.

Traust – Vilji – Framsækni

FORSTJÓRI ÍSLANDSPÓSTS

Starf forstjóra Íslandspósts er laust til umsóknar.

Forstjóri ber ábyrgð á daglegum rekstri og skipuleggur starfsemina í samráði við stjórn. Hann stuðlar að stöðugum umbótum og gegnir lykilhlutverki í aðlögun póstþjónustu að síbreytilegu rekstrarumhverfi.

Forstjóri kemur fram fyrir hönd félagsins eftir því sem við á, svo sem vegna mála er varða rekstur og stöðu fyrirtækisins og samskipti við Póst- og fjarskiptastofnun, forsvarsmenn erlendra póstfyrirtækja og aðra hagsmunaaðila.

Tímamót eru framundan í rekstri póstþjónustu með gildistöku nýrra póstlaga. Breyttar ytri aðstæður skapa ný tækifæri og leitað er eftir öflugum leiðtoga til að leiða fyrirtækið inn í framtíðina.

Menntunar- og hæfnikröfur

- Víðtæk reynsla af stjórnun og rekstri
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Frumkvæði, drifkraftur og metnaður til að ná árangri
- Leiðtogahæfni og færni til að hvetja aðra til árangurs
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð íslenskukunnátta, enskukunnátta og færni til að tjá sig skipulega í ræðu og riti

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

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

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf sem greinir frá ástæðu umsóknar, rökstuðningi fyrir hæfni í starfið og framtíðarsýn á rekstur fyrirtækisins.

Öllum umsóknum verður svarað.

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl 2019.

JAFNLAUNAVOTTUN 2018 - 2021

Íslandspóstur er með jafnlaunavottun og eru konur jafnt sem karlar hvött til að sækja um starfið.

HAGVANGUR SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

Bókasafn Kópavogs óskar eftir öflugum og hugmyndaríkum einstaklingi í starf verkefnastjóra fræðslu og miðlunar. Um er að ræða 100% stöðu og æskilegt að viðkomandi geti hafið störf um miðjan ágúst. Næsti yfirmaður er forstöðumaður Bókasafns Kópavogs.

Bókasafn Kópavogs býður Kópavogsbúum og öðrum aðgengi að þekkingu og stuðlar að fjölbreyttri, öflugri og skipulagðri menningarstarfsemi- og fræðslu fyrir samfélagið í heild. Safnið hefur það að leiðarljósi að vera í fararbroddi almenningsbókasafna í landinu hvað varðar þjónustu, safnkost og búnað og á safninu starfar samheldinn og öflugur starfsmannahópur. Safnið er hluti af Menningarhúsunum í Kópavogi, sjá nánar www.menningarhusin.kopavogur.is.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Skipulag og umsjón með fræðslu fyrir börn og ungmenni og móttaka skólahópa.
- Fjölmenningarverkefni.
- Markaðs- og kynningarmál, m.a. textavinna og tengsl við fjölmiðla.
- Aðstoð við skipulag viðburða.
- Verkefni tengd grunnstarfsemi safnsins, s.s. upplýsingamiðlun og þjónusta við gesti og þróun verkefna.
- Situr í fræðslu- og viðburðateymi safnsins, fjölmenningarteymi og markaðs- og kynningarteymi og þátttaka í annarri teymisvinnu innan safns sem utan.
- Starfar náið með verkefnastjórum fræðslu- og kynningarmála hjá Menningarhúsunum í Kópavogi.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Reynsla af því að vinna með börnum og ungmennum.
- Reynsla af verkefnastjórnun.
- Reynsla af markaðs- og kynningarmálum.
- Reynsla af vinnu á bókasafni kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þjónustulund, jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti skilyrði og færni í öðru tungumáli kostur.
- Hugmyndaauðgi, frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Færni til að vinna undir álagi og sinna mörgum verkefnum.

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

Umsóknarfrestur er til og með 22. apríl nk.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Lísa Z. Valdimarsdóttir forstöðumaður Bókasafns Kópavogs, s. 441 6800

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt í gegnum ráðningarvef Kópavogsbæjar á www.kopavogur.is.

Kópavogsbær

Bókasafn Kópavogs

Brynjuís auglýsir eftir starfskrafti

Brynjuís á Akureyri auglýsir eftir aðstoðar verslunarstjóra í fullt starf.

Brynjuís í Engihjalla auglýsir bæði eftir verslunarstjóra og aðstoðar verslunarstjóra í fullt starf.

Áhugasamir senda umsókn á
brynjaehf@simnet.is

Brynja

Sölumaður í verslun

Í starfinu felast öll almenn verslunarstörf s.s. sölumennska, vöruframsetning og uppsetning, innkaup, áfylling og fleira. Vinnutími er virka daga frá kl. 9:00 – 18:00 og einn til tveir laugardagar í mánuði frá kl. 11:00 – 16:00.

Hæfniskröfur:

- Reynsla af verslunarstörfum
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Góð þjónustulund
- Góð íslenskukunnátta
- Stundvísi
- Gott skipulag
- Snyrtimennska
- Heiðarleiki

Einungis reyklaus einstaklingur, eldri en 25 ára, kemur til greina og þarf viðkomandi að hafa hreint sakavottorð. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Um framtíðarstarf er að ræða.

Umsókn ásamt ferilskrá sendist á *atvinna@rafkaup.is* fyrir 15. apríl 2019.

Rafkaup
Ármúla 24 • S: 585 2800

FJÖLBREYTT OG SKEMMTILEG STÖRF Í FRAMLEIÐSLU

Okkur vantar kraftmikið fólk í:

- Samsetningu véla og tækja
- Stálsmíði
- Rafvirkjun
- Lagerstörf

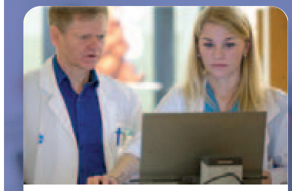
Starfsumhverfið er einstakt og íþróttaaðstaðan og mötuneytið okkar í algerum sérflokki.

Sæktu um á marel.is/storf

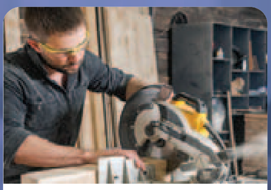
marel

Þú finnur draumastarfið á

job.is



Heilbrigðisþjónusta



Iðnaðarmenn

GLÆNÝ OG
FERSK STÖRF
Í HVERRI VIKU

job.is

Nýtt hjúkrunarheimili Seltjarnarnesi

Hjúkrunarfræðingar

Á nýju 40 rýma hjúkrunarheimili að Safnatröð 1, Seltjarnarnesi vantar okkur hjúkrunarfræðinga til starfa. Þekking á öldurnarhjúkrun væri kostur- en ekki skilyrði. Í boði eru allar vaktir og helgarvinna. Íslenskt hjúkrunarleyfi.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst eða eftir nánari samkomulagi.

Upplýsingar gefur Svanlaug Guðnadóttir, framkvæmdastjóri hjúkrunar sími 864-4184 og Kristín Sigurþórsdóttir mannauðsstjóri í síma 560-4107 / 863-7491

Sótt er um á heimasíðu www//sunnuhlid.is merkt Nes-fyrir framan starfið þar sem sótt er um.

Hjúkrunarheimilið Seltjarnarnesi,
Safnatröð 1, 170 Seltjarnarnes

Leiðtogi gæðastjórnunar og LEAN

RioTinto

Rio Tinto á Íslandi auglýsir eftir kraftmiklum einstaklingi í starf leiðtoga gæðastjórnunar og LEAN en starfið heyrir beint undir framkvæmdastjóra. Leitað er að einstaklingi með reynslu af gæðastjórnun sem er gæddur góðum samskiptahæfileikum. Um er að ræða spennandi og krefjandi starf hjá alþjóðafyrirtæki.

Umsóknarfrestur
22. apríl

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/13307

Starfs- og ábyrgðarsvið:
- Notkun framsækinna aðferða í gæðastjórnun við rekstur fyrirtækisins.
- Þróun á samþættu stjórnkerfi byggðu á ISO 9001, ISO 14001 og OHSAS 18001.
- Ábyrgð á gæðakerfum fyrirtækisins og gæðahandbók.
- Ábyrgð og umsjón með straumlínustjórnun (LEAN).
- Umsjón og stjórnun innri og ytri úttekta.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun, t.d. á sviði viðskiptafræði eða verkfræði.
- Reynsla af gæðastjórnun og almennri stjórnun nauðsynleg.
- Þekking og reynsla af straumlínustjórnun (LEAN) æskileg.
- Reynsla af verkefnastjórnun og umbótastarfi.
- Þekking á gæðakerfum og stöðluðu verklagi.
- Framúrskarandi samskipta- og leiðtogahæfni.

Rio Tinto á Íslandi rekur álverið ISAL í Straumsvík sem fagnar 50 ára afmæli í ár. Við erum fjölbreyttur vinnustaður og starfsfólk okkar er um 400. Framtíð okkar byggir á framúrskarandi starfsfólki.

Við kappkostum að vera í fararbroddi í öryggis, heilbrigðis og umhverfismálum og leggjum einnig mikla áherslu á starfsmenntamál og jafnrétti á vinnustað.

Gildi okkar eru ÖRYGGI, HEILINDI, VIRÐING, SAMVINNA og FRAMSÆKNI.

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Rekstrarstjóri dreifingarsviðs

Olíudreifing

Olíudreifing leitar að aðila með góða tækni- og verkþekkingu til að sinna starfi rekstrarstjóra dreifingarsviðs. Næsti yfirmaður er forstöðumaður dreifingarsviðs. Rekstrarstjóri dreifingarsviðs ber ábyrgð á rekstri ökutækja félagsins og tæknilegri útgerðarstjórn olíuskipsins M/T Keilis.

Umsóknarfrestur
16. apríl

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/13302

Starfs- og ábyrgðarsvið:
- Ábyrgð, umsjón og eftirlit með rekstri ökutækja.
- Samningagerð og innkaup.
- Eftirfylgni áætlana er lúta að rekstri ökutækja og frávikagreining.
- Tækníleg umsjón með M/T Keili.
- Umsjón með innkaupum flutningatækja.
- Yfirferð og samþykkt reikninga.
- Verkefnastjórnun.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Menntun sem nýtist í starfi.
- Haldbær reynsla af rekstri og áætlanagerð.
- Þekking og reynsla af viðhaldi tækja eða vélbúnaðar.
- Góð tækni- og verkþekking ásamt góðri tölvukunnáttu.
- Hæfni í mannlegum samskiptum, hreinskiptni og jákvætt viðmót.
- Skipulagshæfni og gagnrýnin hugsun.
- Góð íslensku- og enskukunnátta, í máli og riti.
- Öryggis- og gæðavitund mikilvæg.

Meginstarfsemi Olíudreifingar er dreifing og birgðahald á fljótandi eldsneyti. Olíudreifing rekur einnig bifreiða-, járnsmíða-, dælu- og rafmagnsverkstæði. Starfsmenn félagsins eru um 130 talsins á starfsstöðvum víðsvegar um landið. Starfað er samkvæmt gæðavottuðum vinnuferlum. Nánari upplýsingar um Olíudreifingu ehf. má nálgast á www.oliudreifing.is

Capacent — leiðir til árangurs

Capacent_

Aðstoðarhafnarstjóri Faxaflóahafna sf.

Auglýst er laust til umsóknar starf aðstoðarhafnarstjóra Faxaflóahafna sf., sem er staðgengill hafnarstjóra.

Í starfinu felst m.a.:
- Áætlanagerð, forsendur hönnunar mannvirkja, eftirlit og umsjón með ástandi hafnarmannvirkja, siglingaleiðum og dýpi.
- Undirbúningur lóða- og landgerðar.
- Stjórn og eftirlit með gæðamálum framkvæmda.
- Önnur þau störf, sem viðkomandi kunna að vera falin og falla innan eðlilegs starfsviðs aðstoðarhafnarstjóra.

Leitað er eftir starfsmanni sem hefur eftirfarandi til að bera:
- Háskólamenntun í verkfræði sem nýtist í starfi.
- Reynslu af mannvirkjagerð.
- Skipulagshæfni og reynslu af áætlanagerð.
- Færni í samskiptum við fólk og fyrirtæki.
- Góða kunnáttu og færni í ensku.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Umsóknarfrestur er til og með miðvikudagsins 17. apríl n.k.
Umsókn og ferilskrá með nöfnum umsagnaraðila skal skilað til Faxaflóahafna sf., Tryggvagötu 17, Reykjavík eða þær sendar mannauðs- og launafulltrúa Faxaflóahafna sf. á netfangið **olafur@faxafloahafnir.is.**

*Nánari upplýsingar veitir hafnarstjóri í **síma 5258900**.*
Hafnarstjóri Faxaflóahafna sf.

Faxaflóahafnir sf
Associated Icelandic Ports

HÖFÐA SKÓLI

Eftirtaldar stöður við Höfðaskóla á Skagaströnd eru lausar til umsóknar skólaárið 2019-2020

- **50% staða aðstoðarskólastjóra**
- **Staða umsjónarkennara á unglingastigi.**
  - Almenn kennsla.
- **Staða umsjónarkennara á miðstigi. Almenn kennsla.**

Í Höfðaskóla eru um 80 nemendur í 1.-10.b. og koma nemendur frá Skagaströnd og Skagabyggð. Kennarar og annað starfsfólk skólans mynda vel menntað og áhugasamt teymi. Mikill vilji og áhugi er á nýtingu upplýsingatækni í skólastarfi, þ.m.t. notkun snjalltækja í kennslu.

Umsóknarfrestur er til 24. apríl n.k.

Nánari upplýsingar um störfin veitir skólastjóri, Vera Ósk Valgarðsdóttir, hofdaskoli@hofdaskoli.is og í síma 452 2800/862 4950

Sóltún
HJÚKRUNARHEIMILI

Hjúkrunarfræðingur og sjúkraliði óskast

Sóltún er heimilislegt hjúkrunarheimili með áherslu á gott starfsumhverfi og hefur á að skipa öflugum hópi starfsmanna með ríkulegan metnað fyrir vellíðan og lífsgæðum íbúanna. Í Sóltúni er áhersla á gæðastarf, jákvæðni og virðingu.

Við óskum nú eftir að bæta í okkar góða hóp hjúkrunarfræðingi og sjúkraliða með faglegan metnað og áhuga á þátttöku í faglegri framþróun í framtíðarstörf frá maí 2019 eða eftir samkomulagi.

Starf hjúkrunarfræðings er 50-100% og ýmsir vaktamöguleikar í boði, m.a. fastar næturvaktir. Þátttaka í gæðaverkefnum og möguleikar til starfsþróunar. Sumarafleysing kemur einnig til greina.

Starf sjúkraliða – verkefnastjóra er 80-100% starf. Starfið býður upp á fjölbreytt og krefjandi verkefni og er a.m.k. 5 ára starfsreynsla æskileg. Unnið er í vaktavinnu með áherslu á morgunvaktir í miðri viku.

Við hvetjum hjúkrunarfræðinga og sjúkraliða til að hafa samband og kynna sér starfsaðstæður, kjör og uppbyggingu hjá Sóltúnsfjölskyldunni.

Allar upplýsingar veitir Anna Guðbjörg Gunnarsdóttir, mannauðsstjóri í síma 590-6211 eða á annagg@soltun.is
Umsóknir sendist á www.soltun.is

Valka

SVÆÐISSÖLUSTJÓRI

Við leitum af árangursmiðuðum, skipulögðum og drífandi svæðissölustjóra í söluteymi Völku. Starfið heyrir undir sviðsstjóra sölu- og markaðssviðs Völku.

ÁBYRGÐARSVIÐ

- Að hámarka sölutækifæri á sínu svæði í góðri samvinnu við aðra starfsmenn sviðsins
- Að gera söluáætlanir fyrir sitt svæði og að ná sölumarkmiðum þess
- Að greina þarfir viðskiptavina, koma á og viðhalda góðum tengslum við þá
- Að fylgja söluferli frá upphafi til enda, s.s. framkvæmd verðútreikninga, gerð tilboða og loka sölu með samningagerð
- Að vinna náið með öðrum svo sem kerfishönnun, verkefnastjóra, vöruþróunarsviði og fjármálasviði

Valka er alþjóðlegt og ört vaxandi hátæknifyrirtæki sem hefur þróað, hannað og framleitt vél- og hugbúnað á heimsmælikvarða fyrir sjálfvirka fiskvinnslu út um allan heim frá stofnun árið 2003.

Hjá Völku gegnir hugvit, þekking og kunnátta starfsmanna lykilhlutverki og við leggjum ríka áherslu á að byggja upp framsækinn, kraftmikinn og samheldinn vinnustað þar sem fólki líður vel.

Við leitum stöðugt að öflugu fólki með menntun á sviði iðngreina, verkfræði, tölvunarfræði og tæknifræði og hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um störf hjá okkur.

HÆFNIS- OG MENNTUNARKRÖFUR:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Farsæl reynsla af sambærilegu sölustarfi
- Þekking á matvælaiðnaði og/eða slíkum rekstri mikill kostur
- Drifkraftur, frumkvæði og sjálfstæði
- Jákvætt viðmót og góð samskiptafærni
- Skipulag, festa og þrautseigja
- Liðsmaður fram í fingurgóma
- Gott vald á talaðri og ritaðri ensku og íslensku
- Norðurlandamál og/eða spænska mikill kostur

Sótt er um starfið á vef Völku: **valka.is/jobs**

Nánari upplýsingar: Leifur Geir Hafsteinsson, mannauðsstjóri Völku

Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl nk.

valka.is

Blönduskóli auglýsir eftir starfsfólki í eftirfarandi stöður fyrir skólaárið 2019 - 2020

- **Deildarstjóra stoðþjónustu – fullt starf**
- **Forstöðumann Skóladagheimilis – 60% starf**
- **Ritara – 60% starf**
- **Þroskaþjálfa 50 - 100% starf**

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

Umsóknum skal skilað í tölvupósti á netfangið blonduskoli@blonduskoli.is eða á skrifstofu skólastjóra fyrir 23. apríl 2019.

Nánari upplýsingar gefur Þuríður Þorláksdóttir, skólastjóri, í síma 452-4147 eða í tölvupósti á thuridur@blonduskoli.is. Einnig má finna upplýsingar á heimasíðu skólans www.blonduskoli.is

Blönduskóli er framsækinn skóli í mikilli þróun með tæplega 150 nemendur í 1. – 10. bekk. Skólinn leitast við að koma til móts við þarfir nemenda sinna á persónulegan og einstaklingsmiðaðan hátt. Gott samstarf er við nærsamfélagið svo sem íþróttafélögin og tónlistarskólann.

Einkunnarorð skólans eru mannúð – hreysti – viska

Verkefnastjóri óskast í eignadeild

Kópavogsbær óskar eftir verkefnastjóra ástandsskoðunar fasteigna og eftirlits með viðhaldsframkvæmdum, sem sinnir einnig umsýslu með fasteignum í eigu Kópavogsbæjar. Um nýtt starf er að ræða sem kemur til með að þróast með þeim starfsmanni sem ráðinn verður í starfið.

Starfssvið

- Ástandsskoðun allra fasteigna Kópavogsbæjar.
- Gerð útboðsgagna, kostnaðar- og viðhaldsáætlana.
- Eftirlit og umsjón með verktökum bæjarins.
- Skráning gagna í skjalakerfi.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Verkfræði- eða tæknimenntun á háskólastigi.
- Reynsla af viðhalds- og byggingarframkvæmdum.
- Iðnmenntun sem nýtist í starfi og meistararéttindi æskileg.
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu æskileg.
- Góð tölvukunnátta.
- Þekking á Autocad æskileg.
- Þekking á skjalavistunarkerfi ONE æskileg.
- Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum og skipulagsfærni.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttafélags.

Konur jafnt sem karla eru hvattir til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt í gegnum ráðningarvef Kópavogsbæjar.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Gunnar Már Karlsson deildarstjóri í síma 441-0000 eða tölvupósti **gunnarka@kopavogur.is**.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Sjö sveitarfélög í Árnessýslu: Bláskógabyggð, Flóahreppur, Grímsnes- og Grafningshreppur, Hrunamannahreppur, Hveragerðisbær, Skeiða- og Gnúpverjahreppur og Sveitarfélagið Ölfus standa sameiginlega að skóla- og velferðarþjónustu. Skólaþjónustu- og velferðarnefnd sveitarfélaganna markar þjónustunni stefnu í samvinnu við þá sem málið varðar. Lögð er áhersla á heildarsýn í málefnum einstaklinga og fjölskyldna. Skóla- og velferðarþjónustan skiptist í kennsluráðgjöf, sálfræðiþjónustu, félagslega ráðgjöf, barnaverndarmál, málefni eldri borgara og málefni fatlaðs fólks. Á svæðinu eru sjö leikskólar og sjö grunnskólar. Nemendafjöldi er alls um 1.380.

FORSTÖÐUMAÐUR SKÓLA- OG VELFERÐARÞJÓNUSTU ÁRNESÞINGS

Stjórn Skóla- og velferðarþjónustu Árnesþings bs óskar eftir að ráða forstöðumann sem hefur yfirumsjón með og samhæfir störf félagsráðgjafa, deildarstjóra í heimaþjónustu, forstöðumanna þjónustueininga á starfssvæðinu og sérfræðinga skólaþjónustunnar.

Helstu verkefni

- Daglegur rekstur, stjórnun og eftirlit með framkvæmd þjónustu og ákvarðanatöku nefndarinnar og eftir atvikum ákvarðana sveitarstjórna þegar þess er þörf
- Undirbúningur að gerð fjárhagsáætlunar og eftirlit með útgjöldum þeirra aðila sem heyra undir málaflokkinn
- Yfirumsjón með starfsmannamálum
- Fagleg ráðgjöf til starfsfólks
- Ýmis ráðgjöf gagnvart aðildarsveitarfélögum við gerð fjárhagsáætlunar og um önnur mál er snerta rekstur þjónustunnar
- Ábyrgð á góðu samstarfi við að efla faglega þjónustu allra sem starfa í skóla- og velferðarþjónustu
- Skýrslugerð og frágangur skjala og annarra gagna á sviði þeirra málaflokka sem undir hann heyra
- Önnur trúnaðarstörf

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í félagsráðgjöf eða önnur háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Framhaldsnám sem nýtist í starfi
- Reynsla af sambærilegu starfi er nauðsynleg
- Reynsla og þekking á opinberri stjórnsýslu
- Sjálfstæði í vinnubrögðum
- Skipulagshæfileikar
- Frumkvæði
- Hæfni í þverfaglegu samstarfi
- Framúrskarandi lipurð og færni í samskiptum

Nánari upplýsingar veita:
Katrín S. Óladóttir, katrin@hagvangur.is
Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is

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

Umsókn skal fylgja greinargóð skýrsla um störf umsækjanda og menntun. Í samræmi við jafnréttisstefnu sveitarfélaganna eru bæði karlar og konur hvött til að sækja um.

Umsóknarfrestur er til og með 29. apríl nk.

HAGVANGUR SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

Innkaupastjóri óskast

Reykjanesbær óskar eftir að ráða metnaðarfullan og kraftmikinn innkaupastjóra til að starfa í öflugu teymi starfsmanna á fjármálasviði bæjarins.
Innkaupastjóri Reykjanesbæjar tryggir að kaup á vörum og þjónustu séu ávallt eins hagkvæm og kostur er hverju sinni og séu í samræmi við gildandi lög og innkaupareglur. Viðkomandi starfar í nánu samstarfi við aðrar deildir sviðsins.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

- Hefur yfirumsjón með innkaupum á vörum og þjónustu
- Leitar eftir hagkvæmasta verði og gæðum vara og þjónustu og gerir tillögur um og sér um framkvæmd útboða
- Annast gerð samninga um kaup á vörum og þjónustu og hefur eftirlit með samningum er varða innkaup
- Veitir stjórnendum sveitarfélagsins ráðgjöf og aðstoð við bestu kaup
- Vinnur að ýmsum greiningum á fjármálastærðum í samstarfi við hagdeild

Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun á sviði viðskipta og/eða lögfræði eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Víðtæk reynsla af innkaupamálum nauðsynleg
- Reynsla af opinberum rekstri
- Góð kunnátta í notkun töflureiknis
- Talnagleggni og góð íslenskukunnátta
- Gerð er krafa um vammleysi, s.s. að vera með gott orðspor og að framkoma og athafnir á vinnustað og utan hans samrýmist starfinu

Umsóknarfrestur er til og með 22. apríl 2019.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Laun eru skv. kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og stéttarfélags viðkomandi.

Umsókn fylgi starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Sótt er um starfið á vef Reykjanesbæjar www.reykjanesbaer.is undir **Laus störf.**

Frekari upplýsingar um starfið veitir Kristinn Óskarsson mannauðsstjóri í gegnum netfangið kristinn.oskarsson@reykjanesbaer.is eða í síma 421-6700.

Reykjanesbær er fjórða stærsta sveitarfélag landsins með rúmlega 19.000 íbúa. Þar starfar samhentur hópur starfsmanna sem hefur það að leiðarljósi að þjónusta við íbúa bæjarfélagsins sé eins og best verður á kosið hverju sinni. Við bjóðum góða starfsaðstöðu, tækifæri til starfsþróunar og vaxtar í starfi, jákvætt andrúmsloft og samstarfsfólk sem tekur áskorunum hvers dags af eldmóði og krafti.

INNKAUPAFULLTRÚI

Tengi óskar eftir að ráða öflugan einstakling í innkaupadeild fyrirtækisins. Starfið er fólgið í innkaupum, birgðastýringu, samskiptum við innlenda og erlenda birgja, skýrslugerð o.fl.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun eða önnur sambærileg menntun sem nýtist í starfi.
- Þekking á innkaupum og AGR innkaupakerfinu ásamt vöruhúsakerfi.
- Gott vald á íslensku og ensku.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Skipulagshæfni og nákvæm vinnubrögð.
- Jákvætt viðmót og hæfni í mannlegum samskiptum.

Starfssvið

- Vörustjórnun í AGR og Navision.
- Samskipti við innlenda og erlenda birgja.
- Þjónusta og upplýsingagjöf til söludeildar.
- Greining og áætlanagerð.
- Eftirfylgni á pöntunum.
- Önnur tilfallandi störf.

Umsóknarfrestur er til 26. apríl.
Umsóknir sendist á netfangið **atvinna@tengi.is** merkt „Innkaupafulltrúi".

Tengi er stofnað árið 1981 og sérhæfir sig í ráðgjöf og sölu á hreinlætistækjum og pípulagningaefni. Höfuðstöðvar fyrirtækisins eru í Kópavogi en fyrirtækið er einnig með starfsstöð á Akureyri. Hlutverk Tengis er að auðvelda viðskiptavinum val á gæðavörum á sviði hreinlætistækja og lagnaefnis sem studdar eru af framúrskarandi þjónustu. Tengi er metnaðarfullur vinnustaður þar sem lögð er áhersla á jákvæðan starfsanda og sterka liðsheild. Tengi er eitt af fyrirmyndarfyrirtækjum VR árið 2018 og framúrskarandi fyrirtækjum Creditinfo 2018. Tengi er reyklaust fyrirtæki.

Gæði, þjónusta, ábyrgð - það er Tengi

TENGI

Smiðjuvegi 76 • Kópavogi • Sími 414 1000 • www.tengi.is
Baldursnesi 6 • Akureyri • Sími 414 1050 • tengi@tengi.is

Bakari óskast

HEIMABAKARÍ HÚSAVÍK

Heimabakarí á Húsavík óskar eftir að ráða bakara til framtíðarstarfa. Húsnæði á staðnum.

Nánari upplýsingar í síma: 616 1505.

Fjallabyggð

Fjallabyggð auglýsir

Eftirfarandi stöður eru lausar til umsóknar við Grunnskóla Fjallabyggðar fyrir skólaárið 2019-2020. Um er að ræða ótímabundnar ráðningar nema um annað sé samið.

- **Þroskaþjálfi 75% staða.**
- **Náms- og starfsráðgjafi 50% staða.**
- **Stöður grunnskólakennara.** Meðal kennslugreina er hönnun og smíði og almenn kennsla og umsjón á yngsta stigi.

Upplýsingar veitir Erla Gunnlaugsdóttir skólastjóri Grunnskóla Fjallabyggðar í gegnum netfangið erlag@fjallaskolar.is eða síma 865-2030. Umsóknum skal skila á netfangið erlag@fjallaskolar.is.

Eftirfarandi stöður eru lausar til umsóknar við Leikskóla Fjallabyggðar. Um er að ræða ótímabundnar ráðningar nema um annað sé samið.

- **Stöður leikskólakennara með deildarstjórn**
- **Stöður leikskólakennara**

Upplýsingar veitir Olga Gísladóttir skólastjóri Leikskóla Fjallabyggðar í gegnum netfangið olga@fjallaskolar.is eða síma 848-7905. Umsóknum skal skila á netfangið olga@fjallaskolar.is.

Laun og starfskjör fara eftir kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag.

Grunnskóli Fjallabyggðar er heildstæður grunnskóli með ríflega 200 nemendur og starfsstöðvar í Ólafsfirði og á Siglufirði. Skólaakstur er milli byggðarkjarna. Í skólanum er Uppbyggingarstefnan höfð að leiðarljósi og unnið gegn einelti skv. Olweusaráætlun. Skólinn er í samstarfi við Tröppu ráðgjöf ehf. um þróun fjölbreyttra kennsluhátta. Nánari upplýsingar um skólann má finna á **http://grunnskoli.fjallabyggd.is/**

Leikskóli Fjallabyggðar er 8 deilda leikskóli með um 120 nemendur og starfsstöðvar í Ólafsfirði og Siglufirði. Í leikskólanum er m.a. unnið með námsefnið Leikur að læra og Lífsleikni í leikskóla. Nánari upplýsingar um leikskólann má finna á http://leikskalar.leikskolinn.is og http://leikholar.leikskolinn.is

Í Fjallabyggð búa um 2000 íbúar. Nánari upplýsingar um Fjallabyggð er að finna á heimasíðunni www.fjallabyggd.is
Gildi skólasamfélagsins í Fjallabyggð eru: **Kraftur - Sköpun - Lífsgleði**
Leitað er eftir einstaklingum sem eru tilbúnir til að viðhalda og byggja upp öflugt skólasamfélag af dugnaði og atorku samkvæmt gildandi fræðslustefnu, með virðingu, metnað og gleði að leiðarljósi.

Umsóknarfrestur er til og með 28. apríl nk.

Með umsókn skal skila starfsferilskrá, nöfnum 2 umsagnaraðila og stuttri kynningu á umsækjanda. Umsækjandi þarf að veita leyfi til upplýsingaöflunar úr sakaskrá.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Fjallabyggð áskilur sér rétt til að hætta við ráðningu í einstaka stöðu og auglýsa að nýju.

Þú finnur draumastarfið á job.is

Staða aðstoðarleikskólastjóra við leikskólann Kirkjugerði

Laus er til umsóknar staða aðstoðarleikskólastjóra leikskólans Kirkjugerði í Vestmannaeyjum. Um er að ræða 100% stöðu sem skiptist í 30% samráð við leikskólastjóra og 70% önnur verkefni. Upplýsingar gefur Bjarney Magnúsdóttir leikskólastjóri Kirkjugerðis í síma 488-2280.
Viðkomandi skal hefja störf sem fyrst eða eftir samkomulagi við leikskólastjóra

Helstu verkefni og ábyrgð samkvæmt starfslýsingu FSL
http://ki.is/kjaramal/kaup-kjor/kjarasamningar/felag-stjornenda-leikskola#aðstoðarleikskólastjóri

Hæfniskröfur:
- Leikskólakennaramenntun og kennslureynsla í leikskóla.
- Menntun og reynsla í stjórnun æskileg.
- Lipurð og sveigjanleiki í samskiptum.
- Frumkvæði í starfi og faglegur metnaður.
- Sjálfstæði og skipulögð vinnubrögð.

Umsóknarfrestur er til 23. apríl n.k.

Umsóknir berist til leikskólastjóra, á netfangið bjarney@vestmannaeyjar.is „Aðstoðarleikskólastjóri Kirkjugerði".

Laun eru greidd skv. kjarasamningi sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ vegna Félags stjórnenda leikskóla.

Vestmannaeyjabær hvetur karla jafnt sem konur að sækja um stöðuna.

Þú finnur draumastarfið á Job.is

BIFVÉLAVIRKI FYRIR MAZDA, CITROËN OG PEUGEOT

Brimborg óskar eftir að ráða öflugan bifvélavirkja á fólksbílaverkstæði Mazda, Citroën og Peugeot að Bíldshöfða 8 í Reykjavík.

STUTT STARFSLÝSING
- Vinna við viðgerðir á bifreiðum
- Greina bilanir
- Þjónusta bifreiðar

HÆFNISKRÖFUR
- Sveinspróf í bifvélavirkjun
- Gilt bílpróf
- Stundvísi
- Heiðarleg, áreiðanleg og vönduð vinnubrögð
- Góð þjónustulund

Vinnutíminn er kl. 8.00-17.15 og föstudaga 8.00-16.15.
Við hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um.
Sæktu um á **brimborg.is** fyrir 20. apríl næstkomandi.

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg er í hópi stærstu og mest vaxandi bílaumboða landsins þar sem fást nýir og notaðir bílar frá Ford, Volvo, Mazda, Citroën og Peugeot auk Volvo vörubíla, vinnuvéla, hópferðabíla og bátavéla. Uppítaka býðst á öllum tegundum bíla og að sjálfsögðu er bílafjármögnun í boði. Brimborg rekur verkstæði fyrir bíla og tæki og kappkostar að veita þar framúrskarandi þjónustu. Bílaleiga er hluti af þjónustuframboði Brimborgar þar sem hægt er að leigja bíla til styttri eða lengri tíma.

Landsvirkjun

Við leitum að yfirlögfræðingi

Yfirlögfræðingur gegnir mikilvægu hlutverki í starfsemi fyrirtækisins og sýnir frumkvæði í verkefnum, bæði í innra og ytra umhverfi þess.

Starfið tekur á fjölmörgum sviðum lögfræðinnar og verkefnin eru fjölbreytt. Þau kalla á samvinnu við samstarfsfólk og lögfræðistofur við að leysa áhugaverð verkefni í innlendu og erlendu viðskiptaumhverfi.

Yfirlögfræðingur á samskipti við stjórnvöld og aðra ytri hagsmunaaðila, hefur umsjón með að góðum stjórnarháttum sé fylgt í starfsemi fyrirtækisins og tekur þátt í að þróa þau tækifæri sem búa í endurnýjanlegri orku.

- Kandídats- eða meistaragráða í lögfræði
- Lögmannsréttindi
- Mikil reynsla af lögmanns- og lögfræðistörfum
- Mjög gott vald á íslensku og ensku
- Mikil hæfni í mannlegum samskiptum

Sótt er um störfin á vef Capacent, nánari upplýsingar veitir Hilmar Garðar Hjaltason, ráðgjafi hjá Capacent (hilmar.hjaltason@capacent.is).
Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl 2019.

Jafnlaunavottun 2019 - 2022
Jafnréttisvísir Capacent

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

Sérfræðingur á deild fjármála og reksturs

ÍSOR

ÍSOR leitar að sjálfstæðum og árangursdrifnum einstaklingi í fullt starf á deild fjármála og reksturs.

Helstu verkefni

- Fjárhagslegt eftirlit verkefna, sem felur m.a. í sér eftirlit og stuðning við sviðs- og verkefnastjóra ÍSOR við tilboðsgerð og samninga.
- Umsjón með innri kennslu og þjálfun starfsmanna í verkefnastjórnun.
- Yfirumsjón með verkbókhaldi í Navision í samráði við fjármálastjóra.
- Gerð tekjureikninga í samráði við verkefnis- og fjármálastjóra.
- Önnur verkefni sem yfirmaður felur starfsmanni hverju sinni, þ.m.t. afleysingar.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í viðskiptafræði eða önnur háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Færni í framsetningu fjármálaupplýsinga.
- Reynsla og þekking á Navison-verkefnabókhaldi er kostur.
- Reynsla og þekking á sviði verkefnastjórnunar er kostur.
- Skipulögð og sjálfstæð vinnubrögð.

Umsóknir skal senda til Valgerðar Gunnarsdóttur í starfsmannahaldi, netfang: valgerdur.gunnarsdottir@isor.is.
Umsókninni skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 11. apríl 2019
Umsóknir gilda í sex mánuði og öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

ÍSOR er sjálfstæð ríkisstofnun sem heyrir undir umhverfis- og auðlindaráðuneytið en starfar á viðskiptalegum grundvelli á samkeppnismarkaði. ÍSOR leiðir rannsóknir og þróun á sviði jarðvarma, grunnvatns og kolvetna í jörðu. Höfuðstöðvar eru í Reykjavík og útibú er á Akureyri.

www.isor.is

ÍSOR • Grensásvegur 9 • 108 Reykjavík • S: 528 1500 • isor@isor.is

Sjálfsbjargar HEIMILIÐ
HEIMILI - ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ
ÞEKKINGARMIÐSTÖÐ - SUNDLAUG

Iðjuþjálfi óskast í Þjónustumiðstöð Sjálfsbjargar

Laus er til umsóknar tímabundin staða iðjuþjálfa í Þjónustumiðstöð Sjálfsbjargar. Starfshlutfall eftir samkomulagi.

Menntunar og hæfniskröfur:
- Próf í iðjuþjálfun frá skóla viðurkenndum af Heimssamtökum iðjuþjálfa (WFOT) og með íslenskt starfsleyfi og löggildingu.
- Æskilegt er að iðjuþjálfi hafi A-ONE og AMPS réttindi, góða skipulagshæfileika og búi yfir færni í samskiptum.
- Mikilvægt að geta unnið sjálfstætt og sýnt frumkvæði í starfi.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Iðjuþjálfafélags Íslands og Samtaka fyrirtækja í velferðarþjónustu (SFV).

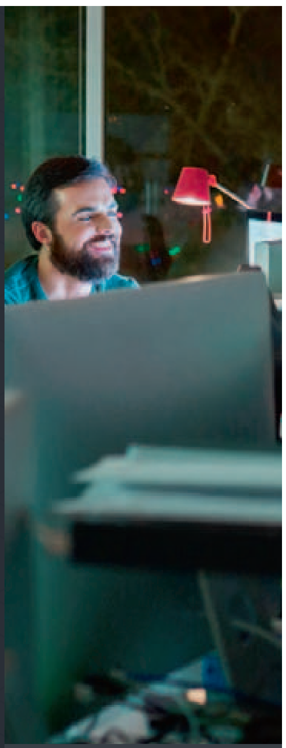
Nánari upplýsingar veitir Valerie J Harris yfiriðjuþjálfi í síma 550-0309 valerie@sbh.is

Umsóknarfrestur er til 10. maí 2019

Meginhlutverk þjónustumiðstöðvarinnar er að veita endurhæfingu og stuðningsþjónustu sem gerir einstaklingum kleift að viðhalda og eða auka eigin færni, búa lengur í eigin húsnæði og vera virkir þátttakendur í samfélaginu. Veitt er einstaklings- og hópþjálfun, fræðsla, ráðgjöf og tómstundaiðja. Þjónustan er einstaklingsmiðuð og veitt þar sem hennar er þörf, í þjónustumiðstöðinni og úti í samfélaginu, þar á meðal á heimili viðkomandi.

Kraftmiklir snillingar óskast

Nanitor leitar að snillingum til að taka þátt í vexti fyrirtækisins innanlands sem og erlendis



Vörustjóri tölvu- og netöryggislausna

Við erum að leita að kraftmiklum vörustjóra sem hefur góða tilfinningu fyrir þörfum viðskiptavina okkar og getur komið kostum hugbúnaðarlausna okkar til skila á árangursríkan hátt.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Stjórnun stafrænna markaðsaðgerða
- Uppsetning og utanumhald á markaðsefni
- Framsetning á vef og öðrum miðlum
- Gerð markaðsáætlana og eftirfylgni
- Þarfagreiningar og þátttaka í vöruþróun

Hæfniskröfur

- Góð þekking og brennandi áhugi á stafrænni markaðssetningu
- Reynsla í notkun Google ads, analytics og samfélagsmiðla
- Afburða skipulagshæfileikar
- Áhugi og eldmóður til að starfa í krefjandi sprotaumhverfi
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti
- Menntun sem nýtist í starfi

Umsóknir óskast sendar á: hrm@nanitor.com í síðasta lagi þann 15. apríl

DevOps sérfræðingur í tölvu- og netöryggi

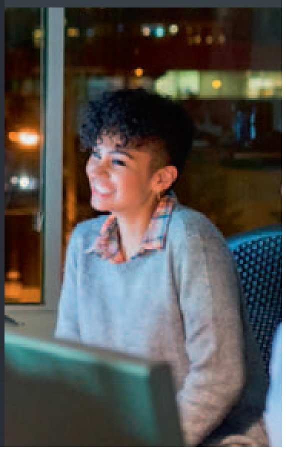
Leitum að sérfræðingi í DevOps/Sysadmin sem vinnur náið með hugbúnaðarsérfræðingum og viðskiptavinum okkar við þróun lausna í Agile umhverfi.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Vinna með viðskiptavinum við uppsetningu Nanitor hugbúnaðar
- Vinna með viðskiptavinum í herðingu og uppfærslu hugbúnaðar
- Sjá um og viðhalda Linux og Windows serverum
- Þróa tæki og tól til að auðvelda öruggar uppfærslur og viðbætur
- Vinna með hugbúnaðarsérfræðingum í bætingu ferla við þróun og útgáfu

Hæfniskröfur

- Góð þekking á Linux sysadmin og shell scripting
- Reynsla af Windows og Active directory
- Reynsla af VMWare og /eða Amazon EC2
- Sköpunargáfa og hæfileiki til nýta gögn við þróun nýrra lausna
- Áhugi á að takast á við ný og krefjandi verkefni í lifandi umhverfi



Nanitor er ört vaxandi hugbúnaðarfyrirtæki sem þróar og selur hugbúnaðarlausn til varnar tölvuárásum. Hugbúnaðurinn er alfarið byggður á íslensku hugviti og sérfræðiþekkingu í samstarfi við erlenda samstarfsaðila. Nanitor á stóra íslenska og erlenda viðskiptavini sem gera miklar kröfur um tölvuöryggi, yfirsýn og vottanir á upplýsingakerfum sínum. Brunnur vaxtarsjóður er kjölfestufjárfestir Nanitor.

Nanitor | BRUNNUR

FLJÓTSDALSHÉRAÐ

Lausar stöður við leik- og grunnskóla á Fljótsdalshéraði

Við leikskóla á Fljótsdalshéraði eru eftirfarandi störf laus til umsóknar frá og með næsta skólaári

Staða aðstoðarleikskólastjóra og 40% staða sérkennslustjóra við leikskólann **Hádegishöfða**. Stjórnunarþáttur aðstoðarleikskólastjóra er í samræmi við kjarasamninga FSL og Sambands íslenskra sveitarfélaga. Möguleiki er á að sameina þessi störf í einni stöðu. Jafnframt er laus staða deildarstjóra við leikskólann **Tjarnarskóg**.

Auk þess eru lausar til umsóknar stöður **leikskólakennara** við leikskólana **Tjarnarskóg** og **Hádegishöfða**.

Gerð er krafa um að leikskólakennarar hafi leyfisbréf sem leikskólakennarar eða háskólamenntun sem nýtist í starfi og/eða reynslu á sviði uppeldis og kennslu.

Allar frekar upplýsingar um leikskólann **Hádegishöfða** og störf þar veitir Guðmunda Vala, skólastjóri, í síma 4700 670 eða á netfanginu vala@egilsstadir.is. Upplýsingar um **Tjarnarskóg** veitir Sigríður Herdís, skólastjóri, í síma 4700 660 eða á netfanginu sigridurp@egilsstadir.is.

Tekið er tillit til eldri starfsumsókna sem hafa borist í vetur. Sótt er um á ofangreindum netföngum eða veffögnunum:
Hádegishöfði:
http://hadegishofdi.leikskolinn.is/Upplysingar/Starfsumsokn
Tjarnarskógur:
http://tjarnarskogur.leikskolinn.is/Upplysingar/Starfsumsokn

Við Fellaskóla, Fellabæ eru eftirfarandi störf laus til umsóknar frá og með næsta skólaári:.

- Íþrótta- og sundkennari 100%
- Sérkennari 40%
- Heimilisfræði 46%
- Textílmennt 30%
- Myndmennt 36%
- Almenn bekkjarkennsla 58%

Nánari upplýsingar um Fellaskóla og störf þar veitir Þórhalla Sigmundsdóttir, skólastjóri í síma: 4700 640 eða á netfanginu thorhallas@egilsstadir.is. Upplýsingar um skólann má einnig finna á heimasíðu skólans www.fell.is.

Við Egilsstaðaskóla eru eftirfarandi störf laus til umsóknar frá og með næsta skólaári:

- Tónmenntakennari 80-100%
- Smíðakennari 100%
- Sérkennari á mið og elsta stigi.
- Umsjónarkennsla 80-100%

Gerð er krafa um að kennarar hafi leyfisbréf sem grunnskólakennarar eða sambærilega menntun sem nýtist í starfi. Í Egilsstaðaskóla hefur kennslan undanfarin ár verið skipulögð sem teymiskennsla og því er lögð áhersla á áhuga og hæfni til að vinna í teymi.

Nánari upplýsingar um Egilsstaðaskóla og störf þar veitir Ruth Magnúsdóttir skólastjóri í síma 4700 607 eða á netfanginu ruth@egilsstadir.is. Upplýsingar um skólann má einnig finna á heimasíðu skólans www.egilsstadaskoli.is.

Um allar ofangreidar stöður gildir að launakjör eru samkvæmt viðkomandi kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands.

Nauðsynlegt er að umsækjendur séu liprir í samskiptum og æskilegt að þeir hafi gott vald á íslensku. Lögð er áhersla á faglegan metnað, frumkvæði og áhugasemi. Umsóknir ásamt ferilskrá skal senda hlutaðeigandi skólastjórum.

Umsóknarfrestur er til 24. apríl nk.

Vakin er athygli á stefnu Fljótsdalshéraðs um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir endurspegli samfélagið.

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**

SAFT

Sunnulækjarskóli

Við Sunnulækjarskóla á Selfossi eru lausar stöður umsjónarkennara á yngsta- og miðstigi, stöður kennara á elsta stigi og staða kennara í hönnun og smíði frá og með næsta hausti. Meðal kennslugreina á elsta stigi eru stærðfræði, tungumál og náttúrufræði.

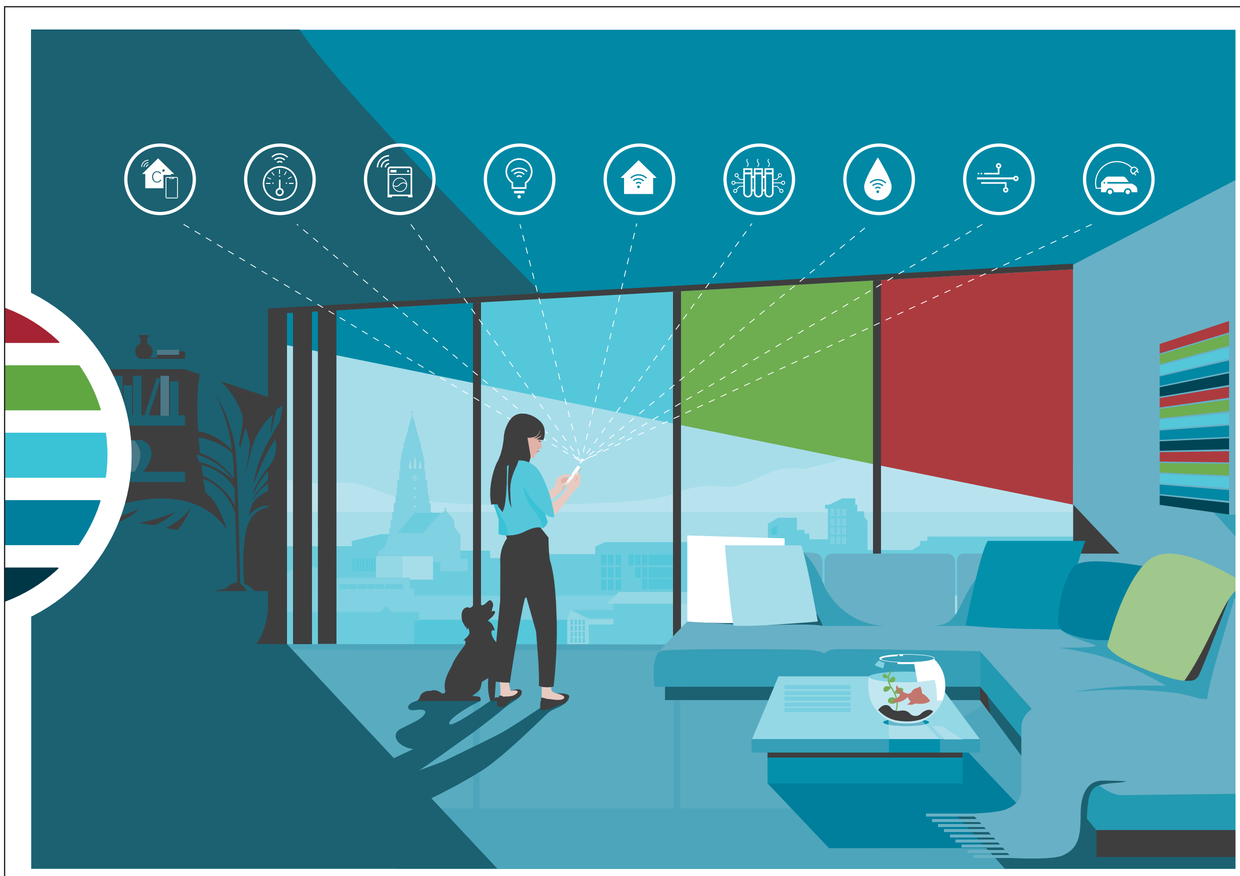
Í skólanum eru um 720 nemendur og þar er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma. Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar Sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands. Starfið hentar jafnt konum sem körlum.

Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu skólans: http://www.sunnulaekjarskoli.is

Umsóknarfrestur er til 22. apríl 2019 en ráðið er í stöðurnar frá 1. ágúst 2019.

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist Birgi Edwald, skólastjóra, birgir@sunnulaek.is eða Sunnulækjarskóli, Norðurhólum 1, 800 Selfoss.

Skólastjóri



Framtíðin er snjöll
– mótaðu hana með okkur

Verkefnastjóri öryggis og umbóta

Framtíð Veitna felur í sér stafræna umbyltingu og straumlínustjórnun. Verkefnastjóri öryggis og umbóta ber ábyrgð á að móta, innleiða og starfrækja öryggis- og umbótastarf Veitna frá degi til dags. Í boði eru fjölbreytt verkefni í fjölskylduvænu starfsumhverfi. Við hvetjum karlmenn sérstaklega til að sækja um.*

Sjá nánar á veitur.is/framtidin

Hvers vegna Veitur?
Það er líf og fjör í vinnunni, starfsemi okkar er fjölbreytt og samfélagslega mikilvæg. Starfsfólk okkar hefur frumkvæði og fær tækifæri til að hrinda hugmyndum sínum í framkvæmd og við leggjum áherslu jafnvægi vinnu og einkalífs, sí- og endurmenntun og möguleika til að vaxa í starfi. Okkur er annt um umhverfið, jafnrétti og að koma fram við hvert annað og viðskiptavini af virðingu.

*Þar sem karlar eru í miklum minnihluta í teyminu hvetjum við þá sérstaklega, á grundvelli 1. mgr. 18. gr. laga nr. 10/2008, til að sækja um.

Í góðu sambandi
við framtíðina

Jafnlaunaúttekt PwC 2017

JAFNRÉTTISRÁÐ

VEITUR

Starf **skjalastjóra** á skrifstofu rekstrar og innri þjónustu

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir hér með laust til umsóknar starf skjalastjóra á skrifstofu rekstrar og innri þjónustu.

Helstu verkefni:

- Ábyrgð og daglegur rekstur málaskrár og skjalasafns ráðuneytisins.
- Þróun skjalastefnu og verklags við skjalastjórn.
- Ráðgjöf og stuðningur við starfsfólk varðandi skráningu og leitir í málaskrá.
- Umsjón með móttöku, skráningu, varðveislu og frágangi skjala.
- Eftirfylgni með skjalaskráningu og vinnslu mála í málaskrá.
- Umsjón með bókasafni.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í upplýsingafræði; sérhæfing í skjalastjórn æskileg.
- Þekking og reynsla af skjalastjórn nauðsynleg.
- Reynsla af verkefnastjórnun og innleiðingu skjalastjórnarkerfa kostur.
- Ábyrgð, nákvæmni, vandvirkni og skipulagshæfni.
- Frumkvæði og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni í að miðla upplýsingum með skýrum hætti í ræðu og riti.
- Mjög gott vald á íslensku er skilyrði.
- Góð kunnátta í ensku og einu Norðurlandamáli.
- Þekking á opinberri stjórnsýslu æskileg.

Um launakjör fer samkvæmt kjarasamningi Félags háskólamenntaðra starfsmanna Stjórnarráðsins og fjármála- og efnahagsráðherra. Ráðuneytið hvetur karla jafnt sem konur til að sækja um starfið. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl 2019.

Umsóknum skal skila rafrænt á Starfatorgi – starfatorg.is. Umsóknum skal fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni viðkomandi til að gegna starfinu. Umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, sbr. 2. gr. reglna nr. 464/1996, um auglýsingar á lausum störfum, með síðari breytingum. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Nánari upplýsingar:
Kristín Hagalín Ólafsdóttir
skjala- og upplýsingastjóri,
kristin.olafsdottir@hrn.is og
Böðvar Héðinsson
skrifstofustjóri,
bodvar.hedinsson@hrn.is
í síma 545 8700.

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

Sölumaður

búnaðar fyrir sjávarútveg og verktakastarfsemi

Ásafl ehf. óskar eftir að ráða öflugan og áhugasaman einstaking í sölu og þjónustu

Þarf að hafa góða íslensku, ensku og tölvukunnáttu ásamt brennandi áhuga og þekkingu á vélbúnaði og tæknilausnum.
Vélfræðimenntun væri kostur en ekki skilyrði.

Skemmtilegt starf þar sem réttur aðili getur fengið tækifæri til að byggja upp sitt framtíðarstarf.

Upplýsingar veitir Örn H. Magnússon.
orn@asafl.is

Ásafl ehf.
Hjallahrauni 2 220 Hafnarfirði
Sími: 562 3833
Opið 8:30 – 17 virka daga
asafl@asafl.is

ÁSAFL
asafl.is

Laus störf hjá Kópavogsbæ

Kópavogsbær auglýsir eftirtalin störf laus til umsóknar:

Grunnskólar
Deildarstjóri í Hörðuvallaskóla
Dönskukennari í Salaskóla
Eðlis- og efnafræðikennari í Salaskóla
Kennarar óskast í Kópavogsskóla
Kennari í nýsköpun og tækni í Salaskóla
Kennsluráðgjafar í Hörðuvallaskóla
Leiklistarkennari í Kársnesskóla
Samfélagsfræðikennari í Salaskóla
Tónmenntakennari í Kársnesskóla
Umsjónarkennari í Lindaskóla
Umsjónarkennarar í Snælandsskóla

Leikskólar
Deildarstjóri í Efstahjalla
Leikskólakennari í Álfatún
Leikskólakennari / þroskaþjálfi í Baug
Leikskólakennari í Efstahjalla
Sérkennari í Fífusali
Starfsfólk í leikskólann Austurkór

Velferðarsvið
Félagsráðgjafi í ráðgjafa- og íbúðardeild
Starfsmenn óskast á heimili fatlaðs fólks
Þroskaþjálfi í þjónustuíbúðir í Dimmuhvarfi
Þroskaþjálfi í íbúðakjarna

Eingöngu er hægt að sækja um störfin í gegnum ráðningarvef Kópavogsbæjar.

Kópavogsbær
kopavogur.is

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_
capacent.is

HEGAS ehf.

Smiðjuvegur 1, 200 Kópavogur. Sími: 567-0010. Fax: 567-0032. www.hegas.is - hegas@hegas.is

Óskum eftir að ráða starfsfólk

Hegas ehf. heildverslun, er að leita eftir fjölhæfu og áhugasömu framtíðar starfsfólki, ert það þú? Hvetjum konur jafnt sem karlmenn til að sækja um.

Lagermaður:

- Umsjón og tiltekt pantana.
- Blöndun á lakki
- Vörumóttaka.
- Losun gáma.
- Lyftarapróf kostur

Hæfniskröfur:
- Samviskusemi.
- Vandvirkni og öguð vinnubrögð.
- Jákvæðni og stundvísi.
- Þjónustulipurð.
- Þekking á innréttingum og húsgögnum er kostur

Áhugaverð og krefjandi störf hjá traustu og framsæknu fyrirtæki. Upplýsingar um fyrirtækið má sjá á heimasíðunni okkar www.hegas.is

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að senda umsóknir fyrir 15. apríl 2019 á netfang hegas@hegas.is

UMHVERFIS STOFNUN

Viltu vinna að umsjón náttúruverndarsvæða?

Hjá Umhverfisstofnun er laust til umsóknar starf sérfræðings fyrir Kerlingarfjöll, Hveravelli og Þjórsársver ásamt fleiri náttúruverndarsvæðum skv. skipulagi Umhverfisstofnunar á sviði náttúru, hafs og vatns.

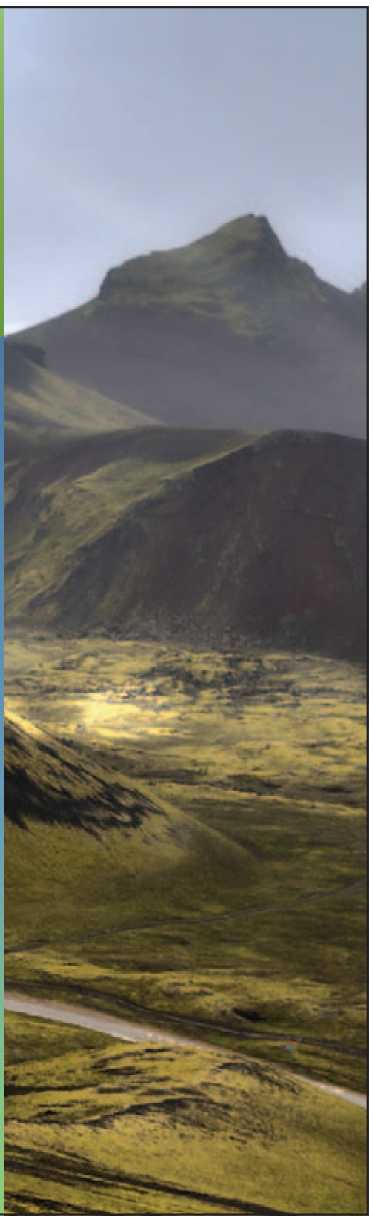
Í boði er krefjandi starf í frjóu umhverfi sérfræðinga og landvarða sem starfa um allt land þar sem áhersla er lögð á framsýni, samstarf og árangur í þverfaglegri teymisvinnu.

Helstu verkefni

- Umsjón með áfangastöðum ferðamanna innan Kerlingarfjalla, friðlýstu svæðin Hveravellir á Kili, Þjórsárver, Guðlaugstungur og Jörundur auk svæða á láglendi svo sem Pollengi og Tunguey og stjórnsýsluverkefna fyrir Gullfoss og Geysi.
- Gerð áhrifamats fyrir athafnir innan friðlýstra svæða í umsjón viðkomandi.
- Þátttaka í gerð stjórnunar- og verndaráætlana fyrir friðlýst svæði í umsjón viðkomandi.
- Þátttaka í gerð umsagna fyrir skipulag innan starfssvæðis.
- Umsjón og skipulag landvörslu á tilteknum náttúruverndarsvæðum samkvæmt svæðaskipulagi Umhverfisstofnunar.

Ítarlegri upplýsingar um starfið, helstu verkefni þess og hæfniskröfur er að finna á starfatorg.is og umhverfisstofnun.is/storf-i-bodi.

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl 2019.



MOSFELLSBÆR

Skólastjóri í Mosfellsbæ

Lágafellsskóli — Sterkur grunnur, ótal möguleikar

Lágafellsskóli

Mosfellsbær er í fararbroddi í nýbreytni í skólastarfi og státar af fjölbreyttu skólaformi. Lágafellsskóli er samþættur leik- og grunnskóli sem vinnur í anda uppbyggingarstefnu. Starfsemi skólans fer fram í tveimur byggingum þar sem yngstu bekkir grunnskóla ásamt elstu árgöngum leikskóla eru staðsettir í útibúi skólans, Höfðabergi.

Mosfellsbær leitar eftir framsæknum einstaklingi sem hefur víðtæka þekkingu á skólastarfi, býr yfir áræðni og leiðtogafærni til að leiða starfsemi skólans. Skólastjóri gegnir lykilhlutverki í að móta góðan skólabrag og samstarfsvettvang skóla og samfélags. Skólastjóri mótar framtíðarstefnu skólans í samræmi við aðalnámskrá, skólastefnu Mosfellsbæjar og hugmyndafræði skólans og ber ábyrgð á að skólastarf sé í samræmi við lög og reglugerðir.

Sækja skal um starfið á ráðningarvef mosfellsbæjar, www.mos.is

Menntunar- og hæfnikröfur:
- Kennaramenntun og leyfisbréf til kennslu á grunnskólastigi
- Menntun á sviði stjórnunar og/eða uppeldis- og menntunarfræða
- Þekking á áætlunargerð, fjármálstjórnun og stefnumótunarvinnu
- Reynsla á sviði stjórnunar og faglegrar forystu í menntastofnun
- Frumkvæði, leiðtogafærni og góðir skipulagshæfileikar
- Framúrskarandi færni í samskiptum
- Góð íslenskukunnátta og færni til að miðla upplýsingum

Mosfellsbær er öflugt og framsækið sveitarfélag þar sem gildin virðing, jákvæðni, framsækni og umhyggja eru leiðarljós starfsmanna í daglegu starfi.

Umsóknarfrestur er til og með 14. apríl 2019.
Umsóknir skulu innihalda starfsferilsskrá og kynningarbréf sem greinir frá reynslu, menntun og fyrri störfum ásamt rökstuðningi fyrir hæfni í starfið. Nánari upplýsingar um starfið veitir Linda Udengård framkvæmdastjóri fræðslu- og frístundasviðs í síma 525 6700. Um framtíðarstöðu er að ræða. Öllum umsóknum verður svarað. Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands ísl. sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Ráðið er í öll störf óháð kyni.

Þverholt 2 | Mosfellsbær 270 | Sími 525 6700 | mos.is

VIRÐING JÁKVÆÐNI FRAMSÆKNI UMHYGGJA

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

Skrifstofustjóri Hlíðaskóla

Hlíðaskóli óskar eftir að ráða skrifstofustjóra í 80-100% starf eftir samkomulagi.

Helstu verkefni

- Hefur yfirumsjón með skrifstofu og veitir góða þjónustu þar sem lipurð, þekking og samskiptafærni er í fyrirrúmi.
- Gerð vinnuskýrslna og ráðningasamninga, yfirferð viðveru og launalista, mánaðaruppgjör og greining fjárhagsstöðu auk uppsetningar rekstraráætlunar í samráði við yfirmann.

Hæfniskröfur

- Góð almenn menntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af skrifstofustörfum æskileg.
- Tölvufærni og grunnþekking á bókhaldi.
- Sveigjanleiki og hæfni í samskiptum.
- Færni til að tileinka sér nýja þekkingu og beita henni á skilvirkan hátt í daglegum störfum.
- Gott vald á íslensku.

Starfið er laust frá 1. ágúst. Umsóknarfrestur er til 14. apríl nk.

Laun eru samkvæmt samningi Reykjavíkurborgar og Starfsmannafélags Reykjavíkurborgar.

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

Allar frekari upplýsingar veitir aðstoðarskólastjóri Hlíðaskóla, Aðalheiður Bragadóttir í síma 5525080 eða á netfanginu adalheidur.bragadottir@rvkskolar.is

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

NÝR LEIKSKÓLI Í SKARÐSHLÍÐ

Skarðshlíðarleikskóli er nýr fjögurra deilda skóli í Hafnarfirði. Hugmyndafræðilegur grunnur skólans tekur mið af lærdómssamfélagi þar sem allir læra saman og áhersla lögð á virka þátttöku við að móta og þróa öflugt skólastarf.

Við leggjum áherslu á lýðræði og lífsgleði í daglegum samskiptum og að auka leikni og færni barnanna í gegnum leikinn. Unnið er eftir fjölgreindarkenningunni.

Eftirfarandi stöður eru lausar til umsóknar á **hafnarfjordur.is**:

» Aðstoðarleikskólastjóri
» Sérkennslustjóri
» Deildarstjóri
» Leikskólakennari

Nánari upplýsingar um störfin veitir Berglind Kristjánsdóttir, leikskólastjóri í síma 664 5802 eða **berglindkrist@hafnarfjordur.is**

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

JAFNLAUNAMERKIÐ

HAFNARFJÖRÐUR

HAFNARFJARÐARBÆR
585 5500
hafnarfjordur.is

Deildarstjórastaða hjúkrunar hjá Hrafnistu

Laust er til umsóknar starf deildarstjóra hjúkrunar á Hrafnistu Laugarási. Deildarstjóri er leiðandi og hefur frumkvæði að þróun starfsemi hjúkrunardeildar. Í starfinu felst m.a. skipulagning á starfi ásamt daglegum rekstri og stjórnun.

Um er að ræða 100% starf.

Starfssvið

- Stjórnun og rekstur á starfsemi hjúkrunardeildar
- Skipuleggur störf starfsfólks í samræmi við þarfir íbúa
- Sér um eftirlit og mat á gæðum hjúkrunar
- Ráðgjöf og fræðsla til sjúklinga og aðstandenda
- Teymisvinna

Menntunar- og hæfnikröfur

- Íslenskt hjúkrunarleyfi
- Reynsla af stjórnun er kostur
- Reynsla af Rai-mælitækinu er kostur
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar

Umsóknarfrestur er til og með 24. apríl 2019.

Allar nánari upplýsingar má nálgast á **fastradningar.is**
Umsjón með starfinu hefur Lind hjá FAST Ráðningum, **lind@fastradningar.is** og í síma **552-1606**. Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt með því að fylla út umsóknarform á **fastradningar.is**.

Hrafnista rekur sex öldrunarheimili á höfuðborgarsvæðinu og í Reykjanesbæ. Hjá Hrafnistu starfa um tólf hundruð manns, ýmist í fullu starfi eða hlutastarfi. Stöðugildi eru um 650 talsins. Veitt er sólarhringsþjónusta alla daga ársins til aldraðra skjólstæðinga heimilanna.

das
HRAFNISTA

Hrafnista Laugarás | Hraunvangur | Boðaþing | Nesvellir | Hlévangur | Ísafold | Sléttuvegur

VIÐ LEITUM AÐ LIÐSAUKA

Arnarlax ehf. er leiðandi fiskeldisfyrirtæki á Íslandi. Hjá félaginu starfar kraftmikill hópur fólks.

Nú vantar okkur liðsauka í sláturhús og vinnslu félagsins á Bíldudal en við auglýsum í stöðu aðstoðarframleiðslustjóra/-verkstjóra.

- Reynsla af verkstjórn, skipulagningu og gæðamálum í fiskvinnslu er nauðsynleg
- Reynsla af vinnslu á laxaafurðum er kostur
- Menntun á sviði fiskvinnslu eða tengdra greina er æskileg

Umsókn ásamt ferilskrá og prófskírteini (ef við á) óskast send á **vinna@arnarlax.is**

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

ARNARLAX

Rekstrarstjóri verslana

Rauði krossinn á Íslandi vill ráða rekstrarstjóra verslana Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu.

Fatasöfnun er eitt mikilvægasta fjáröflunarverkefni Rauða krossins. Yfir 3000 tonnum af fatnaði er safnað árlega og er notaður fatnaður seldur í 13 verslunum um allt land. Eingöngu sjálfboðaliðar starfa í verslunum Rauða krossins.

Við leitum eftir einstaklingi sem hefur reynslu af verslunarrekstri og brennandi áhuga á fatnaði og endurnýtingu. Um spennandi starf er að ræða í gróskumiklu umhverfi þar sem sífellt meiri áhersla er lögð á að minnka sóun og endurnýta fatnað.

Helstu verkefni
- Daglegur rekstur fataverslana á höfuðborgarsvæðinu
- Öflun sjálfboðaliða og þjálfun þeirra
- Markaðsmál og nýsköpun
- Birgðaumsjón

Hæfni og menntunarkröfur
- Háskólamenntun á sviði viðskipta og stjórnunar er kostur
- Leiðtogahæfni, drifkraftur og frumkvæði
- Stjórnunarreynsla í verslunarrekstri æskileg
- Lausnamiðuð hugsun og sveigjanleiki
- Liðsmaður í fjölbreyttu teymi
- Góð rekstrar- og kostnaðarvitund
- Jákvæð hugsun og lipurð í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl næstkomandi. Ferilskrá og umsóknarbréf skal sent á **starf@redcross.is.**

Allar nánari upplýsingar veitir Björg Kjartansdóttir, sviðsstjóri fjáröflunar og kynningarmála hjá Rauða krossinum á Íslandi með tölvupósti **bjorgk@redcross.is**

RAUÐI KROSSINN ICELANDIC RED CROSS

EY óskar eftir vönum bókara

Um fjölbreytt verkefni er að ræða og þarf viðkomandi að hafa frumkvæði og getu til að starfa sjálfstætt og hafa ríka þjónustulund. Um 100% starf er að ræða.

Hæfniskröfur
- Mikil reynsla af bókhaldsstörfum
- Góð þekking á dk bókhaldskerfi kostur en ekki skilyrði
- Enskukunnátta og kunnátta í excel
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Kostur ef umsækjandi er viðurkenndur bókari

Forsenda fyrir gæðum og faglegum vinnubrögðum er að starfsfólki líði vel bæði á vinnustað og utan hans. Við erum sveigjanleg og reynum að koma til móts við ólíkar þarfir starfsmanna vegna vinnu og frítíma.

Umsóknir ásamt ferilskrá sendist til Hildar Pálsdóttur, hildur.palsdottir@is.ey.com, eða í gegnum heimasíðu EY

Umsóknarfrestur er til og með 15. apríl n.k.

www.ey.is

EY
Building a better working world

© 2019 Ernst & Young ehf, öll réttindi áskilin.

Deildarstjóri hjá skrifstofu reksturs og umhirðu

Skrifstofa reksturs og umhirðu borgarlands auglýsir starf deildarstjóra hverfaþjónustu laust til umsóknar. Skrifstofan sér um allan daglegan rekstur og umhirðu í borginni og upplandi hennar, meðal annars vetrarþjónustu, garðyrkju, hreinsun og grasslætti. Deildarstjóri ber ábyrgð á rekstri og verkefnum hverfa- og verkbækistöðva. Í starfinu felst m.a. stjórnun og umsjón með verkefnum viðkomandi starfsstöðva þar sem gæta þarf hagsmuna borgarinnar á þjónustusvæðinu og tryggja íbúum borgarinnar örugga og skilvirka þjónustu. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi stjórnunarstarf í síbreytilegu umhverfi.

Starfssvið
- Ábyrgð á daglegum rekstri og starfsmannamálum hverfa- og verkbækistöðva
- Ábyrgð á skipulagningu og stýringu verkefna
- Gerð kostnaðar- og fjárhagsáætlana, eftirfylgni þeirra ásamt yfirferð og samþykkt reikninga
- Ábyrgð á innkaupum, birgðahaldi og verkbókhaldi fyrir viðkomandi einingar
- Ábyrgð á gæða- og öryggismálum
- Vinna í teymisvinnu með rekstrarstjórum, deildarstjórum og skrifstofustjóra og halda reglulega starfsmanna- og verkstjórafundi
- Samskipti við íbúa og önnur svið borgarinnar, svara fyrirspurnum og erindum
- Vinna við önnur sérverkefni er tengjast rekstri og umhirðu borgarlands.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði verk- eða tæknifræði eða viðskipta og rekstrarfræða eða önnur háskólamenntun sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun æskileg
- Reynsla af starfs- og fjárhagsáætlanagerð og almennri skýrslugerð
- Þekking á útboðsmálum og verkefnastjórnun æskileg
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu kostur
- Reynsla af stjórnun æskileg
- Leiðtogahæfileikar
- Frumkvæði og faglegur metnaður
- Mjög góðir hæfileikar til samskipta og samvinnu
- Sjálfstæði og öguð vinnubrögð
- Gott vald á íslensku í ræðu og riti

Um er að ræða 100% starf og æskilegt er að starfsmaður geti hafið störf sem fyrst. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og hlutaðeigandi stéttarfélags. Nánari upplýsingar um starfið veitir **Hjalti J. Guðmundsson** skrifstofustjóri skrifstofu reksturs og umhirðu borgarlandsins (**hjalti.johannes.gudmundsson@reykjavik.is**)

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl n.k. Sótt er um starfið á vef Reykjavíkurborgar **www.reykjavik.is** undir flipanum „Laus störf“ og starfsheitinu „Deildarstjóri hjá skrifstofu reksturs og umhirðu“.

UMHVERFIS STOFNUN

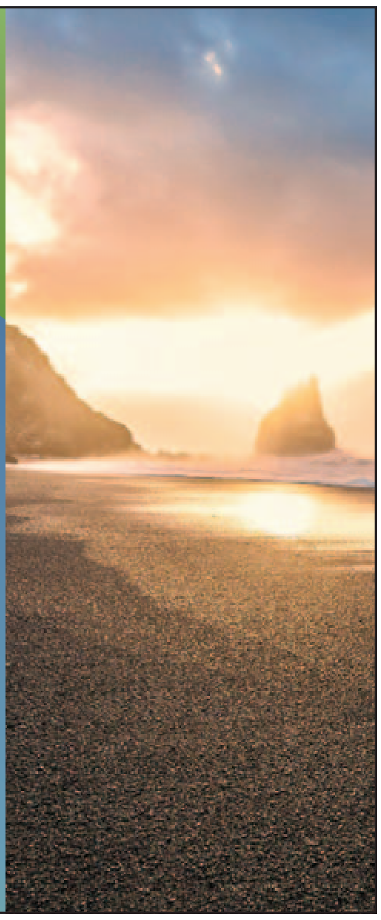
Lögfræðingur á sviði lofts-lags og græns samfélags

Hjá Umhverfisstofnun er starf lögfræðings laust til umsóknar á sviði loftslagsmála og græns samfélags. Í boði er starf í frjóu umhverfi öflugra sérfræðinga þar sem áhersla er lögð á þverfaglega teymisvinnu og samvinnu innanlands og utan.

Svið loftslagsmála og græns samfélags vinnur að því að bæta umhverfisgæði með því að draga úr sóun og stuðla að hringrænu hagkerfi. Sviðið vinnur í samræmi við loftslagsstefnu stjórnvalda og stuðlar þannig að samdrætti í losun gróðurhúsalofttegunda. Helstu verkefni lögfræðingsins eru undirbúningur ákvarðana, leiðbeiningar og önnur stjórnsýsluverkefni á sviðinu, greining á löggjöf Evrópusambandsins og gerð tillagna að reglugerðum. Gert er ráð fyrir þátttöku í almennum lögfræði- og stjórnsýsluverkefnum, umsögnum um þingmál ásamt þátttöku í evrópsku og alþjóðlegu samstarfi.

Ítarlegri upplýsingar um starfið, helstu verkefni og hæfniskröfur er að finna á starfatorg.is og http://www.umhverfisstofnun.is/storf-i-bodi

Umsóknarfrestur er til og með 23. apríl 2019.



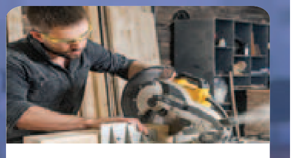
Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Þjónustufulltrúar í móttöku	Lyfjastofnun	Reykjavík	201904/813
Skrifstofumaður	Sýslumaðurinn á Vesturlandi	Akranes	201904/812
Fjármálastjóri	Þjóðskrá Íslands	Rvk/Akureyri	201904/811
Fangavörður	Lögreglustjórinn á höfuðborgarsv.	Reykjavík	201904/810
Sérfræðingur í námsgagnagerð	Menntamálastofnun	Kópavogur	201904/809
Verkefnastjóri hugbúnaðarlausna	Menntamálastofnun	Kópavogur	201904/808
Mannauðsstjóri	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201904/807
Sérfræðingur-sjúkraþjálfari	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201904/806
Starfsmaður	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201904/805
Fulltrúi	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201904/804
Lektor, Námsbraut í sjúkraþjálfun	Háskóli Íslands, Heilbrigðisvísindasvið	Reykjavík	201904/803
Lektor, smitsjúkdómafræði	Háskóli Íslands, Heilbrigðisvísindasvið	Reykjavík	201904/802
Lektor, hjartalæknisfræði	Háskóli Íslands, Heilbrigðisvísindasvið	Reykjavík	201904/801
Lektor, fæðinga/kvensjúkd.lækn.	Háskóli Íslands, Heilbrigðisvísindasvið	Reykjavík	201904/800
Sálfræðingur barna/unglingateymi	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201904/799
Sálfræðingur í geðteymi	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201904/798
Lögfræðingur	Fiskistofa	Ýmiss	201904/797
Stuðningsfulltrúar	Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ	Mosfellsbær	201904/796
Framhaldsskólakennarar	Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ	Mosfellsbær	201904/795
Skurðhjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201904/794
Lögfræðingur	Umhverfisstofnun	Ýmiss	201904/793
Þjónustufulltrúi	Heilsugæslan, Göngudeild sóttvarna	Reykjavík	201904/792
Framkvæmdastjóri lækninga	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201904/791
Rannsóknarlögreglumaður	Lögreglustjórinn á Suðurnesjum	Reykjanesbær	201904/790
Móttökuritari	Heilbrigðisstofnun Vesturlands	Stykkishólmur	201904/789
Dýralæknir á Markaðsstofu	Matvælastofnun	Hafnarfjörður	201904/766
Hjúkrunarfræðingar, sumarafl.	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Höfuðborgarsv.	201904/765
Aðstoðarvarðstjórar, Sogni	Fangelsismálastofnun ríkisins	Selfoss	201904/764
Sérfræðingur, Hólmsheiði	Fangelsismálastofnun ríkisins	Reykjavík	201904/763
Yfirhjúkrunarfræðingur	Heilbrigðisstofnun Vesturlands	Grundarfjörður	201904/762
Doktorsnemi í hjúkrunarfræði	Háskólinn á Akureyri	Akureyri	201904/761
Doktorsnemi í hjúkrunarfræði	Háskólinn á Akureyri	Akureyri	201904/760
Sérfræðingur-Kerlingarfjöll	Umhverfisstofnun	Hella	201904/749
Skjalastjóri	Heilbrigðisráðuneytið	Reykjavík	201903/748
Nýdoktor í reiknilegri jarðskjálftafr.	Veðurstofa Íslands	Reykjavík	201903/747
Nýdoktor í reiknilegri eldfjallafræði	Veðurstofa Íslands	Reykjavík	201903/746
Lífeindafræðingur, sumarafleysing	Heilbrigðisstofnun Suðurlands	Vestm.eyjar	201903/745
Gjaldkeri	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201903/744
Móttökuritari	Sjúkrahúsið á Akureyri	Akureyri	201903/743

Þú finnur draumastarfið á job.is

Heilbrigðisþjónusta



Iðnaðarmenn

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF Í HVERRI VIKU job.is

Skólastjóri á stórfenglegum stað

Bolungarvíkurkaupstaður auglýsir stöðu skólastjóra Grunnskóla Bolungarvíkur lausa til umsóknar.

Bolungarvík skartar einstakri náttúrufegurð sem býður upp á fjölbreytta útivist árið um kring. Bærinn er sannkölluð perla fyrir fjölskyldufólk þar sem finna má auðugt og heilbrigt mannlíf, góða leik-, grunn- og tónlistarskóla, sundlaug, þreksal, íþróttahús og frábærar göngu-, hjóla- og skíðaleiðir. Í Bolungarvík er boðið upp á fjölbreytta þjónustu í göngufæri og öflugt menningarlíf með Félagsheimili Bolungarvíkur í öndvegi.

Bolungarvík er kraftmikið samfélag í einstakri umgjörð stórfenglegrar náttúru Vestfjarða þar sem tækifæri til vaxtar eru hvarvetna fyrir fyrirtæki og einstaklinga.

Starfssvið:
- Að veita skólanum faglega forystu og leiða öflugt og skapandi skólastarf í samræmi við aðalnámskrá grunnskóla og stefnu Bolungarvíkurkaupstaðar í menntamálum
- Að leiða samstarf nemenda, starfsmanna, heimila og skólasamfélagsins í heild
- Að stýra og bera ábyrgð á rekstri skólans og daglegri starfsemi

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Leyfisbréf í grunnskólakennarafræðum
- Kennslureynsla í grunnskóla er skilyrði
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi t.d. á sviði stjórnunar og/eða uppeldis- eða menntunarfræða er kostur
- Reynsla af störfum á sviði stjórnunar, rekstrar og af þróunarstarfi er kostur
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði, sjálfstæði í vinnubrögðum, hugmyndaauðgi, skipulagshæfni og leiðtogahæfileikar

Leitað er að einstaklingi sem hefur skýra framtíðarsýn í skólamálum, er skapandi og hefur mikinn metnað til þess að vinna að þróun skólasamfélagsins og ná árangri.

Staðan er laus frá 1. ágúst 2019. Launakjör eru samkvæmt samningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og Kennarasambands Íslands vegna Skólastjórafélags Íslands.

Umsókn skal fylgja greinargott yfirlit um nám og störf (ferilskrá), leyfisbréf til kennslu, kynningarbréf og meðmæli.

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 Jón Páll Hreinsson, bæjarstjóri Bolungarvíkurkaupsstaðar, í síma 450-7000 eða í gegnum netfangið jonpall@bolungarvik.is.

Umsóknarfrestur er til og með 29. apríl 2019.

www.bolungarvik.is
facebook.com/bolungarvik - gs.bolungarvik.is

Eignaumsjón er leiðandi fyrirtæki í þjónustu við húsfélög og rekstrarfélög húseigna og býður heildarlausnir í rekstri fjöleignarhúsa, bæði íbúðarhúsnæðis og atvinnuhúsnæðis. Félagið hefur umsjón með daglegum rekstri um 450 hús- og rekstrarfélaga. Áhersla okkar til framtíðar er að mæta vaxandi þörfum eigenda fasteigna með góðri þjónustu, sérþekkingu á viðfangsefnum og skilvirkum lausnum sem byggja á gagnsæi upplýsinga og umhverfisvænum gildum.

Eignaumsjón hf. – Suðurlandsbraut 30 – sími 585 4800 – www.eignaumsjon.is

Sérfræðingur á fjármálasviði

Óskum eftir að ráða sérfræðing á fjármálasviði fyrir Eignaumsjón hf.

Helstu verkefni eru:

- » Stýring fjármuna viðskiptavina Eignaumsjónar í samvinnu við fjármálastjóra
- » Stýring greiðslu reikninga fyrir viðskiptavini Eignaumsjónar
- » Samskipti við viðskiptavini Eignaumsjónar varðandi reikninga, innheimtu og áætlanir
- » Vinna við gerð rekstraráætlana fyrir viðskiptavini Eignaumsjónar
- » Samskipti við þjónustuaðila fyrir hönd viðskiptavina Eignaumsjónar
- » VSK endurgreiðslur fyrir viðskiptavini Eignaumsjónar
- » Samskipti við fjármálastofnanir fyrir hönd viðskiptavina Eignaumsjónar í samvinnu við fjármálastjóra
- » Önnur fjölbreytt dagleg störf

Hæfniskröfur: Menntun á sviði fjármála-/viðskiptafræði eða sambærileg menntun. Marktæk starfsreynsla af sambærilegum störfum er skilyrði. Áhersla er lögð á frumkvæði, fagmennsku og nákvæm vinnubrögð. Viðkomandi þarf einnig að vera lipur í mannlegum samskiptum og geta unnið sjálfstætt, sem og í hópi.

Umsóknarfrestur er til og með 17. apríl 2019. Um framtíðarstarf er að ræða og verður gengið frá ráðningu sem fyrst.
Vinsamlega sendið umsóknir og meðfylgjandi gögn til stra@stra.is.

STRÁ

Guðný Harðardóttir hjá STRÁ veitir frekari upplýsingar um starfið í síma: 588 3031. Símaviðtalstími er frá kl.13-15 alla virka daga meðan á umsóknarferlinu stendur. Þeir sem eiga umsóknir fyrirliggjandi hjá STRÁ geta hringt eða sent rafpóst og tilkynnt þátttöku.

www.skra.is
www.island.is

Fjármálastjóri

Við leitum að metnaðarfullum, snjöllum og skilvirkum einstaklingi til að leiða fjármál Þjóðskrár Íslands. Fjármálastjóri heyrir undir sviðsstjóra skrifstofu forstjóra. Starfið byggir á miklum samskiptum við stjórnendur stofnunarinnar og felst meðal annars í fjárhagslegum rekstri, áætlunargerð og eftirfylgni með áætlunum og þátttöku í nýsköpun á sviði fjármála. Um er að ræða spennandi starf þar sem viðkomandi gefst tækifæri til að þróa og innleiða nýja ferla og bæta vinnulag. Fjármálastjóri er staðgengill sviðsstjóra skrifstofu forstjóra.

Þjóðskrá Íslands hefur tvær starfsstöðvar, á Akureyri og í Reykjavík. Starfið getur verið staðsett á báðum stöðum.

Helstu verkefni:

- Yfirumsjón með reikningsskilum og fjárstýringu
- Umsjón með áætlanagerð og skýrslugerð um fjárhagsstöðu
- Gerð greiðsluáætlana og eftirlit með kostnaði
- Fjárhagslegar greiningar og gerð kostnaðarmata
- Úrvinnsla tölulegra upplýsinga fyrir stjórnendur
- Innleiðing nýrra verkefna og verklags
- Eftirlit með framkvæmd samninga
- Yfirumsjón með verkbókhaldi

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í viðskiptafræði, rekstrarhagfræði eða sambærileg menntun er skilyrði
- Marktæk reynsla af fjármálastjórnun og bókhaldi
- Þekking og reynsla af opinberum rekstri og lögum um opinber fjármál er kostur
- Þekking og reynsla af Oracle bókhaldskerfi ríkisins er kostur
- Góð tölvufærni og þekking, s.s. í Excel er skilyrði
- Góð færni til að greina gögn og finna lausnir
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og hæfni til að starfa sjálfstætt sem og í hóp
- Metnaður, skipulagshæfileikar og geta til að hafa yfirsýn og umsjón með verkefnum
- Góð íslensku- og enskukunnátta og færni til að tjá sig skipulega bæði í ræðu og riti

Hlutverk Þjóðskrár Íslands er að greiða götu fólks og fyrirtækja í samfélaginu og gæta upplýsinga um réttindi þeirra og eignir. Við sinnum því með því að safna, varðveita og miðla upplýsingum um fólk, mannvirki og landeignir. Innan starfssviðs Þjóðskrár Íslands er rekstur fasteignaskrár og þjóðskrár, útgefið fasteignamat og brunabótamat, rekstur island.is og umsjón með útgáfu vegabréfa.

Við leggjum ríka áherslu á jákvæð samskipti og góða samvinnu sem er undirstaða góðrar þjónustu. Við teljum eftirsóknarvert að fá til liðs við okkur þá sem vilja starfa í anda gilda okkar um virðingu, sköpunargleði og áreiðanleika.

Um er að ræða fullt starf og laun samkvæmt kjarasamningum ríkisstarfsmanna. Umsóknarfrestur er til og með **1. maí 2019.**

Umsóknum skulu fylgja starfsferilskrár og kynningarbréf. Umsóknir óskast sendar á netfangið **starfsumsoknir@skra.is**. Athygli er vakin á því, að umsóknir geta gilt í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Nánari upplýsingar veitir Ingibjörg Sigrún Stefánsdóttir sviðsstjóri, netfang iss@skra.is eða Guðrún Hrönn Hilmarsdóttir, netfang ghh@skra.is

Við hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um starfið.

Við kunnum vel að meta frumkvæði, nákvæmni og hraða í vinnubrögðum.
Við nýtum aðferðir straumlínustjórnunar til að verða betri í dag en í gær.

ÞJÓÐSKRÁ ÍSLANDS
REGISTERS ICELAND

Eftirlitsmaður eigna óskast á umhverfissvið

Kópavogsbær óskar eftir eftirlitsmanni eigna. Starfið felst í að annast viðhald á félagslegum íbúðum Kópavogsbæjar ásamt viðhaldi annarra eigna í samráði við deildarstjóra.

Starfssvið

- Annast daglegt viðhald félagslegra íbúða Kópavogsbæjar
- Samskipti við íbúa vegna viðhalds íbúða.
- Annast viðhald annarra mannvirkja í samráði við deildarstjóra.
- Vinnur kostnaðar- og viðhaldsáætlanir.
- Annast úttektir á almennu leiguhúsnæði.
- Sér um skráningu gagna í skjalakerfi.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Reynsla af byggingar- og viðhaldsframkvæmdum.
- Iðnmenntun sem nýtist í starfi, sveins- og meistararéttindi æskileg.
- Framhaldsmenntun á háskólastigi æskileg.
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu æskileg.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þekking í skjalavistunarkerfi ONE æskileg.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum og skipulagsfærni.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttafélags.

Konur jafnt sem karlar eru hvattir til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt í gegnum ráðningarvef Kópavogsbæjar.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Gunnar Már Karlsson deildarstjóri í síma 441-0000 eða tölvupósti **gunnarka@kopavogur.is**.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Lyfjafræðingur óskast

Hjá Lyfjaveri starfar stór og góður hópur lyfjafræðinga ásamt fjölda annarra starfsmanna.

Verkefni eru fjölbreytt og starfa lyfjafræðingar eftir breytilegu plani.

Almennur vinnutími er 8:30-16:30 og einhverja daga til kl 18.

Lyfjaver rekur vélskömmtun lyfja, apótek og heilsuverslun, lyfjaheildsölu og sinnir þjónustu við heilbrigðisstofnanir um land allt.

Lyfjaver óskar eftir að ráða lyfjafræðing til fjölbreyttra starfa hjá fyrirtækinu.

Æskilegt er að viðkomandi hafi reynslu af starfi í apóteki.

Viðkomandi þarf að vera samviskusamur, nákvæmur og skipulagður ásamt því að geta unnið undir álagi.

Umsóknarfrestur er til og með 20. apríl 2019 og óskast umsóknir með ferilskrá sendar á atvinna@lyfjaver.is. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf 1. september eða fyrr.

Nánari upplýsingar veitir Hákon Steinsson, framkvæmdastjóri, í síma 847 7767 eða hakon@lyfjaver.is.

LYFJAVER

LÆKKAÐU LYFJAKOSTNAÐINN

Opið: Virka daga 8.30-18.00 - Laugardaga 10-14
Suðurlandsbraut 22 + Sími 533 6100

Leitum að öflugu starfsfólki til eftirlitsstarfa

Vegna aukinna verkefna leitum við að öflugu starfsfólki til að starfa við eftirlit með ýmis konar framkvæmdum. Við höfum áhuga á jákvæðum einstaklingum sem hafa metnað, sýna frumkvæði í starfi og eiga auðvelt með að vinna með öðrum.

Eftirlit með byggingaframkvæmdum

Byggingarsvið leitar að byggingarverkfræðingi, byggingartæknifræðingi eða byggingafræðingi. Um er að ræða vinnu við umsjón og eftirlit byggingaframkvæmda.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í byggingarverkfræði, byggingartæknifræði eða byggingafræði
- Meira en 3ja ára starfsreynsla af umsjón og eftirliti með byggingaframkvæmdum
- Iðnmenntun og byggingarstjóraréttindi eru kostur
- Góðir samskipta- og skipulagshæfileikar
- Reynsla af notkun teikniforrita, t.d. AutoCad og Revit er kostur
- Góð kunnátta í Excel og Word
- Gott vald á íslensku og ensku

Nánari upplýsingar veitir
Elín Greta Stefánsdóttir mannauðsstjóri, egs@verkis.is

Eftirlit með samgöngu- og veituframkvæmdum

Samgöngu- og umhverfissvið leitar að verkfræðingi, tæknifræðingi eða jarðfræðingi. Um er að ræða vinnu við umsjón og eftirlit samgöngu- og veituframkvæmda.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í byggingarverkfræði, byggingartæknifræði, jarðverkfræði eða jarðfræði
- Meira en 3ja ára starfsreynsla af umsjón og eftirliti með samgöngu- og veituframkvæmdum.
- Iðnmenntun og byggingarstjóraréttindi eru kostur
- Góðir samskipta- og skipulagshæfileikar
- Reynsla af notkun teikniforrita, t.d. AutoCad og Civil 3D er kostur
- Góð kunnátta í Excel og Word
- Gott vald á íslensku og ensku

Verkís er öflugt og framsækið ráðgjafarfyrirtæki sem býður fyrsta flokks þjónustu á öllum sviðum verkfræði.

Hjá Verkís starfa yfir 300 manns að fjölbreyttum og krefjandi verkefnum á Íslandi og erlendis.

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og öllum umsóknum verður svarað.

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir um að sækja um á ráðningarvef Verkís (**umsokn.verkis.is**) fyrir 14. apríl n.k.

VERKÍS
ÞEKKING Í VERKI

Ofanleiti 2 I verkis@verkis.is I 422 8000

Fjarðabyggðarhafnir Verkefnastjóri framkvæmdasviðs

Starfið er á framkvæmdasviði og ber starfsmaður ábyrgð gagnvart sviðsstjóra framkvæmdasviðs á verkefnum sem honum eru falin. Í starfinu felst umsjón og ábyrgð á skilgreindum verkefnum sem tengjast starfsemi þjónustu- og framkvæmdamiðstöðvar. Vinna við stefnumótun hafnarinnar og áætlunargerð er snýr m.a. að gæðamálum, hafnarvernd, verndaráætlun, öryggismálum, viðbragðsáætlunum, umhverfismálum o.fl., samkvæmt fyrirmælum hafnarstjóra sem ber ábyrgð á þessum verkefnum samkvæmt hafnarreglugerð. Umsjón með að fyrirspurnum og erindum til hafnarstjórnar og eftirfylgni ákvarðana hennar.

Helstu verkefni:
- Ábyrgð og umsjón með skráningu skipakoma, vöruflutningum, aflaskráningu, álagningu gjalda og gerð reikninga.
- Skipulagning og umsjón öryggismála, hafnarverndar og mengunarvarna Fjarðabyggðahafna.
- Yfirumsjón með þjónustu hafnarstarfseminnar
- Umsjón með fyrirspurnum og erindum til hafnarstjórnar og eftirfylgni ákvarðana.
- Gerð fjárhags- og starfsáætlunar Fjarðabyggðahafnar.

Hæfiskröfur
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Umfangsmikil reynsla af rekstri eða stjórnun.
- Framhaldsháskólanám er æskilegt.
- Góð tölvukunnátta.
- Vigtarréttindi æskileg.
- Bílpróf er nauðsynlegt.
- Góð málakunnátta, íslenska og enska.
- Sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Frumkvæði og skipulagshæfni.
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hæfni til að miðla upplýsingum í töluðu og rituðu máli.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Sambands Íslenskra Sveitarfélaga við viðkomandi stéttarfélag. Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um stöðuna. Starfið er þegar laust og gott ef viðkomandi getur hafið störf með stuttum fyrirvara.

Allar frekari upplýsingar veitir Marinó Stefánsson, framkvæmdsviði, í síma 470 9000. Sótt er um starfið á ráðningarvef Fjarðabyggðar https://starf.fjardabyggd.is/storf/Default.aspx

Umsóknarfrestur er til og með 22. apríl 2019.

FJARÐABYGGÐ
fjardabyggd.is

Jafnlaunaúttekt PwC 2018

ERTU Í LEIT AÐ DRAUMASTARFINU?

Finndu þitt starf á Job.is

FRÉTTABLAÐIÐ.IS Job.is

Spennandi dagvinnustarf fyrir **hjúkrunarfræðing**

Starfið felst aðallega í að standa aðgerðir á skurðstofum, frágangi og meðhöndlun á verkfærum og umönnun sjúklinga. Starfið er mjög fjölbreytt í hröðu umhverfi. Starfið fer fram á dagvinnutíma alla virka daga og starfshlutfall er 80–90%. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Menntunar- og hæfniskröfur
- BS-próf í hjúkrunarfræði
- Reynsla af vinnu á skurðstofu eða sérmenntun í skurðhjúkrunarfræði er kostur
- Við leitum að jákvæðum og drífandi einstaklingi með góða nærveru
- Starfið hentar vel fyrir þau sem eru skipulögð og þrífast í hröðu og fjölbreyttu umhverfi

Um okkur
Hjá Læknastöðinni í Orkuhúsinu starfa rúmlega 50 manns og sérhæfing okkar er bæklunarlækningar. Árlega leita til okkar rúmlega 20.000 einstaklingar og við gerum um 5.000 aðgerðir á ári. Við leggjum metnað okkar í að veita sem besta þjónustu og bjóðum upp á líflegt og gefandi starfsumhverfi.

Nánari upplýsingar veitir Dagný Jónsdóttir framkvæmdastjóri í síma 520 0100.

Umsóknarfrestur er til og með **23. apríl 2019.**

Umsókn með starfsferilskrá og kynningarbréfi sendist á **dagnyj@orkuhusid.is**

Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

Allar umsóknir eru geymdar í 6 mánuði frá því þær berast en eftir þann tíma er þeim eytt. Haft verður samband við umsækjendur ef fleiri störf losna á tímabilinu.

LÆKNASTÖÐIN ORKUhúsið

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_

capacent.is

Sjúkratryggingar Íslands

Mannauðsstjóri

Sjúkratryggingar Íslands óska eftir að ráða mannauðsstjóra í fullt starf. Mannauðsstjóri starfar á skrifstofu forstjóra og heyrir beint undir forstjóra stofnunarinnar. Í boði er krefjandi starf í góðu starfsumhverfi. Ráðið verður í starfið frá 1. ágúst 2019 eða eftir nánari samkomulagi.

Helstu verkefni
- Yfirumsjón með mannauðsmálum og þróun mannauðsstefnu
- Ráðgjöf til stjórnenda og starfsmanna um mannauðstengd málefni
- Umsjón með ráðningarferli og starfslokum
- Kjaramál og launasetning
- Úrvinnsla starfsmannamála
- Umsjón og viðhald jafnlaunakerfis
- Túlkun kjarasamninga og gerð stofnanasamninga
- Yfirumsjón með starfsþróun og fræðslumálum
- Umsýsla mannauðsmælikvarða

Menntun og hæfniskröfur
- Háskólapróf sem nýtist í starfi og meistarapróf á sviði mannauðsstjórnunar eða vinnusálfræði
- Umtalsverð þekking og reynsla af mannauðsmálum
- Þekking á opinberri stjórnsýslu og kjarasamningum æskileg
- Þekking á mannauðskerfi ríkisins (Orra) er kostur
- Framúrskarandi samskipta- og samstarfshæfileikar
- Skipulagshæfni, frumkvæði og hæfni til að vinna sjálfstætt
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert.

Umsóknarfrestur er til og með 29. apríl 2019.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Sjúkratrygginga: www.sjukra.is/starf. Umsóknum þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá. Þess er jafnframt óskað að umsækjendur lýsi hæfni sinni til starfsins í sérstöku kynningarbréfi. Öllum umsóknum verður svarað þegar niðurstaða um ráðningu liggur fyrir. Ráðning tekur mið af jafnréttisáætlun stofnunarinnar. Umsókn gildir í 6 mánuði frá lokum umsóknarfrests.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Freyr Halldórsson, mannauðsstóri, í gegnum tölvupóst (freyr.halldorsson@sjukra.is) eða í síma 515-0012.

Upplýsingar um stofnunina má finna á heimasíðu hennar www.sjukra.is.

Virðing Fagmennska Framsækni

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, endurhæfingard. Grensási	Reykjavík	201904/788
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, öldrunarlækningadeild K1	Reykjavík	201904/787
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, öldrunarlækningadeild K2	Reykjavík	201904/786
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, öldrunarlækningadeild L3	Reykjavík	201904/785
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, hjarta/lungna/augnskurðd.	Reykjavík	201904/784
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, gjörgæsludeild Hringbraut	Reykjavík	201904/783
Hjúkrunarfræðingur/dagvinna	Landspítali, göngudeild þvagfæra	Reykjavík	201904/782
Hjúkrunarfræðingur/dagvinna	Landspítali, göngud. meltingasjúkd.	Reykjavík	201904/781
Sjúkraliði, sumarafleysing	Landspítali, Vífilsstaðir hjúkrunardeild	Garðabær	201904/780
Starfsm. í aðhlynningu, sumarafl.	Landspítali, Vífilsstaðir hjúkrunardeild	Garðabær	201904/779
Hjúkrunarfræðingur, sumarafl.	Landspítali, Vífilsstaðir hjúkrunardeild	Garðabær	201904/778
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, móttökugeðdeild	Reykjavík	201904/777
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, gjörgæsludeild Fossvogi	Reykjavík	201904/776
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, krabbameinslækningad.	Reykjavík	201904/775
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, meltingar- og nýrnadeild	Reykjavík	201904/774
Hjúkrunarfræðingur/dagvinna	Landspítali, blóð-/krabbameinslækn.	Reykjavík	201904/773
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, lungnadeild	Reykjavík	201904/772
Sjúkraliði	Landspítali, taugalækningadeild	Reykjavík	201904/771
Hjúkrunarfræðingur/dagvinna	Landspítali, göngudeild lyflækninga	Reykjavík	201904/770
Hjúkrunarfræðingur/dagvinna	Landspítali, dagdeild lyflækninga	Reykjavík	201904/769
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, taugalækningadeild	Reykjavík	201904/768
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, smitsjúkdómadeild	Reykjavík	201904/767
Hjúkrunarfræðingur	Landspítali, göngud. lungnasjúkdóma	Reykjavík	201904/759
Starf á birgðastöð	Landspítali	Reykjavík	201904/758
Sérfræðilæknir	Landspítali, svæfinga-/gjörgæslulækn.	Reykjavík	201904/757
Sérfræðilæknir	Landspítali, kvenlækningateymi	Reykjavík	201904/756
Næringafræðingur, sumarafl.	Landspítali, næringarstofa	Reykjavík	201904/755
Næringafræðingur	Landspítali, næringarstofa	Reykjavík	201904/754
Hjúkrunarfræðingur/næturvaktir	Landspítali, endurhæfingad. Grensási	Reykjavík	201904/753
Deildarlæknar	Landspítali, bráðamóttaka	Reykjavík	201904/752
Sérfræðilæknir	Landspítali, bráðadeild	Reykjavík	201904/751
Skrifstofumaður/heilbrigðisritari	Landspítali, göngudeild húð-/kynsjúkd.	Reykjavík	201904/750

Sölumaður

búnaðar fyrir sjávarútveg og verktakastarfsemi

Ásafl ehf. óskar eftir að ráða öflugan og áhugasaman einstaking í sölu og þjónustu

Þarf að hafa góða íslensku, ensku og tölvukunnáttu ásamt brennandi áhuga og þekkingu á vélbúnaði og tæknilausnum.
Vélfræðimenntun væri kostur en ekki skilyrði.

Skemmtilegt starf þar sem réttur aðili getur fengið tækifæri til að byggja upp sitt framtíðarstarf.

Upplýsingar veitir Örn H. Magnússon.
orn@asafl.is

Ásafl ehf.
Hjallahrauni 2 220 Hafnarfirði
Sími: 562 3833
Opið 8:30 – 17 virka daga
asafl@asafl.is

ÁSAFL
asafl.is

Hagþenkir
félag höfunda fræðirita og kennslugagna

AUGLÝSING UM STYRKI HAGÞENKIS 2019

Hagþenkir, félag höfunda fræðirita og kennslugagna, auglýsir eftir umsóknum um eftirtalda styrki:

Starfsstyrkir til ritstarfa
Til úthlutunar eru 15.000.000.- kr.

Starfsstyrkir vegna handritsgerðar fræðslu- og heimildarmynda
Til úthlutunar eru 3.000.000.- kr.

Ferða- og menntunarstyrkir fyrir félagsmenn Hagþenkis
Til úthlutunar á vorönn eru 2.000.000.- kr.

Umsóknarfrestur til 26. apríl kl. 13.

Allar nánari upplýsingar, úthlutunarreglur og rafræn umsóknareyðublöð eru á heimasíðu félagsins: www.hagthenkir.is
Umsækjendur fá rafræna staðfestingu í tölvupósti og kennimark umsóknarinnar. Það gildir sem kvittun og gefur færi á að lagfæra eða breyta umsókninni þar til umsóknarfresti lýkur.

Hagþenkir, Þórunnartúni 2. 105. Rvk. Sími 551-9599/ hagthenkir@hagthenkir.is

Hagþenkir, félag höfunda fræðirita og kennslugagna
Þórunnartún 2, 2 hæð. Skrifstofa nr. 7. 105 Reykjavík / Sími 551-9599
www.hagthenkir.is / hagthenkir@hagthenkir.is

ORKUBÚ VESTFJARÐA

Útboð

Borun vinnsluholu LA-17 á Laugum í Súgandafirði

Útboðið felur í sér borun á 1.100 – 1.200 metra djúpri vinnslu holu með 400 metra langri fóðringu.

Verkinu skal að fullu lokið 27. september 2019

Útboðsgögn verða afhent á skrifstofu Orkubús Vestfjarða, Stakkanesi 1, Ísafirði frá og með 3. apríl og verða þau afhent á rafrænu formi. Einnig er hægt er að panta gögnin í netfangi hb@ov.is

Tilboðum skal skila á sama stað í síðasta lagi þann **24. apríl 2019, kl. 11:00**, þar sem þau verða opnuð og lesin upp.

Orkubú Vestfjarða ohf.

ÚTBOÐ

RARIK óskar eftir tilboðum í:

RARIK 19010
Hitaveita RARIK á Hornafirði - Jarðvinna fyrir vegi, mannvirki og lagnir að Hoffelli og Stapa

Útboðsgögn er hægt að sækja án greiðslu á vef RARIK www.rarik.is/utbod-i-gangi frá og með mánudeginum 8. apríl 2019.

Skila þarf tilboðum á skrifstofu RARIK, Dvergshöfða 2, 110 Reykjavík fyrir kl. 14:00, þriðjudaginn 23. apríl 2019. Tilboðin verða þá opnuð í viðurvist þeirra bjóðenda sem óska að vera viðstaddir.

RARIK

Sími 528 9000 • www.rarik.is

Sveitarfélagið ÁRBORG

LEIK-, GRUNNSKÓLI OG TÓNLISTARSKÓLI-HÖNNUNARÚTBOÐ

Fasteignafélag Árborgar óskar eftir tilboðum frá áhugasömum og hæfum ráðgjöfum í hönnun nýbyggingar fyrir leik- og grunnskóla ásamt tónlistarskóla í Björkurstykki á Selfossi. Fyrir liggur tillaga að deiliskipulagi um 28.690 m² grunn- og leikskólalóð. Gert er ráð fyrir að byggður verði skóli fyrir um 700 börn á aldrinum 1 – 15 ára og um 100 starfsmenn. Áætluð endanleg stærð byggingarinnar er um 10.660 m² brúttó á tveimur hæðum. Gert er ráð fyrir að skólinn verði byggður í nokkrum áföngum á nokkurra ára tímabili. Áætluð stærð 1. áfanga byggingarinnar er um 3.900 m². Markmiðið er að byggja hagkvæman og vel útfærðan skóla sem mætir þörfum metnaðarfulls skólastarfs.

Fasteignafélag Árborgar óskar eftir tilboðum frá hönnunarhópum sem samanstanda af eftirfarandi faghönnuðum:

- Arkitektum,
- Verkfræðihönnuðum,
  - Burðarvirki, lagnir, loftræsing, rafkerfi, lýsingarhönnun
- Landslagsarkitektum,
- Ráðgjöfum í brunahönnun,
- Ráðgjöfum í hljóðvist.

Samkvæmt áætlun skal fullnaðarhönnun 1. áfanga lokið í júní 2020 en útboð jarðvinnu skal fara fram í maí 2020.

Útboðsgögn á USB lykli verða afhent hjá Verkís, Ofanleiti 2, 103 Reykjavík frá og með föstudeginum 5. apríl 2019.

Tilboðum skal skila á sama stað eigi síðar en föstudaginn **10. maí kl. 11:00** og verða þau þá opnuð að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

» Ráðningarþjónusta

Framleiðslustjóri garðyrkjustöðvar

Gróðrarstöðin Lambhagi ehf. óskar eftir að ráða umsjónarmann nýrrar gróðrarstöðvar sem er í uppbyggingu í Lundi í Mosfellsdal.

Um er að ræða fullt starf til framtíðar og mun viðkomandi hafa umsjón með framleiðslu á salati í stöðinni.

» Starfssvið

- Umsjón og ábyrgð á gróðrarstöð
- Umsjón með starfsfólki gróðrarstöðvar
- Skipulagning daglegra starfa og verkefna
- Almenn störf í gróðrarstöð

» Hæfniskröfur

- Menntun á sviði garðyrkjufræði, landbúnaðarverkfræði eða sambærileg menntun
- Reynsla af vinnu við lokuð ræktunarkerfi kostur
- Metnaður og frumkvæði í starfi
- Rík ábyrgðakennd, skipulögð vinnubrögð og góð hæfni í mannlegum samskiptum

Lambhagi

Í Lundi eru tvö lítil hús sem fyrirtækið hefur umráð yfir og mun viðkomandi starfsmaður eiga möguleika á að hafa búsetu í öðru þeirra ásamt fjölskyldu sinni ef svo ber undir.

Gróðrarstöðin Lambhagi ehf. var stofnuð árið 1979 og er stærsti framleiðandi og seljandi á fersku salati og kryddjurtum á Íslandi.

Nánari upplýsingar um starfið er að finna á heimasíðu HH Ráðgjafar www.hhr.is og eru áhugasamir beðnir um að sækja um starfið þar.

HH RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

» HH Ráðgjöf • Fjarðargata 13 - 15 • 220 Hafnarfjörður • Sími: 561 5900 • hhr@hhr.is • www.hhr.is

---

ÚTBOÐ

Garðabær óskar eftir tilboðum í stækkun og endurbætur á leikskólanum Kirkjubóli við Kirkjulund 1 í Garðabæ.

Verkinu verður áfangaskipt en um er að ræða nýja viðbyggingu um 80 m² að grunnfleti með útveggjum úr forsteyptum steypueiningum, viðbygging skilast fullbúin með innréttingum ásamt endurinnréttingu á eldri hluta skólans alls um 462 m².

Tilboðum skal skilað á Bæjarskrifstofu Garðabæjar **fyrir kl. 14:00 fimmtudaginn 2. maí 2019.** Þar sem þau verða opnuð í viðurvist þeirra bjóðenda sem þess óska.

Verkinu skal skilað fullbúnu til verkkaupa þann 29. nóvember 2019.

Útboðsgögn verða aðeins afhent rafrænt gegn skráningu á vef Garðabæjar: www.gardabaer.is frá og með miðvikudegi 10. apríl 2019.

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Þú finnur draumastarfið á job.is

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF Í HVERRI VIKU

job.is

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Hverfisgata endurgerð. Ingólfsstræti - Smiðjustígur,** útboð nr. 14442.
- **Ægisborg endurgerð lóðar 2019 1. áfangi – Jarðvinna,** útboð nr. 14443.
- **Smáhýsi fyrir Velferðasvið,** EES útboð nr. 14501.
- **Hverfið mitt 2019 – vestur og austurhluti. Útboð 1 Hjólabrautir,** útboð nr. 14502.
- **Hverfið mitt 2019 – vestur og austurhluti. Útboð 2 Fjölnota hreysti og klifursvæði,** útboð nr. 14503.
- **Malbiksyfirlagnir í Reykjavík 2019. Eftirlit,** útboð 14495.

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

Samstæða Orkuveitu Reykjavíkur

Allar auglýsingar vegna innkaupaferla eru birtar á

utbodsvefur.is

Utbodsvefur.is er sameiginlegur auglýsingavettvangur opinberra útboða þar sem birtar eru auglýsingar og/eða tilkynningar um fyrirhuguð innkaup.

OR Orkuveita Reykjavíkur · VEITUR · GAGNAVEITA · ON
Grunnur að lífsgæðum — Orkuveita Reykjavíkur • Bæjarhálsi 1 • 110 Reykjavík • www.or.is

ÓSKAST TIL LEIGU

EMBÆTTI LANDLÆKNIS LEIGUHÚSNÆÐI

20962 – Ríkiskaup f.h. ríkissjóðs óska eftir að taka á leigu skrifstofuhúsnæði á höfuð-borgarsvæðinu fyrir Embætti landlæknis.Umsjónaraðili er Framkvæmdasýsla ríkisins.

Miðað er við að húsnæðið verði tekið á leigu til 10 ára, fullbúið til notkunar, án lauss búnaðar. Embætti landlæknis er stjórnsýslu- og eftirlitsstofnun á sviði heilbrigðisþjónustu og lýðheilsu sem ætlað er að stuðla að heilbrigði landsmanna með margvíslegum hætti. Embætti landlæknis þarf að vera staðsett á höfuðborgarsvæðinu og kostur að húsnæðið sé í nálægð við helstu samstarfsaðila. Gerð er krafa um gott aðgengi þ.m.t. fyrir hreyfihamlaða, hjólandi og gangandi. Húsrýmisþörf er áætluð um **1480 fermetrar**. Húsnæðið er hefðbundið skrifstofu- og þjónustuhúsnæði.

Frekari upplýsingar um þær kröfur sem húsnæðið verður að uppfylla við afhendingu verða aðgengilegar á heimasíðu Ríkiskaupa www.rikiskaup.is þriðjudaginn **9. apríl 2019.**

Við mat á hagkvæmni tilboða verður m.a. tekið tillit til leiguverðs, stærð húss og skipulags þess út frá fyrirhugaðri starfsemi, öryggis, afhendingatíma, staðsetningu, aðkomu og bílastæðum.

Fyrirspurnir varðandi verkefni **20962** skulu sendar á netfangið www.utbod@rikiskaup.is og verða svör birt á vef Ríkiskaupa.
Fyrirspurnarfrestur rennur út miðvikudaginn **17. apríl** en svarfrestur er til og með **26. apríl 2019**.

Leigutilboðum skal skila til Ríkiskaupa, Borgartúni 7, 105 Reykjavík, eigi síðar en kl. 14:00 þriðjudaginn **30. apríl 2019.**

Merkja skal tilboðin; nr. 20962– Embætti landlæknis - Leiguhúsnæði.

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

Gögn sem fylgja skulu tilboði þurfa m.a. að innihalda eftirfarandi upplýsingar:

- Afhendingartíma húsnæðis
- Staðsetningu, stærð og aldur húsnæðis og tillögutei-kningar
- Fjölda bílastæða, aðkomu að lóð og byggingu
- Leiguverð per/m2 og heildarleiguverð
- Húsgjöld
- Gildandi deiliskipulag svæðis þ.e. lóðar og aðlægra lóða
- Tilvísun í gildandi aðalskipulag
- Áskilinn er réttur til að óska eftir því við leigusala að hann leggi fram úttektarskýrslu, frá óháðum aðila, um að húsnæðið sé laust við myglu. Það skal gert áður en skrifað er undir leigusamning.

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

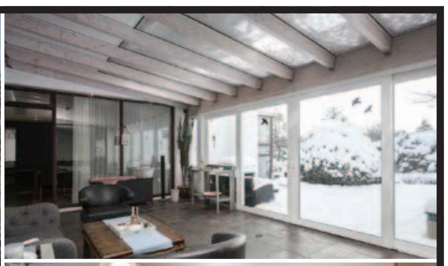
RÍKISKAUP

Árland 6 108 Reykjavík

OPIÐ HÚS sunnudag 7. apríl kl. 13.30-14.00

Herbergi: 7 | Stærð: 293 m²

Verð: 127.000.000



Mjög vel staðsett einbýlishús á einni hæð á stórri og fallegri lóð neðarlega í Fossvoginum. Eignin er skráð skv f.m.r 262,1 fm og að auki er 31fm sólskáli sem var byggður árið 2000 og er ekki inni í skráðum fermetrafjöld.

Húsið er teiknað af Gunnari Hansen arkitekt og byggingarár er 1971. Gólfsíðir gluggar, stórar og bjartar stofur, fallegur arinn, þrjú salerni og fjögur svefnherbergi er meðal þess sem einkenna húsið. Garðurinn er stór, gróinn og skjólgóður með verönd og heitum potti.

Frábær staðsetning, húsið stendur við óbyggt svæði að hluta og örstutt er út í fallegar gönguleiðir í Fossvoginum og alla þjónustu. Eignin þarfnast viðhalds.

Hafdís
löggiltur fasteignasali
820 2222

LAUGAVEGUR – TÆKIFÆRI

Vel staðsett 165 fm. atvinnuhúsnæði á eftirsóttum stað á Laugaveginum. Staðurinn er á neðstu hæð/kjallara sem skiptist í veitingahús 98,1 fm, vörugeymsla í bakhúsi 26,9 fm og starfsmannaaðstöðu 37 fm samtals 162 fm.

Vínveitingarleyfi og leyfi til reksturs veitingahúss í flokki II í húsnæðinu.

Frekari upplýsingar: info@vy.is

HELGAFELL
FASTEIGNASALA
s: 566-0000 • helgafellfasteignasala.is

Gunnar Sv. Friðriksson
löggiltur fasteignasali
S: 842 2217

DALPRÝÐI 13 – EINBÝLI Í GARÐABÆ

Opið hús mánudaginn 8. apríl milli kl. 17:30 og 18:15

Glæsilegt 312 fm. einbýlishús á þremur pöllum við Dalprýði í Garðabæ. Fimm svefnherbergi og tvö baðherbergi. Húsið er heilklætt með læstri Zink klæðningu frá Blikksmiðjunni Vík. Vandaðar hurðir og Rayners álgluggar með solstop speglagleri. Arkitekt hússins er Pálmar Kristmundsson sem hannaði það með tilliti til náttúru og umhverfis.
Verð mkr. 149,7

ERTU Í LEIT AÐ DRAUMASTARFINU?

Finndu þitt starf á Job.is

FRÉTTABLAÐIÐ.IS Job.is

Einhella 3
221 Hafnarfirði

Atvinnuhúsnæði til sölu í heilu lagi eða í 2-4 hlutum. Eignin er á Völlunum í Hafnarfirði.
Lóðin er 5108,9 fm að stærð.
Afhending er í júní/júlí 2019.
Húsið er samtals 1370 fm að stærð og greitt hefur verið fyrir byggingarrétt fyrir allt að 800 fm til viðbótar. Lóðin verður girt af að hluta og malbikuð.

Nánari upplýsingar veitir:
Jason Ólafsson, lögg. fasteignasali
jassi@miklaborg.is **sími:** 775 1515

Verð :
380 millj.

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Gistihús · Heimili · Íbúðir

Fjársterkur aðili leitar að gistihúsi eða einingum m. gistirekstrarleyfi.

Staðsetning nánast hvar sem er á höfuðborgarsvæðinu.

Verðhugmyndir **150-200 millj.**

Nánari upplýsingar veitir:
Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is **sími:** 695 5520

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

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

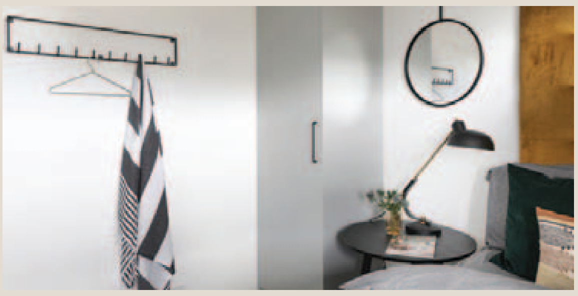
SÖLUMENN Á STAÐNUM - ÁHUGASAMIR VELKOMNIR

Dalsbraut 26-28-30

Dalsbraut er á góðum stað í ytri Njarðvík þar sem stutt er út á braut og akstur til Hafnarfjarðar er einungis um 20 mín

OPIÐ HÚS

laugardaginn 6. apríl kl. 13:00 – 14:00



Um er að ræða þriggja og fjögurra herbergja vel skipulagðar íbúðir í þremur litlum fjölbýlishúsum.

Hvert hús er tveggja hæða með 11 íbúðum og stærð íbúða er frá 74,3 fm til 108,2 fm.

Með íbúðum á 1. hæð fylgir stór séreignagarður sem heimilt er að girða af samkvæmt teikningu.

Húsin standa á stórri lóð, með fjölda bílastæða og hleðslustöðvum fyrir rafmagnsbíla.

Innréttingar eru allar hannaðar af Hönnu Stínu innanhúsarkitekti

Stutt er í alla þjónustu að Fitjum.

Stapaskóli, einn glæsilegasti leik-og grunnskóli landsins er að rísa í þessu blómlega hverfi, steinsnar frá íbúðunum.

Falleg náttúra er allt um kring og stutt er í ýmiss konar útivistarmöguleika.

verð frá: **29,9 millj.** til **39,9 millj.**

MIKLABORG **Með þér alla leið**

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

Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir
Sölustjóri. Viðskiptafr., lögg. fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, leigumiðlari.
S: 899-5949

Bára Daníelsdóttir
Skrifstofustjóri
S: 693-1837

Gylfi Jens Gylfason
hdl., löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.
S: 822-5124

Garðar Kjartansson
Sölufulltrúi
S: 853-9779

Sólveig Regína Biard
Skjalavinnsla,
S: 869-4879

Styrmir Þór Sævarsson
Sölufulltrúi
S: 846-6568

Jóna Benný Kristjánsdóttir
Lögmaður. Löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.
S: 869-8650

Gunnar Þórisson
Viðskiptafræðingur, Sölufulltrúi
S: 692-6226

Einar Örn Guðmundsson
Viðskiptafræðingur Sölufulltrúi
S: 823-4969

Garðar B. Sigurjónsson
Sölufulltrúi
S: 898-0255

Guðbjörg Helga Jóhannesdóttir
Viðskiptafræðingur Sölufulltrúi
S: 897-7712

Garðar Hólm Birgisson
Löggiltur fasteignasali
S: 899-8811

Sogavegur 140 – 108 Reykjavík

OPIÐ HÚS Í DAG LAUGARDAG KL. 13:00 – 13:30

Rúmgott og mikið endurnýjað 80,7 fm 3ja herbergja parhús með suðurgarði. Gott geymsluloft er yfir eigninni sem ekki er inni í fermetratölu eignar. Leyfilegt er að byggja skv. deiliskipulagi tvíbýli á lóðinni eða í heild 269,5 fm vegna stærðar lóðar og eru því stækkunar möguleikar upp á 188,8 fm. **Nánari upplýsingar veitir Kristján Baldursson í síma 867-3040, kristjan@trausti.is Verð: 44,9 millj.**

Álfaberg 24 – 221 Hafnarfjörður

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 8. APRÍL KL. 18:00 – 18:30

Rúmgóð og björt 3ja herbergja íbúð með sérinngang auk bílskúrs á neðri sérhæð í góðu tvíbýlishúsi. Eignin er skráð alls 118,4 fm, þar af er bílskúrinn 31,3 fm. Sólpallur og heitur pottur er á sérafnotarétt eignarinnar. **Nánari upplýsingar veitir Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir í síma 899-5949, gudbjorg@trausti.is Verð: 45,9 millj.**

Jöklasel 21 – 109 Reykjavík

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 9. APRÍL KL. 17:00 - 17:30

Falleg og björt 155,3 fm íbúð á tveimur hæðum. Hluti efri hæðar er undir súð svo gólfflötur er stærri en uppgefin fermetratala. Í dag eru í eigninni 3 svefnherbergi en gert er ráð fyrir tveimur í viðbót og auka baðherbergi í ókláruðu rými á rishæð. Tvennar svalir. Eign sem býður upp á mikla möguleika. **Nánari upplýsingar veitir Styrmir Þór Sævarsson í síma 846-6568, styrmir@trausti.is Verð: 54,9 millj.**

Smáraland 17 – 800 Selfoss

OPIÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 10. APRÍL KL. 17:30 – 18:00

Einstaklega fallegt og rúmgott 3ja til 4ra herbergja 80 fm raðhús á einni hæð með góðum sólpalli við Smáraland á Selfossi. Geymsluloft er yfir allri eigninni sem ekki er inni í fermetratölu eignarinnar. Eign þar sem hver fermeter nýtist vel. **Nánari upplýsingar veitir Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir í síma 899-5949, gudbjorg@trausti.is Verð: 35,9 millj.**

Opið hús | Mán. 8. apríl frá kl. 17:30-18:00

GRENIMELUR 43 — 107 REYKJAVÍK

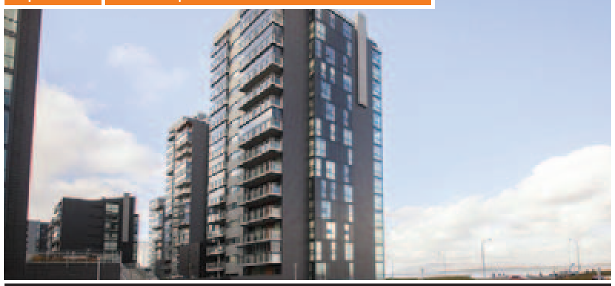
ÍBÚÐ | 3 HERBERGI | 87m²

VERÐ: 46.9M

GLÆSILEG OG MIKIÐ ENDURNÝJUÐ ÍBÚÐ

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882

Opið hús | Þri. 9. apríl frá kl. 17:30-18:00



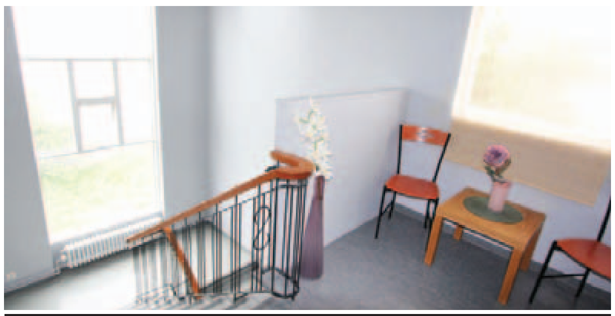
VATNSSTÍGUR 20-22 — 101 REYKJAVÍK

ÍBÚÐ | 3 HERBERGI | 174m²

VERÐ: 129M

STÆÐI Í BÍLASKÝLI - FALLEGT ÚTSÝNI

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882



HEIL HÚSEIGN - 6 ÍBÚÐIR — 300 AKRANES

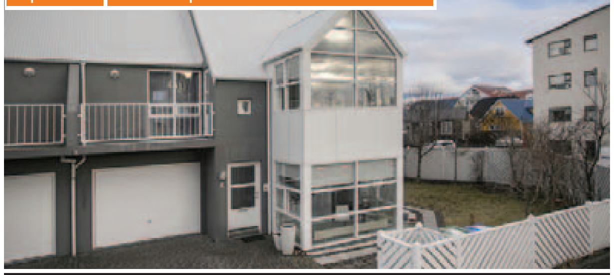
6 ÍBÚÐA HÚS | GÓÐIR TEKJUMÖGULEIKAR | 543m²

VERÐ TILBOÐ

LANGTÍMA LEIGUSAMNINGUR

ÞÓRA BIRGISDÓTTIR 777 2882

Opið hús | Sun. 7. apríl. frá kl. 15:00-15:30



AFLAGRANDI 6 — 107 REYKJAVÍK

ENDARAÐHÚS | 6 HERBERGI | 167.3m²

VERÐ: 87.9M

FALLEGT ENDARAÐHÚS Í VESTURBÆNUM

ÚLFAR 897 9030 og BÖÐVAR 660 4777

CAFE RIIS — 510 HÓLMAVÍK

FYRIRTÆKI | STÆRÐ: 265.7m²

VERÐ: 50M

VEITINGA- OG VEISLUÞJÓNUSTA

HÉÐINN BIRNIR 848 4806

ÁLALÆKUR

Opið hús laugardaginn

6 apríl kl. 15:00-16:00

18, 20, 22 og 28

Íbúðirnar eru þriggja herbergja og eru frá **78,5** til **81,3 fm.**
Fjórar íbúðir eru í hverju húsi og eru allar íbúðir með sérinngangi.
Íbúðir efri hæða eru með 13,7 fm svölum og íbúðir neðri hæða eru með jafn stóran afnotarétt.
Íbúðirnar afhendast fullbúnar með parketi. Gólfhiti í öllum íbúðum.
Fyrstu íbúðir afhendast í maí 2019. Verð frá

33.400.000kr - 33.900.000kr.

Kristján 696-1122
kristjan@fastlind.is
löggiltur fasteignasali

Stefán 892-9966
stefan@fastlind.is
löggiltur leigumiðlari

LIND FASTEIGNASALA

EIGNAMIÐLUN

60 ÁRA FRAMÚRSKARANDI SÍÐAN 1957

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 | GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090

ÞÓRSGATA 21
101 REYKJAVÍK

Góð 81.9 fm 3ja herb. íbúð á jaðhæð. Parket á gólfum, baðherbergi með sturtu. Eldhúsið er með viðarinnréttingu. **V. 42,9 m**
Opið hús sunnudaginn 7. apríl milli kl. 12:00 og 12:30
Nánari uppl. Daði Hafþórsson lg. fs. s. 824 9096, dadi@eignamidlun.is

ÓÐINSGATA 4
101 REYKJVAVÍK

82,4 fm. sjarmerandi 3ja herbergja íbúð á 3. hæð í fallegu gömlu húsi í hjarta miðborgarinnar. Einstakt útsýni er úr íbúðinni að Hallgrímskirkju annars vegar og hins vegar til vesturs m.a. yfir Snæfellsjökul. **V. 45,6 m**
Opið hús sunnudaginn 7. apríl milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Hrafnhildur Björk Baldursdóttir lg.fs. 862 1110, hrafnhildur@eignamidlun.is

SKEIÐARVOGUR 29
104 REYKJVAVÍK

158 fm. góð 5 herbergja íbúð á tveimur hæðum á fjölskylduvænum stað í Vogahverfi. Sérinngangur. Fjögur svefnherbergi. Skjólsæll garður. Bílskúr í sérstæðu þriggja skúra húsi. Stutt í alla helstu þjónustu. **V.68,5 m**
Opið hús laugardaginn 6. apríl milli kl. 16:00 og 16:30
Nánari uppl. Hrafnhildur Björk Baldursdóttir lg.fs. 862 1110, hrafnhildur@eignamidlun.is

NAUSTABRYGGJA 13
110 REYKJAVÍK

Falleg 102,1 fm. 4ra herbergja íbúð á tveimur hæðum í snyrtilegu lyftuhúsi ásamt stæði í lokuðu bílastæðahúsi. Skjólgóðar suðursvalir. Íbúðin er á fjórðu og efstu hæð. **V. 40,9 m**
Opið hús sunnudaginn 7. apríl milli kl. 15:00 og 15:30
Nánari uppl. Hrafnhildur Björk Baldursdóttir lg.fs. 862 1110, hrafnhildur@eignamidlun.is

FROSTAFOLD 23
112 REYKJAVÍK

59,4 fm. 2ja herbergja íbúð á 2. hæð í snyrtilegu 6 íbúða fjölbýli. Stórar og góðar svalir. **V. 31,9 m**
Opið hús sunnudaginn 7. apríl milli kl. 16:00 og 16:30
Nánari uppl. Hrafnhildur Björk Baldursdóttir lg.fs. 862 1110, hrafnhildur@eignamidlun.is

KRISTNIBRAUT 51
113 REYKJAVÍK

Rúmgóð og vel skipulögð 142,8 fm 4ra herb. endaíbúð með sér inngangi. Tvennar svalir til suðurs og austurs. **62,9 m**
Opið hús miðvikudaginn 10. apríl milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

MOSAGATA 2 - URRIÐAHOLT
210 GARÐABÆR

Nýjar fullbúnar útsýnisíbúðir. Granít borðplötur, Axis innréttingar, vönduð gólfefni, gott skipulag. Skilalýsing á skrifstofu.
AÐEINS 3 ÍBÚÐIR EFTIR Verð frá 51,9 m.
Opið hús sunnudaginn 7. apríl milli kl. 12:00 og 12:30
Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

VÍÐIHVAMMUR 28
200 KÓPAVOGUR

Gott 240 fm einbýlishús með tveimur íbúðum í suðurhlíðum Kópavogs. Sér inngangur er í báðar íbúðir en einnig er hægt að ganga á milli hæða. **Tilboð**
Opið hús laugardaginn 6. apríl milli kl. 13:00 og 13:30
Nánari uppl. Hilmar Þór Hafsteinsson lg.fs. s. 824 9098, hilmar@eignamidlun.is

EIGNAMIÐLUN

60 ÁRA FRAMÚRSKARANDI SÍÐAN 1957

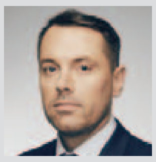
SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 | GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090

TIL SÖLU EÐA LEIGU
55 HERBERGJA HÓTEL Á KEFLAVÍKURFLUGVELLI

Um er að ræða heildareignin við Valhallarbraut 761 í Reykjanesbæ - samtals 2.930 fm. Í húsinu sem er skráð gistiheimili eru í dag alls 55 stór herbergi á tveimur hæðum. Mögulegt væri að fjölga í 60-65 herbergi. Hvert herbergi er með baðherbergi og sum með sér svefnherbergi. Herbergin eru búin húsgögnum að hluta og er stærð 29 fm til 46 fm.

Guðlaugur I. Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
Sími 864 5464

Hilmar Þór Hafsteinsson
löggiltur fasteignasali
hilmar@eignamidlun.is
Sími 824 9098



HERKASTALINN ER EITT MERKASTA OG SÖGUFRÆGASTA HÚS REYKJAVÍKUR

Húsið stendur á fallegum stað við Kirkjustræti 2 og er friðað að utan. Heimild er til að reka þar gistiheimili. Húsið er teiknað af Einari Erlendssyni byggt árið 1916 og er 1405,4 fm að stærð og skiptist í kjallara þrjár hæðir og rishæð. Húsið er skráð gistiheimili í þjóðskrá.

Guðlaugur I. Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
Sími 864 5464

Kjartan Hallgeirsson
löggiltur fasteignasali
kjartan@eignamidlun.is
Sími 824 9093

EIGNAMIÐLUN

SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

60 ÁRA
FRAMÚRSKARANDI
SÍÐAN 1957

GRENSÁSVEGUR 11 — SÍMI 588 9090

OPIÐ HÚS Í SÝNINGARAÐSTÖÐU AÐ EFSTALEITI 27 SUNNUDAGINN 7. APRÍL, KL. 13.00 -14.00

Efstaleiti 19-27
Lágaleiti 1-9

NÚTÍMALEGT ÍBÚÐARHVERFI Á BESTA STAÐ Í BORGINNI

VANDAÐAR OG NÚTÍMALEGAR ÍBÚÐIR SEM HENTA MISMUNANDI FJÖLSKYLDUSTÆRÐUM
Efstaleitið er sannkallað miðborgarhverfi í göngu-færi við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði.

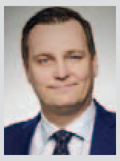
Verð frá 28.400.000 kr. / Afhending fyrstu íbúða apríl-maí 2019

Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna fyrir utan votrými. Rut kára innanhúsarkitekt sá um að velja samana efni og liti á innréttingum. Sér bílastæði í bílageymslu með flestum íbúðum.

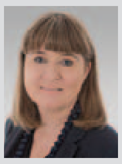
Guðlaugur I. Guðlaugsson
löggiltur fasteignasali
gudlaugur@eignamidlun.is
Sími 864 5464

Þórarinn M. Friðgeirsson
löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
Sími 899 1882

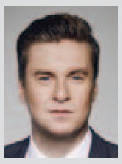
Ármann Þór Gunnarsson
löggiltur fasteignasali
armann@eignamidlun.is
Sími 847 7000



Hrafnhildur Björk Baldursdóttir
löggiltur fasteignasali
hrafnhildur@eignamidlun.is
Sími 862 1110



Hreiðar Levy Guðmundsson
nemi til lögg. fasteignasala
hreidar@eignamidlun.is
Sími 661 6021



OPIÐ HÚS Í SÝNINGARÍBÚÐ AÐ LYNGÁSI 1 SUNNUDAGINN 7. APRÍL, KL. 13.00 -14.00

Garðabær – Lyngás 1

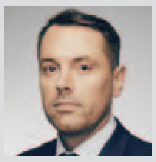
BJARTAR OG NÚTÍMALEGAR ÍBÚÐIR MEÐ HAGNÝTU SKIPULAGI

NÝJAR ÍBÚÐIR Í SÖLU MIÐSVÆÐIS Í GARÐABÆ
Hagkvæmar 3ja og 4ra herbergja íbúðir með stæði í bílageymslu. Íbúðirnar eru miðsvæðis í Garðabæ, í göngufæri frá skólum, sundlaug, íþróttasvæði og verslun. Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna.

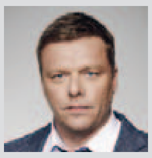
Verð frá 45,9 m.

Afhending í maí nk.

Hilmar Þór Hafsteinsson
löggiltur fasteignasali
hilmar@eignamidlun.is
Sími 824 9098



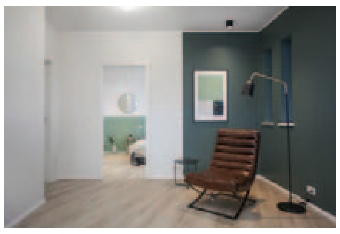
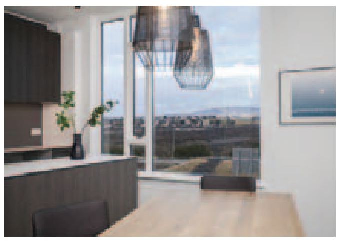
Daði Hafþórsson
löggiltur fasteignasali
dadi@eignamidlun.is
Sími 824 9096



RE/MAX Senter

Holtsvegur 2-6

Opið hús sunnudaginn 7. apríl, Kl. 15:00-15:30

Upphaf fasteignafélag slhf. er alhliða fjárfestir á íbúðamarkaði sem tekur þátt í verkefnum á öllum stigum byggingarferilsins. Markmið félagsins er að byggja næstu árin allt að 200 til 250 hagkvæmar íbúðir á ári, sem eru ætlaðar litlum og meðalstórum fjölskyldum. Íbúð- irnar eru ýmist ætlaðar til útleigu eða sölu.
Verkefnin eru unnin fyrir félagið af fjölmörgum byggingarverktökum. Félagið vinnur einnig að þróunarverkefnum lóða og svæða, endurbótum og breytingum á eldra húsnæði.

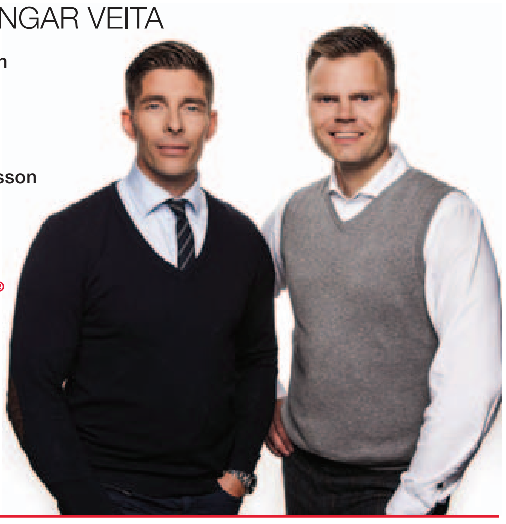
Upphaf er með um 900 íbúðir í þróun, byggingu, sölu eða leigu á höfuðborgarsvæðinu öllu.
Heimasíða félagsins er www.upphaf.is og síminn er 519 3300.

Aðeins 11 íbúðir eftir af 24!

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson
Löggiltur fasteignasali
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

Skyggnisbraut 4 og 6, opið hús sunnudaginn 7. apríl, Kl. 13:30-14:00

Til sölu fullbúnar 3ja til 5 herbergja íbúðir á frábærum stað í Úlfarsárdal

Nýjar og fullbúnar íbúðir við Skyggnisbraut 4 og 6 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 inn- réttingu 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.

Aðeins 9 íbúðir eftir af 64

Friggjarbrunni 53, opið hús sunnudaginn 7. apríl, Kl. 13:30-14:00

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.

SÖLUSÝNING

4 seldar af 14

SUNNUDAGINN 7. APRÍL - KL. 14:00 - 14:30

Nýja íbúðir í 101 frá 29,9millj.

Glæsilegar fullbúnar íbúðir á Hljómalindarreit frá 29 millj.

ALLAR UPPLÝSINGAR VEITA

Gunnar Sverrir Harðarson
Löggiltur fasteignasali
Sími 862 2001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 899 6753
arg@remax.is

RE/MAX Senter

Tökum vel á móti gestum á **Klapparstíg 30**.

STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984

535-1000
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK

FÉLAG FASTEIGNASALA
Þorlákur Ómar Einarsson
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI

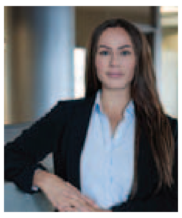
TANGABRYGGJA 13-15, 110 REYKJAVÍK

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 6. APRÍL OG SUNNUDAGINN 7. APRÍL MILLI KL 12:30-13:30

Stakfell kynnir til sölu: Fallegar íbúðir í nýbyggingu að Tangabryggju 13-15

Íbúðir afhendast fullbúnar með innbyggðum ísskáp, uppþvottavél og gólfefnum. Stærð íbúða er frá 45,2m² – 191m² og eru ýmist svalir eða pallur í séreign. Stæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum.

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA:



MATTHILDUR SUNNA ÞORLÁKSDÓTTIR
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
GSM 690 4966
matthildur@stakfell.is

ERLA DROFN MAGNÚSDÓTTIR
Lögfræðingur
Löggiltur fasteignasali
GSM 692 0149
erla@stakfell.is

Verð frá: 35.5M

GRUNNUR AÐ GÓÐU LÍFI

HÚSASALAN

Síðumúla 33 - 537-9000 - husasalan.is - husasalan@husasalan.is

Geir Sigurðsson
s: 655-9000
Lögg. fast.

Aðalsteinn Steinþórsson
s: 896-5865
Lögg. fast.

Benedikt Ólafsson
s: 661-7788
Lögg. fast.

JÁKVÆÐNI - HREINSKILNI - SAMVISKUSEMI
30 ÁR
REYNSLA / SÖLU FASTEIGNA

Fléttuvellir 25, 221 Hafnarfirði.

Opið hús á sunnudaginn 7. apríl frá kl. 16.00 – 16.30.
VERIÐ VELKOMIN.
Einstaklega fallegt og vel skipulagt 5 herb. 206,8 fm. einbýlishús á einni hæð með góðum bílskúr. Björt og vel skipulögð eign með góða lofthæð. Á gólfi er parket og flísar, vandaðar sérsmíðaðar innréttingar, hallogenlýsing í lofti vönduð blöndunartæki. Björt og vönduð eign sem vert er að skoða. **V. 88,2 m.**
Benedikt sími: 661-7788

Kleifarsel 57 Rvk. Parhús.

Opið hús á sunnudaginn 7. apríl kl. 17.00 – 17.30
VERIÐ VELKOMIN.
Parhús á tveimur hæðum ásamt bílskúr samtals 209,4fm. Húsið skiptist í forstofu, gang, stigahol, sex svefnherbergi tvö baðherbergi, þvottaherbergi, opið eldhús, tvær stofur og geymslur m.a. hluti bílskúrs. **V. 74,9 m.**
Geir sími: 655-9000

Sóltún 11

Opið hús á sunnudaginn 7. apríl kl. 16.00 – 16.30.
VERIÐ VELKOMIN.
Stór og björt 108,7 fm þriggja herbergja íbúð á 2. hæð ásamt bílastæði í bílageymslu. Glæsilegt og vel staðsett lyftuhús. Sérinngangur af svölum. Óvenju stór parketlögð stofa með opnu eldhúsi og stórum suðursvölum. Sér þvottaherbergi í íbúð. Aukin hljóðvist. **V. 57,9 m.**
Geir sími: 655-9000

Háaleitisbraut 40

Opið hús á mánudaginn 8. apríl kl. 17.30 – 18.
VERIÐ VELKOMIN.
Mjög góð 4 herb. íbúð á 2. hæð ásamt bílskúr, samtals 132,8 fm í afar vel staðsettu húsi. Samliggjandi stofa og borðstofa, vestursvalir, eldhús, 3 svefnherb., baðherbergi, hol, bílskúr og sérgeymsla. Stutt er í skóla, verslanir, þjónustu, íþróttir og heilsugæslu. **V. 49,7 m.**
Aðalsteinn sími: 896-5865

2 íbúðir - Rauðarárstígur 38

Opið hús á Þriðjudaginn 9. apríl kl. 17.30 – 18.00.
VERIÐ VELKOMIN.
Glæsilegar og mikið endurnýjaðar íbúðir á jarðhæð. Opin eldhús við stofur- nýjar og fallegar innréttingar. Innfelld lýsing. Flotuð gólf, gólfhiti o.fl. - 3ja herb. v. 38,6 m. og 2ja herb. **V. 29,3 m.**
Geir sími: 655-9000

Tónahvarfi 6 Kópavogi. Atvinnuhúsn.

Opið hús mánudaginn 8 apríl frá kl. 18.00 til 18.30.
Þrjú fullbúin 204 fm. atvinnuhúsnæði með millilofti, möguleiki á að stækka milliloftið, gengið inn að ofanverðu. Stórbrotið útsýni, svalir með glæsilegt útsýni til norðvestur. Á neðri hæð, þrjú fullbúin 140 fm. og eitt 191 fm. Húsnæðið er með 3,8 metra háa innkeyrsluhurð. Frábær staðsetning, framtíðarhverfi við Vatnsendahvarf. **Verð frá 40,6 - 59,1 m.**
Benedikt sími: 661-7788

Lambhagavegur 13, Reykjavík.

Opið hús mánudaginn 8 apríl frá kl. 17.00 til 17.30.
SÍÐASTA BILIÐ Í HÚSINU AFHENDIST VIÐ KAUPSAMN.
Nýtt fullbúið 214 fm. atvinnuhúsnæði. Frábær staðsetning, framtíðarhverfi við Úlfarsárdalinn. Stórbrotið útsýni, svalir með glæsilegt útsýni til vesturs. Húsnæðið er með 3,8 metra háa innkeyrsluhurð, gengið inn að ofanverðu. Möguleiki að stækka milliloftið. **V. 62,9 m.** ‘
Benedikt sími: 661-7788

Góð sala
mikil eftirspurn
allir velkomnir!

Vantar allar tegundir
eigna í sölu.

VINSÆLAR FERMINGARGJAFIR 2019

17

FRÁ 6.995 KR

11.995 KR

FRÁ 26.995 KR

22.995 KR

29.995 KR

HERSCHEL FERÐATASKA

Flott og vönduð ferðataska frá HERSCHEL. Taskan er einstaklega létt og er búin 4 tvöföldum hjólum sem snúast í 360 gráður, TSA lási og skilrúmi.

6.995 KR

16.995 KR

GALLERISAUTJAN GALLERI17

KRINGLAN I SMÁRALIND

galleri sautján

Breytir pitsuleiknum

Svo virðist sem allir séu á ketó mataræðinu. Það eru margir í það minnsta að prófa sig áfram í því. Ketó er frekar einhæft en nú er hægt að prófa sig áfram með ketó pitsu á Blackbox.

Ég hef trú á að þetta breyti pitsuleiknum," segir Jón Gunnar Geirdal, einn af eigendum Blackbox, en staðurinn býður nú upp á ketó botna. Það eru innan við 10 grömm af kolvetnum í hverjum botni sem gerir hann að einum heilsusamlegasta pitsubotni landsins.

Það að botninn sé „ketó" þýðir ekki að hann innihaldi 0 grömm kolvetni heldur að hann passi inn í þennan ramma sem fólk hefur til þess að halda sér í ketónísku ástandi, þ.e. að halda sér undir 20 g af kolvetnum á dag.

„Ketó eru trúarbrögð þannig að þetta verður að vera alveg 100% og akkúrat þess vegna liggur öll þessi vinna að baki hjá okkur í fullkomna botninn. Innihaldslýsingin er líka ketó fólki mjög mikilvæg og þeir sem kjósa að fá sér svona botn geta séð alveg nákvæmlega hvað er í honum þegar þeir mæta til okkar."

Jón Gunnar og Karl Viggó, bakari og einn af eigendum Blackbox, eyddu ómældum tíma í að búa til botninn. „Áferðin varð að vera eins og á pitsubotni og tilfinningin þannig að það sé verið að borða pitsu, það var okkur gríðarlega mikilvægt. Það er nefnilega rík ástæða fyrir öllu á matseðlinum á Blackbox og á bak við hvert atriði eða hráefni liggja miklar pælingar og botnlaust smakk.

„Áferðin varð að vera eins og á pitsubotni og tilfinningin þannig að það sé verið að borða pitsu, það var okkur gríðarlega mikilvægt," segir Jón Gunnar meðal annars. Fyrir utan pitsurnar er komin dásamleg salatskál sem hressir, bætir og kætir.

Tilfinningin á að vera að þú sért að borða pitsu, holla pitsu og það hefur loksins tekist. Nú er hægt að fá sér pitsu með kolvetnasnauðu samviskubiti," segir Jón.

Krúnudjásnið er alltaf ofninn sem bakar pitsurnar á aðeins tveimur mínútum. Ofninn fer í rúmar 400 gráður og það er erfitt að sjá hann ekki þegar maður gengur inn á Blackbox staðinn. „Hann er rokkstjarnan á þessum stað og líka uppi í Mosfellsbæ, þar sem við opnum núna í apríl enn stærri stað sem gaman verður að frumsýna."

Stoltir eigendur. Tveir af eigendum Blackbox, Jón Gunnar og Karl Viggó bakari, eyddu ómældum tíma í að búa til botninn. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ketó

Í mjög einfölduðu máli snýst ketó um að borða þannig að líkaminn skipti úr því að nota kolvetni sem orkugjafa yfir í að nota fitu sem orkugjafa, samkvæmt vef heilsu.is. Allar kornvörur, brauð, kex, pasta, sterkjurík grænmeti og flestir ávextir eru t.d. útilokaðir. Flestir eru líklega að nota ketó til að léttast, brenna fitu af líkamanum. Það virkar oft mjög vel og hratt en fólk lendir oft í vandræðum með þetta mataræði til lengri tíma litið.

Ástæðurnar geta t.d. verið að fólk fái leiða á mataræðinu sem verður of einhæft.

Frábært salat sem hægt er að henda í hvenær sem er.

Frábært kjúklingasalat

Gott taco-salat með kjúklingi er frábær kvöldverður og ef það verður afgangur þá er vel hægt að hafa það í nesti daginn eftir. Ef það er gott veður er auðvitað best að grilla kjúklinginn á útigrilli. Þá fær hann góða húð og verður safaríkur. Þá er sömuleiðis alltaf mjög gott að marinera kjúklinginn í nokkra tíma áður en hann er eldaður.

Þetta salat er ekki bara bragðgott heldur einnig fallegt á litinn. Það er hægt að nota eitt og annað í salatið eftir því hvað til er í ísskápnum. Í þessu salati eru meðal annars kirsuberjatómatar, lárpera og maísbaunir en gott er að strá smá tortilla-nasli yfir.

Látið kjúklinginn hvíla í stutta stund eftir eldun áður en hann er skorinn í sneiðar svo hann verði safaríkur.

Salatið

300 g blandað salat eftir smekk
1 græn paprika
150 g kirsuberjatómatar, skornir til helminga
3-4 vorlaukar, í sneiðum
Ein lúka steinlausar ólífur, skornar í tvennt
1 lítil dós maísbaunir
1 lárpera, skorin í bita
Tortilla-nasl

Kjúklingurinn

2 stórar kjúklingabringur
50 ml ólífuolía
1 msk. ferskt kóríander, smátt skorið
2 hvítlauksrif
1 msk. chilli-duft
Safi úr einni límónu

Gerið marineringu með því að hræra saman allt það sem upp er talið. Geymið ⅓ af henni en hellið hinu yfir kjúklinginn. Snúið kjúklingabringunum þannig að marineringin þeki hann allan. Setjið plast yfir og geymið í ísskáp þar til eldun hefst.

Salatdressingin

4 msk. sýrður rjómi
2 msk. majónes
⅓ af marineringunni
½ límóna
Salt

Allt hrært saman.

Steikið kjúklinginn í ofni við 200°C í 20 mínútur eða grillið á útigrilli í um það bil sex mínútur á hvorri hlið.

Setjið salatið á fat ásamt papriku, tómötum, lárperu, vorlauk og ólífum. Takið vökvann frá maísbaununum og setjið saman við. Það má líka nota svartar niðursoðnar baunir, þá þær eru skolaðar og settar saman við salatið. Blandið öllu saman, skerið kjúklinginn í sneiðar og raðið ofan á salatið. Stráið tortilla-nasli yfir. Berið fram með salatdressingunni og límónubitum. Það má gjarnan hafa gott brauð með þessum rétti.

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

Allir eru hrifnir af pönnukökum.

Auðveldar pönnukökur

Pönnukökur eru alltaf í miklu uppáhaldi. Fyrir þá sem eru að prófa í fyrsta skipti að baka pönnukökur er hér mjög einföld uppskrift. Ef ekki er pönnukökupanna til staðar er fínt að nota viðloðunarfría pönnu.

4 egg
3 dl hveiti
½ tsk. salt
5 dl mjólk
Smjör til steikingar

Blandið saman hveiti og salti. Bætið helmingnum af mjólkinni saman við. Hrærið saman í kekkjalausa blöndu og bætið síðan restinni af mjólkinni saman við. Þá eru eggin hrærð saman við. Látið deigið standa í hálftíma fyrir notkun.
Bræðið smjör á pönnu. Setjið eina ausu af blöndunni á pönnuna og dreifið úr henni. Snúið við og bakið á hinni hliðinni. Til að halda pönnukökunum heitum er ágætt ráð að setja þær jafnharðan í eldfast form með loki og geyma þannig þar til bakstri er lokið. Kökurnar eru bornar fram með sultu eða sykri og rjóma. Einnig eru þær frábærar með ís og berjum.

Mjög gott brauð með ítölskum stíl.

Mjög einfaldur smáréttur

Þegar maður þarf að redda einhverjum smárétti á stuttum tíma er þetta ótrúlega góð lausn. Grilluð bruschetta með parmaskinku og rjómaosti. Það má auðvitað líka nota annars konar ost, til dæmis gráðost eða geitaost.

8 sneiðar parmaskinka
8 sneiðar snittubrauð
4 msk. ólífuolía til penslunar
1 hvítlauksrif, stórt
Kirsuberjatómatar
Rjómaostur
Hafsalt

Penslið brauðsneiðarnar með ólífuolíu á báðum hliðum. Grillið þær undir heitu grilli eða á grillpönnu. Strjúkið yfir heitt brauðið með hvítlauksrifinu. Smyrjið með ostinum, síðan skinkunni og skreytið með tómötum. Dreifið smávegis góðri ólífuolíu yfir og smá salti.

Heit peruterta

Hvernig væri að baka eina perutertu um helgina? Þessi er mjög góð, borin fram heit með ís, rjóma eða vanillusósu. Oftast veljum við epli í svona tertu en það er gaman að breyta til. Að auki er engifer í þessari sem gerir skemmtilegt bragð.

Tertan

150 g mjúkt smjör
150 g hunang
3 egg
Fræ úr hálfri vanillustöng
150 g hveiti
½ tsk. lyftiduft
4 perur
1 msk. rifinn, ferskur engifer
1 tsk. kanill
1 msk. fljótandi hunang

Hitið ofninn í 180°C. Í þessari uppskrift var notuð stálpanna sem er 28 cm og hún smurð með smjöri. Perurnar eru skornar í sneiðar og kjarnhreinsaðar. Setjið í skál. Í aðra skál er blandað saman engifer, kanil og hunangi. Blandan er sett yfir perurnar og þeim velt upp úr henni. Þeytið saman smjör og hunang. Bætið við eggjum, einu í einu. Hrærið vel saman og setjið vanillufræin út í. Setjið loks sigtað hveiti og lyftiduft og hrærið allt vel saman. Deiginu er dreift á botninn á pönnunni (eða formi). Raðið perunum yfir deigið. Bakað í forhituðum ofni í 30 mínútur. Borin fram heit.

Æðisleg peruterta sem vert er að prófa.

TILBOÐ
4 réttir + súpa dagsins
aðeins 1.790 kr.*

NAUTAKJÖT Í OSTRUSÓSU
KJÚKLINGUR Í KARRÝSÓSU
DJÚPSTEIKTAR RÆKJUR MEÐ SÚR/SÆTRI SÓSU
NÚÐLUR MEÐ GRÆNMETI

*tekið með heim – 2.100 kr. ef borðað er á staðnum.

Frábær hóptilboð
Sjáðu öll tilboðin okkar á
www.kinahofid.is

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

KÍNAHOFIÐ

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

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

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

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www. bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

BILO.IS HÖFÐAHÖLLIN

RENAULT GRAND SCENIC BOSE EDITION nýskr. 11/2018, ekinn 8 Þ.km, dísel, sjálfskiptur, 7 manna. Hlaðinn aukabúnaði! TILBOÐ 4.690.000 kr. Raðnr. 259171

VW GOLF GTE nýskr. 05/2017, ekinn aðeins 10 Þ.km, bensín/rafmagn, sjálfskiptur, panorama og fleiri flottir aukahlutir! Er eins og nýr! Verð 4.590.000 kr. Raðnr. 259068

Höfðahöllin
Funahöfða 1, 110 Rvk.
Sími: 567 4840
www.bilo.is

Bílar til sölu

Sparneytinn og skoðaður án athugasemda '19 Chevrolet Kalos 2007. Ek. 155 þús. Verð 330 þús. Skipti gætu komið til greina. S: 898-8081.

VITO CDI 113 4X4

Útvega þennan frá Hollandi innan þriggja vikna. Skráður 10/2011. Úrvals bíll, hlaðinn aukabúnaði, reglubundið viðhald, ekinn 254 þús km. Verð, skoðaður og skráður: 1.550 þús án vsk. jb@isfar.is, s. 8973015

Mercedes Benz GLE 250d 2016 Diesel, ekinn 92 þús. sjálfskiptur,Leður, Krókur,bakkmyndavél, sumar/vetrardekk ofl. Verð 7.190.000,- Tilboðsverð 6.250.000,- ATH Skipti S: 620-2192

38" TOYOTA LANDCRUISER 150

Ek. 120 þ.km, nýsk. 06/15 og sk. 2021. Fox fjöðrun, loftlæsingar, aukatankur, led kastarar, stuðaragrind, loftdælur, kraftkubbur o.fl. Verð 9.7 m.kr. Uppl. 6609970.

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Varahlutir

VAKA

BÍLAPARTAR ERU PARTUR AF OKKUR!

MIKIÐ ÚRVAL VARAHLUTA Í FLESTA BÍLA

Sími: 567 6700 | vakahf.is

LJÓSBOGINN ehf.

Altenatorar & Startarar

ljósboginn@ljosboginn.is
s. 553-1244

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Vissir þú að...
holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga rétt á

Mótorhjól

Ókeypis farangurs-box út apríl!

BENSÍNSVESPA
Fyrir 13 ára og eldri.
12 tommu felgur, EURO-4
minni eyðsla, minni mengun!
Fermingartilboð.
Kr. 229.900,-

NITRO

Nitró - Urðarhvarfi 4 - 557 4848 - nitro.is

Þjónusta

Vörubílastöðin Silfri ehf hefur 11 trukka, þar af einn ADR bíl og einn 4 öxla vörubíl og kranabíl.

Grunnar, malarkeyrsla, flatvagnar o.fl.

Góð þjónusta - vönduð vinna þaulvanir menn - Ávallt gott verð.

Silfri ehf | S. 894 9690 | silfriehf.is

Ótrúleg verð - komdu og kíktu við!

Sunlight T 58
Árgerðir 2016-2017. Markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling ofl.ofl.
Ótrúlegt verð, frá: 6.490.000.

Sunlight T 64
Árgerð 2018. Sjálfskipting, Truma Combi 6, markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, fellirúm í toppi, stór ísskápur, USB tengi í borðkróki, LED lýsing, cruise control, , loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 10.200.000.**

Sunlight T 68
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gírar, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 9.390.000.**

Dethleffs Trend A 6977
Árgerð 2015. Glæsileg háþekja. Truma Combi 6, samlit áklæði á framsætum, kapteinstólar, rafdrifin trappa, stór sjálfvirkur ísskápur með sér frystihólfi, stór lest, hjólagrind.
Ótrúlegt verð: 5.990.000.

LMC Breezer A 694 G
Árgerð 2015. Trumatic Combi 6, samlit áklæði á framsætum, kapteinstólar, stór ísskápur, hjólagrind, markísa, stór geymsla undir rúmi með lestarlúgum beggja vegna, álfelgur, 6 gíra, cruise control, loftkæling. **Ótrúlegt verð: 6.290.000.**

VW Multivan Startline
Árgerð 2015. Markísa m. hliðum, hjólagrind, útdraganleg geymsluskúffa, rúm, 220 V tengi, blindgluggatjöld fram í bíl, 2 kapteinstólar. Glæsilegt eintak.
Ótrúlegt verð: 3.290.000.

LMC Breezer H 737 G
Árgerð 2017. Markísa, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, bakkmyndavél o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 9.980.000.**

Sunlight T 69 L
Árgerð 2017. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, fellirúm í toppi, hjónarúm með aðgengi báðum megin, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gírar, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, 16" álfelgur o.fl. ofl. **Ótrúlegt verð: 9.290.000.**

Tilboð gilda meðan birgðir endast

OPIÐ LAUGARDAGINN 6. APRÍL FRÁ 12-16

P. KARLSSON EHF.

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

www.pkarlsson.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur

Hjólbarðar

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

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Hreingerningar

Tek að mér þrif í heimahúsum. Er vön. Uppl. í s. 783 5886

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

Felli tré og grysja og klippi runna. Besti tíminn Halldór garðyrkjum. s:698 1215

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.

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

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Spádómar

661 3839 - SÍMASPÁ
Opið frá kl. 14 alla daga.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Húsaviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI
- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

K2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

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

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

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf. S. 893 6994

HÚSFÉLÖG.
Ástandsskoðun fasteigna

Framkvæmdaeftirlit

Ástandskoðun lagnakerfa

Rakavandamál

Verk og kostnaðaráætlun

Þitt Val ehf
s 8448200
thittval@simnet.is

Gluggar og hurðir fyrir íslenskar aðstæður
Í yfir 20 ár hefur Viking selt tréglugga og hurðir á Íslandi Afhendist glerjað og tilbúið til uppsetningar á 5-8 vikum

AFLVÉLAR
Vesturhrauni 3
210 Garðabær
Sími: 480 0000
www.aflvelar.is
sala@aflvelar.is

Skemmtanir

ÓSKA EFTIR SÖNGKONU.
Söngkona óskast í hljómsveit.
Uppl. á antonben@simnet.is

Bingóleiga
hjá
bingospil.is

Keypt & Selt

Til sölu

HUMARSALAN

Humar, Ferskur Lax, Risarækjur og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW. HUMARSALAN.IS S. 867 6677

mýranaut

AFMÆLISTILBOÐ Í MARS !
Gæða ungnautakjöt í 10 ár beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www. myranaut.is s. 868 7204

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Skólar & Námskeið

Námskeið

ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN & DANISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA
Levels/Stig: I - 6: Start/Byrja: 29/4, 27/5, 24/6, 22/7, 19 8/, 16/9, 14/10, 11/11, 9/12. 4 weeks/vikur x 5 days/daga. 2-4 students/nem. AM&PM/fh&eh. Price/Verð: 48.000,- Most labour unions pay back 75-90 % of course price/Flest stéttafélög endurgreiða 75-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. is - facebook.com/iceschool. 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

SYSTKINA VAGN/KERRA
Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM
165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Herb. til leigu á svæði 201. Með aðgangi að eldh., baðherb. og þvottavél. Uppl. í síma 893 3475

70 m2 íbúð í hverfi 105, langtímaleiga,sér hiti og rafmagn, laus nú þegar. S: 895-6408

Geymsluhúsnæði

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

Atvinna

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

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

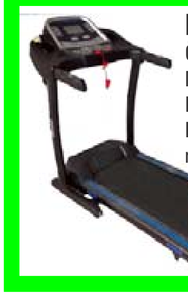
Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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



Hlaupabretti, aðeins 99.000,-
Öflug græja með 3 hp mótor.
Max hraði 16 km/klst.
Breytilegur halli allt að 15°.
Hátalarar, mp3, 12 prógröm. Hámarksþyngd notanda 130 kg.
Afgreitt alla daga.
Uppl. í síma 661-1902.
Bildshöfða 16, bakhús.
PREKTÆKI og dót

Bifreiðaverkstæði
Auðbrekka 17
200 Kópavogi

Bílvogur eh/f

Láttu okkur gera bílinn kláran í sumaraksturinn.

Yfir 30 ára reynsla í öllum almennum bílaviðgerðum og smurþjónustu.

Sími 564 1180 • bilvogurmot@simnet.is • www.bilvogur.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

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

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

Delfin iðnaðaryksuga

Gríðaöflugir 3,4 kw mótorar
Ryksugar bæði blautt og þurrt
100 lítra tunna fyrir úrgang
Ítölsk gæði / 2 ára ábyrgð
Verð 490 þúsund krónur plús VSK

Gh-lausnir ehf / Steinhellu 12
Sími 899-1604 / delfin.is

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?

Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótorhjóla og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.

Formbólstrun
Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

OPNUNAR VERÐSPRENGJA

4 X 2L
COKE OG ZERO
499 kr.

VENJULEGT VERÐ 354 KR 2L

EGILS
KRISTALL
49 kr.
33CL DÓS

VENJULEGT VERÐ 82 KR

REMA 1000

HÁGÆÐA VÖRUR Á BETRA VERÐI

JASMIN & BASMATI
HRÍSGRJÓN
399
1KG

HVEITI
189
2KG

HRÍSGRJÓN
269
1KG

BLÖNDUÐ
HRÍSGRJÓN
529
1KG

SYKUR
89
1KG

KALLY HEILSUKODDINN
9.900

KALLY HEILSUKODDINN ER BYLTINGARKENND NÁLGUN Í SVEFNLAUSNUM. KODDINN ER BÚINN TIL ÚR BÓMULL Í HÆSTA GÆÐAFLOKKI. HANN TRYGGIR AÐ ÞÚ UPPLIFIR GÓÐAN DJÚPSVEFN OG ÞAÐ ÞARF VARLA AÐ TAKA FRAM HVERSU MIKILVÆGUR HANN ER!

GRILLIN ERU KOMINN
AÐ KVEÐA BURT SNJÓINN

Austin and Barbeque - Gæða grill með fjölda eiginleika

6+1 BRENNARA GASGRILL
59.999

4+1 BRENNARA GASGRILL
45.999

AUSTIN AND BARBEQUE

3 BRENNARA GASGRILL
31.999

FERÐA GASGRILL
10.999

GRILLIN FÁST Í VERSLUNUM SUPER1 Í FAXAFENI OG SMIÐJUVEGI. GRILLIN SELJAST ÓSAMSETT Í KASSA.

ht.is

HELGAR TILBOÐ!

OPIÐ ALLA HELGINA Á **SUÐURLANDSBRAUT OG GLERÁRTORGI**

HEIMILIS**TÆKJA** DAGAR

20-40%
afsláttur af öllum stórum heimilistækjum

PHILIPS OLED TILBOÐ

Margverðlaunuð sjónvarpstæki

PHILIPS

Hágæða OLED sjónvörp með Android stýrikerfi, rammalausri hönnun og Ambilight 3 baklýsingu.

55OLED803 55"	65OLED803 65"	55OLED903 55"	65OLED903 65"
199.995	**329.995**	**249.995**	**349.995**
Verð áður ~~279.995~~	Verð áður ~~444.995~~	Verð áður ~~344.995~~	Verð áður ~~499.995~~

Öflugt hljóðkerfi frá Bowers & Wilkins

Tefal

25% afsláttur

HELGARTILBOÐ **19.995,-** Fullt verð ~~26.995~~

TEF-FZ701015

Actifry 1kg djúpsteikingarpottur
Hollari leið að stökkum bita!

Tefal

50% afsláttur

HELGARTILBOÐ **9.995,-** Fullt verð ~~19.995~~

TEF-GC306012

Comfort heilsugrill með lausum viðloðunarfríum plötum.

Tefal

46% afsláttur

HELGARTILBOÐ **6.995,-** Fullt verð ~~12.995~~

TEF-C6959082

Vandað pönnusett með þykkum og góðum botni. 28 og 24 sm pönnur með viðloðunarfríri húðun.

SEGWAY

HELGARTILBOÐ VERÐ FRÁ **89.995**

Rafmagnshlaupahjól

Skemmtilegri leið til þess að ferðast

Heimilistæki

REYKJAVÍK · AKUREYRI · REYKJANESBÆR · SELFOSS · EGILSSTAÐIR · HÚSAVÍK · AKRANES

130 ára löng barátta fyrir sjálfstæði

Forseti Vestur-Sahara ræðir við Fréttablaðið um baráttuna fyrir sjálfstæði og segir Marokkómenn kúga Sahrawi-þjóðina. Fundaði með forsætisráðherra. Spánverjar rannsaka ásakanir um stríðsglæpi, hann segir ásakanirnar vera tilhæfulausar.

Þórgnýr Einar Albertsson
thorgnyr@frettabladid.is

Brahim Ghali, forseti Vestur-Sahara og leiðtogi þjóðfrelsishreyfingarinnar Polisario, segist vilja flytja Íslendingum boðskap vináttu og virðingar. Hann var staddur hér á landi í vikunni og ræddi við Fréttablaðið um sjálfan sig og stöðuna í þessu strjálbýla en þó fjölmennasta ríki þess sem Sameinuðu þjóðirnar flokka sem ríki án sjálfsstjórnar.

Vestur-Sahara var undir stjórn Spánverja til 1975 en þeir hurfu á brott eftir þrýsting frá Sameinuðu þjóðunum. Þá tóku Marokkómenn og Máritanar við en Marokkó hafði gert tilkall til svæðisins allt frá árinu 1957. Átök á milli Polisario og Máritana og Marokkómanna brutust út. Þótt Máritanar hafi vikið árið 1979 hernámu Marokkómenn stærstan hluta Vestur-Sahara. Í dag halda Marokkómenn þessum hluta ennþá en Sahrawi-þjóðin, eða hið lýðræðislega lýðveldi Sahrawi-Araba, heldur minni hlutanum.

Alls viðurkenna 84 aðildarríki Sameinuðu þjóðanna sjálfstæði Vestur-Sahara. Fjörutíu ríki hafa hins vegar „fryst“ viðurkenningu sína. Ísland er ekki á meðal þeirra ríkja sem hafa viðurkennt sjálfstæði en fáein ár eru þó frá því Alþingi ályktaði að „fela utanríkisráðherra að beita sér á alþjóðavettvangi fyrir því að sjálfsákvörðunarréttur íbúa Vestur-Sahara verði virtur í samræmi við ályktanir öryggisráðs og allsherjarþings Sameinuðu þjóðanna og styðja viðleitni til að finna friðsamlega og varanlega pólitíska lausn.“

Vonast eftir samstöðu

Ghali segist vilja biðja Íslendinga um að sýna þjóð í erfiðri stöðu samstöðu. „Við eigum margt sameiginlegt og við vonumst til þess að koma á sterku sambandi á milli þessara þjóða til framtíðar.“

Að sögn Ghalis hefur Sahrawi-fólk lengi heyrt sögur af Íslandi. Hann heyrði til að mynda sjálfur af landinu þegar hann var í öðrum bekk grunnskóla. „Þið eruð fræg fyrir andspyrnu. Íslenska þjóðin hefur staðið vörð um sína stöðu á friðsamlegan hátt. Þið eruð þjóð sem styður smáríki og rétt þeirra til frelsis. Þess vegna kom ég hingað að heimsækja þetta vingjarnlega land og ég vonast til þess að þið séuð móttækileg fyrir skilaboðum mínum.“

Hitti forsætisráðherra

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra fundaði með Ghali. Ghali segir að það hafi verið góður fundur. Hann hafi útskýrt stöðuna í Vestur-Sahara og sagt henni frá þjáningu þjóðarinnar og andspyrnunni.

„Ég sagði henni einnig að við viljum eiga gott samband við Ísland. Ég er afar þakklátur fyrir fundinn og vil þakka forsætisráðherranum fyrir að hlýða á skilaboð okkar. Við óskum henni alls hins besta og þjóðinni sömuleiðis,“ segir Ghali.

Áratugalöng barátta

Sjálfur hefur Ghali tekið virkan þátt í sjálfstæðisbaráttu Vestur-Sahara til margra áratuga. Hann var til að mynda varnarmálaráðherra Sahrawi-lýðveldisins frá 1976 til 2005 og hefur nú verið forseti undanfarin þrjú ár.

Forsetinn segir að frá því Spánverjar eignuðu sér svæðið fyrst fyrir rúmum 130 árum hafi verið samfelld andspyrna af hálfu íbúa svæðisins. Þessi andspyrna hefur þó breyst með tíð og tíma. „Í dag höfum við okkar eigið ríki, þótt það sé hernumið að hluta. Við erum stofnaðili Afríkubandalagsins. Rúmlega áttatíu ríki viðurkenna sjálfstæði okkar og við vonum að fleiri bætist í hópinn. Stór hluti þjóðarinnar býr í útlegð en við búum yfir öllum þeim innviðum sem fullvalda ríki þarf að hafa,“ segir Ghali.

Næsta skref er að hans sögn að fá fulla viðurkenningu á sjálfstæði ríkisins. „Við erum komin afar nálægt markmiðinu og erum mun nær því nú að vera alviðurkennt sjálfstætt ríki en áður. Þetta er þrátt fyrir að hernámsaflið beiti sér gegn vinnu Sameinuðu þjóðanna og reyni að þvinga heiminn til þess að gangast við þeirra eigin heimssýn. Alþjóðasamfélagið þarf að beita sér af hörku gegn hernámsaflinu til þess að þvinga það til samstarfs.“

Ghali segir að það sé óumflýjanlegt að Sahrawi-þjóðin nái þessu markmiði sínu. Það sé einungis tímaspursmál. „Auðvitað er þetta líka spurning um samvisku heimsbyggðarinnar, hvenær hún áttar sig á þessu óréttlæti.“

Þá segir hann að það verði ekki aftur snúið nú. Þjóðin sé staðráðin og muni aldrei gefast upp.

Sakaður um þjóðarmorð

Þessi staðhæfing Ghalis er hins vegar ekki óumdeild. Amnesty International hefur til að mynda ályktað að Polisario standi, líkt og Marokkó, fyrir kúgun almennra borgara. Að auki opnuðu spænskir dómstólar árið 2016 á ný rannsókn á Ghali þar sem hann er meðal annars sakaður um þjóðarmorð, stríðsglæpi, glæpi gegn mannkyninu og pyntingar, samkvæmt fréttum meðal annars spænska miðilsins El País og breska ríkisútvarpsins.

Glæpirnir eiga að hafa átt sér stað í Tindouf-flóttamannabúðunum í Alsír. Þar hýsir Sahrawi-lýðveldið einna helst flóttamenn Sahrawi-þjóðarinnar. Marokkóum, Alsíringum og Sahrawi-fólki ber ekki saman um fjölda flóttafólks í búðunum en talan hleypur á tugum þúsunda.

Ég vil spyrja þig um rannsóknina á Spáni. Spænskir miðlar hafa greint frá því að þú sért rannsakaður fyrir meðal annars stríðsglæpi sem eiga að hafa átt sér stað á milli 1976 og 1987 í Tindouf-flóttamannabúðunum. Eru þessar ásakanir sannar?

„Þetta eru tilhæfulausar og rangar ásakanir,“ segir Ghali og bætir því við að ásakanirnar séu pólitísks eðlis. Andstæðingarnir í Marokkó séu sérfræðingar í því að ljúga upp á hann og aðra leiðtoga Polisario og Sahrawi-lýðveldisins. Ghali segir það orðið að gamalgrónum vana Marokkómanna að ljúga um Vestur-Sahara. „Þau eru sérfræðingar í skáldskap og lygum.“

Forseti Vestur-Sahara segir Sahrawi-þjóðina eiga margt sameiginlegt með Íslendingum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

ÉG VIL AÐ ÍSLENDINGAR VITI AÐ VINIR ÞEIRRA, SAHRAWI-ÞJÓÐIN, BÝR VIÐ HERNÁM MAROKKÓMANNA.

Hörmuleg kúgun

„Ég vil að Íslendingar viti að vinir þeirra, Sahrawi-þjóðin, býr við hernám Marokkómanna. Við stöndum frammi fyrir hörmulegri bælingu, gegnumgangandi og kerfisbundinni kúgun af hálfu marokkóska hersins á okkar landi. Það er kerfisbundin undirokun. Það skiptir engu hvort um börn eða aldraða er að ræða. Það er ekki ein einasta Sahrawi-fjölskylda sem ekki hefur orðið fyrir þessari kúgun að einhverju leyti.“

Hann bætir því við að fjöldi almennra borgara sitji nú í fangelsi af pólitískum ástæðum. Ghali segir frá því að um þrjátíu þúsund Sahrawi-manna hafi sest að í búðum í eyðimörkinni fyrir utan höfuðborgina Laayoune, sem Marokkómenn halda, til þess að mótmæla hernáminu án þess að stofna til ófriðar innan borgarmarkanna.

„Þetta fólk stóð ekki fyrir neinum árásum eða ofbeldi en svo kom marokkóski herinn og eyðilagði búðirnar, handtók fólkið og fangelsaði marga. Fólkið var pyntað á margvíslegan hátt og er enn pyntað í dag. Þetta fólk fékk óréttláta dóma, allt frá tuttugu árum til lífstíðarfangelsis. Það fær ekki að fá heimsóknir frá fjölskyldu né að hafa samskipti við umheiminn.“

Ghali er þarna að tala um Gdeim Izik-búðirnar sem var komið upp í október 2010 og stóðu í um mánuð. Að sögn marokkóskra yfirvalda var réttað yfir 25 mótmælendum og segja þarlend yfirvöld að 11 marokkóskir öryggisgæslumenn hafi farist og tveir mótmælendur. Polisario segir hins vegar að 36 Sahrawimenn hafi farist og 163 verið handteknir.

Auðlindarán og yfirráðasvæði

Ghali segir margt orsaka núverandi ástand. Í alþjóðlegu samhengi megi líta til stefnu Spánverja og einkum Frakka gagnvart Maghreb-svæðinu, sem nær yfir Alsír, Líbýu, Marokkó, Máritaníu, Túnis og Vestur-Sahara. Ghali segir að stefnan litist af nýlenduhugmyndafræði. „Þar sem þetta er að mestu frönskumælandi svæði líta Frakkar á þetta sem sitt áhrifasvæði,“ segir Ghali. Þá segir hann að Marokkó „haldi fast í þá kreddu“ að stækka þurfi ríkið. Marokkómenn vilji sömuleiðis eigna sér auðlindir Vestur-Sahara.

Framtíðarhorfur

Marokkómenn og Sahrawi-menn settust að viðræðuborðinu í desember og svo aftur í mars undir handleiðslu Horst Köhler, fyrrverandi forseta Þýskalands og erindreka SÞ. Vert er að nefna að Sameinuðu þjóðirnar hafa í tæp þrjátíu ár starfrækt verkefni á svæðinu, MINURSO, sem á að tryggja aðstæður fyrir þjóðaratkvæðagreiðslu Sahrawi-fólksins. Atkvæðagreiðslan hefur ekki enn farið fram.

Ghali lofar Köhler fyrir hans þátt í viðræðunum en segir Marokkó hindra starf SÞ og Sahrawi-leiðtoga. „En við vonum að okkar bíði árangursrík framtíð í þessum viðræðum.“

Að auki lýstu aðildarríki Þróunarbandalags sunnanverðrar Afríku, sem og nokkur ríki utan álfunnar, yfir eindregnum stuðningi við baráttu Sahrawi-fólksins í mars. Ghali segir mikinn árangur hafa náðst þar.

Þvinganir og viðskiptabönn

Ghali segir að lokum að til þess að leysa úr deilunni um Vestur-Sahara ætti Alþjóðasamfélagið að beita Marokkó meiri þrýstingi. Marokkó hlusti einfaldlega ekki á ályktanir um sjálfstæði Vestur-Sahara.

„Alþjóðasamfélagið ætti að beita Marokkó þvingunum og viðskiptabönnum vegna þess sem á sér stað. Þetta er það sama og gerðist undir aðskilnaðarstefnunni í Namibíu og Suður-Afríku. Þetta er kúgun, þjófnaður á auðlindum og mismunun. Við viljum að frjálsar lýðræðisþjóðir heims, óháð félagasamtök og almennir borgarar geri það sem þeir geta til þess að aðstoða okkur í því að endurheimta landið, auðlindir okkar og mannréttindi.“

KRÓNAN

Lúxus bröns

Lúxus bröns fyrir fjóra = 6.666 kr.

1666 kr. á mann*

*Pönnukökumix, síróp, hráskinka, croissant, múslí, grísk jógúrt, safi, egg, pestó, ostur, melóna og jarðarber.

Einfaldur bröns

Ódýrt

Ódýr bröns fyrir fjóra = 3.011 kr.

753 kr. á mann*

*Pönnukökumix, bakaðar baunir, beikon, grillpylsur, egg og jarðarber.

Kútalaus í djúpu lauginni

Leikferill Arons Más Ólafssonar, betur þekktur sem Aron Mola, fer kröftuglega af stað. Hann leikur eitt aðalhlutverkið í Kæru Jelenu sem er frumsýnt í Borgarleikhúsinu í næstu viku. Næsta haust mun hann svo standa á stóra sviði Þjóðleikhússins.

Aron Már er ekki útskrifaður frá Listaháskólanum en hefur fengið nokkur stór hlutverk. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjana@frettabladid.is

Aron Már Ólafsson fékk mikið lof fyrir leik sinn í annarri þáttaröð Ófærðar sem var sýnd skömmu eftir áramót. Hann lék ungan samkynhneigðan mann, Víking, sem glímir við erfiða fjölskyldusögu og áföll.

„Þetta var ótrúlega gott hlutverk, ég var heppinn að hafa náð að lenda því. Þetta var vissulega krefjandi hlutverk. Að fá að prófa að leika með atvinnuleikurum og fá góða leikstjórn. Mér var hent út í djúpu laugina. Fór beint frá því að leika með samnemendum mínum í þetta,“ segir Aron Már.

Aron Már stundar leiklist í Listaháskóla Íslands og mun útskrifast með BA-gráðu í vor. Það hlýtur að vera kostur að geta fengið svona tækifæri snemma á ferlinum?

„Já, eins og margir segja í gamni. Það er auðvelt að vera heimsfrægur á Íslandi. Það getur verið gott að fá tækifærin snemma en það getur líka verið slæmt. Það fer líklega eftir því hvort þú ert tilbúinn og hvort hlutverkið er gott, “ segir Aron Már. „Samfélag okkar er lítið og tækifærin mörg. Ef maður vill líta út fyrir landsteinana þá er gott að búa að þessari reynslu að hafa leikið stór hlutverk í kvikmyndum og á sviði.“

Aron Már er í stífu æfingaferli í Borgarleikhúsinu þegar blaðamaður nær tali af honum. Hann fer með eitt aðalhlutverkanna í Kæru Jelenu, verki eftir Ljúdmílu Razumovskaju sem hefur farið sigurför um heiminn frá því það var skrifað árið 1980. Verkið var sett á svið í Þjóðleikhúsinu fyrir tæpum 30 árum í þýðingu Ingibjargar Haraldsdóttur sem Kristín Eiríksdóttir skáld hefur fært nær okkur í stað og tíma.

Sjokkerandi verk

„Leikritið fjallar í stuttu máli um fjóra nemendur sem koma að kvöldi til kennara síns. Þau krefjast svolítils af henni og meira segi ég ekki,“ segir hann og hlær og vill alls ekki gefa söguþráðinn upp til þeirra sem eru að sjá verkið í fyrsta sinn.

> ÞAÐ ER AUÐVELT AÐ VERA HEIMSFRÆGUR Á ÍSLANDI. ÞAÐ GETUR VERIÐ GOTT AÐ FÁ TÆKIFÆRIN SNEMMA EN ÞAÐ GETUR LÍKA VERIÐ SLÆMT.

Verkið hefur verið sett nokkrum sinnum á fjalir íslenskra leikhúsa og þykir höfða til ungs fólks. „Verkið var síðast sett upp í stóru leikhúsunum á tíunda áratugnum.Anna Kristín Arngrímsdóttir lék Jelenu, en nemendurnir voru leiknir af Baltasar Kormáki, Halldóru Björnsdóttur, Hilmari Jónssyni og Ingvari E. Sigurðssyni. En það er gaman að segja frá því að ég lék í Kæru Jelenu í Verslunarskólanum. Fór reyndar með annað hlutverk þá, mér finnst það ótrúlega skemmtilegt. Verkið á erindi í dag eins og áður en það spyr grundvallarspurninga um okkur og mannseðlið.“

Útvarpsstöð í vexti

Aron Már er einn stofnenda hins nýja Útvarps 101. „Ég er einn eigenda en hef verið of upptekinn í leikhúsinu til að sinna stöðinni. Hún er reyndar í góðum höndum félaga minna. Ég kem sterkur inn þegar hægist um hjá mér. Daginn sem við opnuðum stöðina höfðum við unnið að því að stofna hana í algjörri leynd. Því það var gat á markaðnum. Við vildum huga betur að menningu og ungu fólki. Í einu orði þá snýst Útvarp 101 um menningu. Við erum náttúrulega með frábæran tónlistarstjóra, sem er Logi Pedro. Vikulega er haldinn fundur þar sem er farið yfir allt sem er í deiglunni. Hvað er nýtt? Hvað er áhugavert og þarf að fara í spilun. Við erum alveg á tánum. Og munum á næstunni kynna næsta skref, ég hlakka til þegar ég má segja frá því,“ segir Aron Már og lætur ekkert uppi þrátt fyrir mikinn þrýsting.

Stressandi og stórt skref

Í haust leikur Aron Már Shakespeare í Þjóðleikhúsinu í verkinu Shakespeare in Love í leikstjórn Selmu Björnsdóttur. Verkið verður frumsýnt í október á stóra sviðinu. Það er byggt á samnefndri kvikmynd sem fékk sjö Óskarsverðlaun árið 1998 þar sem Gwyneth Paltrow og Joseph Fiennes fóru með aðalhlutverk. Leikgerðin hefur verið vinsæl á West End í London síðustu fimm ár. Á móti Aroni Má leikur Lára Jóhanna Jónsdóttir.

„Já, ég svík lit og fer yfir í Þjóðleikhúsið,“ segir Aron Már í gamni. „En þetta er gríðarlegt stökk. Að fara af litla sviðinu yfir á stóra svið Þjóðleikhússins. Litla sviðið hér er reyndar frábært. Mér finnst nálægðin góð, mér finnst ég umkringdur og það er þægilegt. En það er mjög stressandi að vera að fara að leika aðalhlutverk á stóra sviðinu. Ég ætla ekki að reyna að ljúga því að ég er mjög stressaður. Þetta er krefjandi en góð áskorun. Og ég er reyndar svolítið fyrir það að vera hent kútalausum í djúpu laugina.“

> KONAN MÍN ER AÐ SÆKJA UM Í MEISTARANÁM Í SÁLFRÆÐI OG STARFAR SEM FLUGFREYJA. HÚN ER ÓTRÚLEGA HÆFILEIKARÍK OG ÉG ER ALLA DAGA MJÖG STOLTUR AF HENNI.

Föðurhlutverkið mikilvægast

„Mikilvægasta hlutverkið er nú samt föðurhlutverkið,“ segir Aron Már. Hann og kærasta hans, Hildur Skúladóttir, eignuðust son í janúar á síðasta ári.

„Lífið er gott. Hann er kominn á leikskóla og er á ungbarnadeild. Við vorum að flytja á Laufásveg og hann fer á Laufásborg. Það er allt að smella. Konan mín er að sækja um í meistaranám í sálfræði og starfar sem flugfreyja. Hún er ótrúlega hæfileikarík og ég er alla daga mjög stoltur af henni,“ segir Aron Már.

Hvernig gengur ykkur að máta þetta saman, leikaralífið og fluglífið?

„Það fer ágætlega saman. Þegar hún er að fljúga er ég oft svolítið laus á daginn og á ofsalega góðan tíma með syni mínum. Ómetanlegur tími, finnst mér.

Leikaralífið, það er reyndar svolítið skrýtið líf. . Og allt öðruvísi en á setti í kvikmyndum. Þú þarft að muna allan textann þinn. Allar línurnar. Alltaf að grufla og grafa og í konstant sambandi við leikstjórann og samleikara þína. Maður er að hnoða leir. En í bíó getur þú dútlað þér,“ segir Aron Már.

Lánaðar tilfinningar

Góður leikari þarf að vera í góðu sambandi við tilfinningar sínar. Hefur ferlið sem þú varst í hjálpað þér?

„Það er munur á því að tala um eigin tilfinningar og tilfinningar á sviði. Tilfinningar á sviði eru lánaðar tilfinningar og maður þarf af bestu getu að skilja þarna á milli. Þetta er jafnvægi sem maður þarf að finna. Maður þarf að passa upp á sig.“

„Þetta er eins og pípulögn, þú þarft bara að vita hvernig þú skrúfar frá. Ég er enn að læra þetta. Finna mitt tilfinningaróf á sviði. Þegar maður upplifir tilfinningar, ef maður er sannur í sínu, þá koma þær bara yfir mann. En þegar maður fer á svið þá þarf maður að geta stjórnað þessu. Að geta, í hvaða ástandi sem er, skilið á milli.“

ego dekor

20-40% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM

FRÁBÆRT VERÐ!

SEAL TUNGUSÓFI
Stærð: 278X175cm
~~Verð: 229.000,-~~
TILBOÐSVERÐ: 183.200,-

CANNON TUNGUSÓFI
Stærð: 216X163cm
~~Verð: 169.900,-~~
TILBOÐSVERÐ: 99.900,-

HRINGBORÐ – svört eik
Stærð: 120X120cm
~~Verð: 59.900,-~~
TILBOÐSVERÐ: 47.920,-

ALEXA STÆKKANLEGT BORÐ – eik
Stærð: 190(230)X90cm
~~Verð: 138.000,-~~
TILBOÐSVERÐ: 110.400,-

AGATA BORÐSTOFUBORÐ
Gegnheill acacia viður
Stærð: 200X100cm
~~Verð: 99.900,-~~
TILBOÐSVERÐ: 69.930,-

INNSKOTSBORÐ
2 STK Í SETTI
~~Verð: 48.000,-~~
TILBOÐSVERÐ: 36.000,-

WIRE HLIÐARBORÐ – 2 STK Í SETTI
~~Verð: 39.900,-~~
TILBOÐSVERÐ: 27.930,-

LOGAN STÓLL
~~Verð: 19.500,-~~
TILBOÐSVERÐ: 15.600,-

TWIST STÓLL
~~Verð: 17.900,-~~
TILBOÐSVERÐ: 14.320,-

MORRIS STÓLL
~~Verð: 19.700,-~~
TILBOÐSVERÐ: 13.790,-

Opið mán - fös: 10.00 - 18.00
Opið um helgina: Lau: 10.00 - 16.00
Sun: Lokað

Ego Dekor - Bæjarlind 12
www.egodekor.is
S. 544 4420

✝

Okkar kæri
Þorvaldur K. Hafberg
andaðist á Landspítalanum 30. mars.
Útförin fer fram frá Kópavogskirkju
þriðjudaginn 16. apríl kl. 15.00.

Andrés Hafberg — **Sólveig Guðjónsdóttir**
Friðrik Hafberg — **Hrafnhildur Sigurgeirsdóttir**
Anna Hafberg
Linda Vilhjálmsdóttir — **Mörður Árnason**
Hafdís Vilhjálmsdóttir
Ásta Vilhjálmsdóttir — **Steinþór Birgisson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Sævar Guðmundsson
lést þann 1. apríl á hjúkrunarheimilinu
Sóltúni. Útför Sævars fer fram frá
Grafarvogskirkju miðvikudaginn
10. apríl kl. 15.00.

Sólveig Birna Sigurðardóttir — **Þór Þorgeirsson**
Ari Eyberg Sævarsson — **Ásta Ósk Hákonardóttir**
Guðleif Sunna Sævarsdóttir — **Baldvin Hrafnsson**
Jóhanna Bjarndís Sævarsdóttir — **Rafal Arapinowicz**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar,
bróðir, afi og langafi,
Björn Jóhannsson
rekstrartæknifræðingur,
er látinn.
Hugheilar þakkir til allra sem sýnt hafa
okkur samúð og hlýhug. Útför hefur
farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Sérstakar þakkir
til starfsfólks 13G við Hringbraut, heimahjúkrunar og
starfsfólks Heru fyrir góða umönnun og hlýju í okkar garð.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Birna Dís, Ingunn Hafdís og Anna Hjördís

Nærgætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn
Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441

Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta
Hver er vilji þinn varðandi skipulag og fyrirkomulag útfarar, þ.e. hinsti vilji. Við bjóðum þér til samtals um það sem er þér mikilvægast við lífslok þín. Viljayfirlýsing þín verður eftirlifendum mikilvægt leiðarljós. Samtalið og varðveisla upplýsinga er þér að kostnaðarlausu.
Með kærleik og virðingu
Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 9, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Alls eru tíu manns sem fara á svið í uppfærslu Tónlistarskóla Kópavogs á Brúðkaupi Fígarós. Hér er tekist á.

Brúðkaup Fígarós í Salnum

Söngvarar í Tónlistarskóla Kópavogs sýna Brúðkaup Fígarós í Salnum annað kvöld, á mánudag og miðvikudag undir stjórn Önnu Júlíönu Sveinsdóttur. Aðgangur er ókeypis.

Óperuflutningur er ómissandi þáttur í þjálfun ungra söngvara til þess að geta starfað í óperuhúsum hér á landi og erlendis," segir Anna Júlíana Sveinsdóttir, söngkennari í Tónlistarskóla Kópavogs. Nú er hátt reitt til höggs því það er sjálft Brúðkaup Fígarós eftir Mozart sem fer á svið í Salnum í Kópavogi, fyrst annað kvöld, svo mánudaginn 8. apríl klukkan 20 og á sama tíma miðvikudaginn 10. apríl.

„Við erum eiginlega búin að undirbúa þessa sýningu í eitt og hálft ár, og ég leyfi mér að segja að vel takist til," segir Anna Júlíana sem lagði á sig að þýða Brúðkaup Fígarós á íslensku. Hún segir þessa uppfærslu gerast á okkar tíma og vera í aðeins styttra formi en sú eldri. Svo kemur lýsing á efninu.

Óperan gerist í nágrenni Sevilla, í kastala Almaviva greifa og hallargarðinum. Greifinn er orðinn leiður á eiginkonu sinni og rennir hýru auga til þjónustustúlku hennar, Súsönnu, en hún er lofuð Fígaró, þjóni greifans. Greifafrúin og Súsanna ákveða í sameiningu að leika á greifann því Súsanna veit að hann getur, ef honum sýnist svo, beitt hana húsbóndaréttinum og krafist þess að sænga hjá henni á sjálfa brúðkaupsnóttina. Í óperunni koma við sögu hinn ástsjúki unglingur Cherúbín, söngkennarinn Basilíó, Don Cúrzíó dómari, hinn kokkálaði Bartóló læknir, sem ungur vildi kvænast Rósínu greifafrú, og fyrrverandi ráðskona hans, Marcellína sem hafði lánað Fígaró peninga gegn því að hann kvæntist henni ef hann endurgreiddi henni ekki.

Sigrún Gyða Sveinsdóttir sem Rósína greifafrú og Áslákur Ingvarsson sem Almviva greifi.

Tuttugu og níu ár eru liðin frá fyrsta óperuflutningi í Kópavogi sem var á vegum Tónlistarskóla Kópavogs, þá í Hamraborg. Alls hafa tuttugu og sex óperur verið settar á svið undir stjórn Önnu Júlíönu.

Tíu söngvarar taka þátt í flutningnum í Salnum . Anna Júlíana er leikstjóri eins og komið hefur fram, Kristín Stefánsdóttir sýningarstjóri og tónlistarstjóri og píanóleikari er Aladár Rácz. Anna Júlíana tekur fram að aðgangur sé ókeypis að venju og allir séu velkomnir.

gun@frettabladid.is

Fróðleikur um óperuna

Óperan Le nozze di Figaro eins og hún heitir á frummálinu var frumsýnd í Vín 1. maí árið 1786. Höfundur textans, sem saminn var upp úr gamanleik eftir Caron de Baumarchais, var hinn bráðsnjalli Lorenzo da Ponte og þar endurspeglast andúð á yfirstéttinni sem hefur örugglega skírskotað til tónskáldsins eftir þá reynslu sem Mozart hlaut í þjónustu erkibiskupsins í Salzburg.

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Gerður Jóhannsdóttir
Árskógum,
andaðist á hjúkrunarheimilinu
Skógarbæ þriðjudaginn 2. apríl.
Útförin fer fram frá Fossvogskapellu
mánudaginn 8. apríl kl. 15.00.

Kjartan Ármann Kjartansson
börn, barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Einar Helgason
lést 3. apríl á dvalarheimilinu
í Stykkishólmi. Útför fer fram
frá Fossvogskirkju föstudaginn
12. apríl kl. 13.00.

Emil Einarsson — **Sigríður Ólöf Sigurðardóttir**
Ísak Einarsson
og barnabörn.

vfs.is
ALVÖRU VERKFÆRI OG BÍLAVÖRUR Á APRÍLTILBOÐI
GEDORE
Topplyklasett
Vandað topplyklasett með 172 hlutum. Skröll koma í 1/2", 3/8" og 1/4" og allir helstu toppar og bitar.
Vnr. GD R46003100
Verð 18.900 kr.
RYOBI
Herslulykill
1/2" 18V
Herslulykill sem skilar 400Nm fyrir erfiðustu verkefnin.
Bitahaldari fylgir.
Kemur með einni 1,5Ah rafhlöðu og hleðslutæki.
Vnr. RB 5133003574
Tilboð 29.690 kr.
Áður 34.900 kr.
Milwaukee M18
Útvarp AM/FM
AM/FM útvarpsviðtæki með stafræna örgjörva sem skilar hæstu móttöku nákvæmni og skýrleika frá merki.
Vnr. MW 4933451250
Tilboð 27.900 kr.
Áður 34.900 kr.
LAVOR
RACE 125
130 bar háþrýstidæla
Hentar mjög vel í flest þrif er kraftmikill og býður uppá gott vatnsflæði.
3 mismunandi stútar fylgja. Turbo spíss fylgir, 6m slanga.
Vnr. LA 81010014
Tilboð 19.900 kr.
Áður 24.900 kr.
Búkkar
3 tonn, 2 stk
Vnr. TJ T43001C
Tilboð 4.900 kr.
Áður 5.990 kr.
Vinnustóll
Stillanlegur
Vnr. TJ TR6208
Tilboð 8.490 kr.
Áður 9.990 kr.
Einhell
Massavél
BT-PO 180mm
Vnr. EI 2093264
Verð 12.990 kr.
FLOWEY
Tjöru-hreinsir
750ml
Vnr. FLOWEY W21-750
Tilboð 990 kr.
Áður 1.290 kr.
FLOWEY
Bílasápa
Með bóni, 1 lítri
Blanda af bílasápu og bóni sem þrífur vel og skilur eftir sig bónhúð á bílnum.
Vnr. FLOWEY 2.6
Tilboð 1.090 kr.
Áður 1.590 kr.
FLOWEY
Bílasápa
pH neutral, 1 lítri
Bílasápa sem virkar sérstaklega vel fyrir háþrýstiþvott.
Vnr. FLOWEY 2.5
Tilboð 1.090 kr.
Áður 1.590 kr.
FLOWEY
Massi 3 in 1
250 ml
Slípun, hágljái og vörn.
Vnr. FLOWEY 3.1
Tilboð 1.790 kr.
Áður 2.290 kr.
FLOWEY
Felgu-hreinsir
Sýrufrír, 500ml
Vnr. FLOWEY 1.1
Tilboð 1.269 kr.
Áður 1.690 kr.
FLOWEY
Dekkja-glans
400ml
Ferskar upp á svarta litin og glansins á dekkjum
Vnr. FLOWEY 4.2
Tilboð 1.369 kr.
Áður 1.790 kr.
Hjólatjakkur
3 tonn, 52cm
Vnr. TJ T83001
Tilboð 15.900 kr.
Áður 19.990 kr.
Viton froðu-úðabrúsi
A-Type 1,5L Foam
Stútur hannaður til að úða froðu.
Vnr. EP 7852.R001
Tilboð 3.900 kr.
Áður 4.990 kr.
Viton úðabrúsi
A-Type 1,5L
Stillanlegur stútur.
Vnr. EP 7831-R001
Tilboð 3.390 kr.
Áður 4.490 kr.
FLOWEY
Bón
Crystal Wax, 400ml
Inniheldur Polygrad™ og míkrókristala.
Vnr. FLOWEY 3.5
Tilboð 1.690 kr.
Áður 2.190 kr.
FLOWEY
Mæla-borða-hreinsir
150 ml
Án silíkon.
Vnr. FLOWEY 5.1
Tilboð 1.190 kr.
Áður 1.490 kr.
FLOWEY
Lyktar-eyðir
150 ml
Ilmar af grænu tei.
Vnr. FLOWEY 8.1
Tilboð 1.190 kr.
Áður 1.590 kr.
brennenstuhl
Kapaltromla
9 metrar
Vandað rafmagnskefli sem dregur sig sjálft inn. Hægt að festa á vegg.
Vnr. BR 1241020300
Tilboð 7.790 kr.
Áður 10.990 kr.
Dry Comfort
Vettlingar
Fást í þremur stærðum.
Vnr. FLOWEY 3.5
Tilboð 1.690 kr.
Áður 2.190 kr.
VERKFÆRA SALAN
VERKFÆRASALAN • SÍÐUMÚLA 9, REYKJAVÍK • DALSHRAUNI 13, HAFNARFIRÐI • DALSBRAUT 1, AKUREYRI • S: 560 8888 • vfs.is

Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Þorgeir Hjörleifsson

frá Hnífsdal,

sem lést á Grund 28. mars, verður jarðsunginn frá Áskirkju mánudaginn 8. apríl kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarsjóð dvalar- og hjúkrunarheimilisins Grundar.

Elísabet Þorgeirsdóttir
Halldór Þorgeirsson **Sjöfn Heiða Steinsson**
Arnaldur Máni Finnsson **Karna Sigurðardóttir**
Berglind Halldórsdóttir **Adib Birkland**
Hákon Atli Halldórsson **Bára Hlín Kristjánsdóttir**
og langafabörn.

Elskulegur eiginmaður minn,
faðir okkar og stjúpfaðir,

Sigurður Finnbjörn Mar

vélfræðingur,
Vatnsstíg 19, 101 Reykjavík,

lést á Landspítalanum þriðjudaginn 2. apríl. Jarðarförin fer fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Sæunn G. Guðmundsdóttir
Kristín Ingibjörg Mar
Birna Mar
Steinunn Mar
Jóhanna Laufey Ólafsdóttir
Steinunn Fjóla Ólafsdóttir
Guðrún Katrín Ólafsdóttir
Berglind Eva Ólafsdóttir
og fjölskyldur.

Innilegar þakkir fyrir veitta samúð, vináttu og hlýhug við andlát og útför elskulegrar móður minnar, systur, mágkonu og frænku,

Önnu Jóhannsdóttur

frá Steinum,
Kleppsvegi 58, Reykjavík.

Sérstakar til starfsfólks á 3. hæð á hjúkrunarheimilinu Skjóli fyrir umönnun og hlýju í gegnum árin.

Jóhann Elí
Guðmunda Jóhannsdóttir **Sigurður Gunnsteinsson**
Jóna M.R. Jóhannsdóttir **Ólafur Haraldsson**
og systrabörn.

Ástkær
foreldrar okkar,
tengdaforeldrar,
afi og amma,

Jón Runólfsson og Ingibjörg Ágústa Björnsdóttir

áður til heimilis að Espigerði 4, Reykjavík,

létust á hjúkrunarheimilinu Mörk, Reykjavík, 28. mars 2019 og 31. mars. 2019. Útför þeirra fer fram frá Grensáskirkju föstudaginn 12. apríl kl. 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir.

Bragi Jónsson
Unnur Jónsdóttir
Inga Jónsdóttir **Friðfinnur Finnbogason**
Jón Ágúst Jónsson **Margrét Jónsdóttir**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabarn.

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
amma og langamma,

Laufey Sigurfinnsdóttir

lést þann 20. mars sl. á hjartadeild Landspítalans. Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Haraldur Haraldsson
Margrét Sif Haraldsdóttir
Haraldur Haraldsson
barnabörn og barnabarnabörn.

„Strangt til tekið gætum við Íslendingar flestir hætt að kaupa okkur föt núna,“ segir Katrín. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Norrænn fataskiptadagur

Landvernd er fimmtug á árinu og er með viðamikla afmælisdagskrá. Liðir í henni eru fataskiptamarkaðir í dag á 4 stöðum á landinu og sýning heimildarmyndar 10. apríl.

Samtökin voru stofnuð 25. október 1969 en við höldum upp á fimmtíu ára afmælið allt árið,“ segir Katrín Magnúsdóttir, verkefnisstjóri hjá Landvernd. „Núna í apríl erum við að fókusera á fatasóun og erum með tvo viðburði af því tilefni, sá fyrri er norræni fataskiptadagurinn sem er í dag. Það eru að minnsta kosti fatamarkaðir á Háskólatorgi í Reykjavík og svo á Akureyri, Laugarvatni og í Hafnarfirði. En það eru samtals 300 fataskiptaviðburðir um öll Norðurlönd í dag svo Ísland er dálítið peð í því samhengi. Þetta er bara í annað sinn sem við Íslendingar tökum þátt. Við tókum þátt í fyrra líka, þá var það Hitt húsið sem sá um daginn. En nú fellir Landvernd hann inn í afmælisdagskrá sína.“

Fatasóun er málefni sem Katrín segir Landvernd taka reglulega fyrir, meðal annars í skólum. „Við vekjum athygli á umhverfisvanda og samfélagskostnaði í öllum textíliðnaði, það er eitt af málum málanna og meðal knýjandi verkefna nútímans er að stemma stigu við þeirri sóun.“

Vill Katrín sem sagt að fólk gangi í fötunum sínum þangað til þau eru útslitin? „Strangt til tekið gætum við Íslendingar flestir hætt að kaupa okkur föt núna og nýtt það sem við eigum. Það mundi endast okkur ævina út að því gefnu að við fitnum ekki óhóflega mikið og það stendur líka í okkar valdi að það gerist ekki. En svo róttæk verðum við auðvitað ekki. Við viljum benda fólki á að skapa sinn eigin stíl, endurnýja fataskápinn með því að skipta á fötum við aðra, þannig að úr verði hringrás. Líka að kaupa föt á mörkuðum og breyta þeim að eigin geðþótta, ef þess gerist þörf.“

Katrín bendir á að tíska sé ákveðin af fólki, hún sé ekkert náttúrulögmál heldur markaðsbrella. Í framhaldinu bregður hún upp kunnuglegri mynd. „Maður mætir út í búð og sér allt það sem maður á að eiga og líkist engu í eigin fataskáp. Þá kemur þessi vöntunartilfinning í sálina. Ég gæti líka talað um umhverfis- og samfélagskostnaðinn. Ástæðan fyrir því að fatarisar geta selt vörur sína jafn ódýrt og raun ber vitni er sú að inn í verðið vantar allan umhverfiskostnað og kostnað sem fylgir því að borga fólkinu sem framleiðir vörurnar mannsæmandi laun. Því miður er þó engin trygging fyrir því að þessir hlutir séu í lagi þó fötin séu dýr því aðrir hirða gróðann.“

Næsti afmælisviðburður Landverndar tengist líka sóun vegna tískunnar, að sögn Katrínar. Það er sýning myndarinnar The True Cost sem verður í Bíói Paradís 10. apríl. Frítt er inn á hana í boði Landverndar.

gun@frettabladid.is

Ástkær systir okkar,

Svanhildur Finndal Guðmundsdóttir

frá Finnstungu, til heimilis að Hólavegi 28, Sauðárkróki,

lést á gjörgæsludeild Landspítalans mánudaginn 1. apríl. Útför fer fram frá Blönduóskirkju miðvikudaginn 10. apríl kl. 13.00.

Grétar, Heimir, Áslaug og fjölskyldur.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður, dóttur og systur,

Dóru Hafsteinsdóttur

sem lést þriðjudaginn 26. febrúar sl. Sérstakar þakkir til starfsfólks heimahlynningar Landspítalans HERA og líknardeildar fyrir einstaka aðstoð og umönnun.

Sigurður Ingi Margeirsson
Hafsteinn Gunnar Sigurðsson **Valgerður Rúnarsdóttir**
Margeir Gunnar Sigurðsson **Marta Goðadóttir**
Stefán Gunnar Sigurðsson **Bergrún Mist Jóhannesd.**
barnabörn,
Hafsteinn Austmann og Kristín Hafsteinsdóttir

Ástkær eiginkona mín og móðir okkar,

Ólöf Svava Indriðadóttir

(Lóa)
kjólameistari,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk 27. mars. Jarðsett verður frá Fossvogskirkju miðvikudaginn 17. apríl klukkan 15.00.

Fyrir hönd annarra aðstandenda,
Benedikt Sigurbjörnsson
Þóra Guðrún Benediktsdóttir
Hólmfríður Ben Benediktsdóttir
Indriði Benediktsson

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

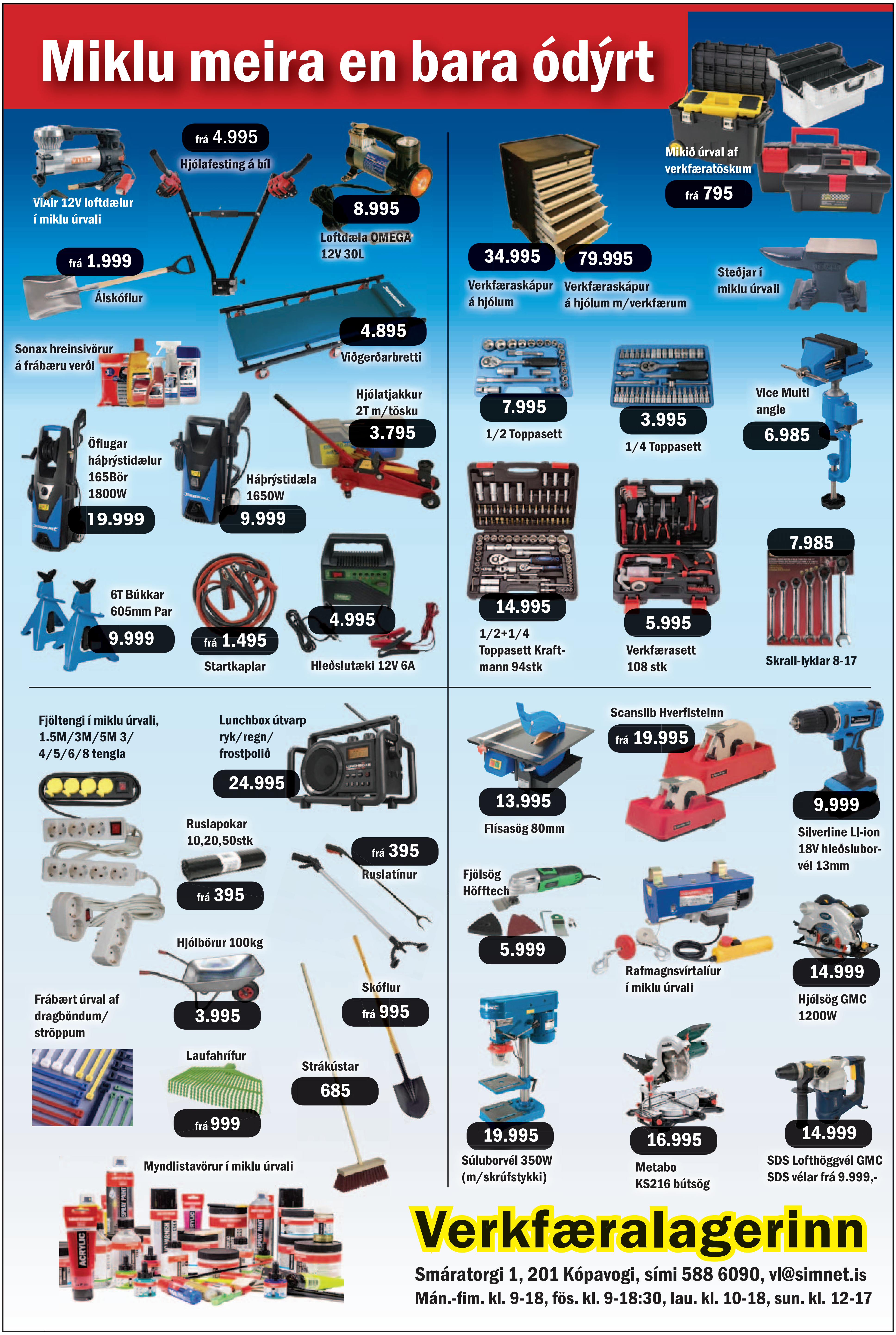
Guðmundur Finnbogason

Fannafold 165, 112 RVK,
fd. 10.01.1935 á Eyrarbakka,

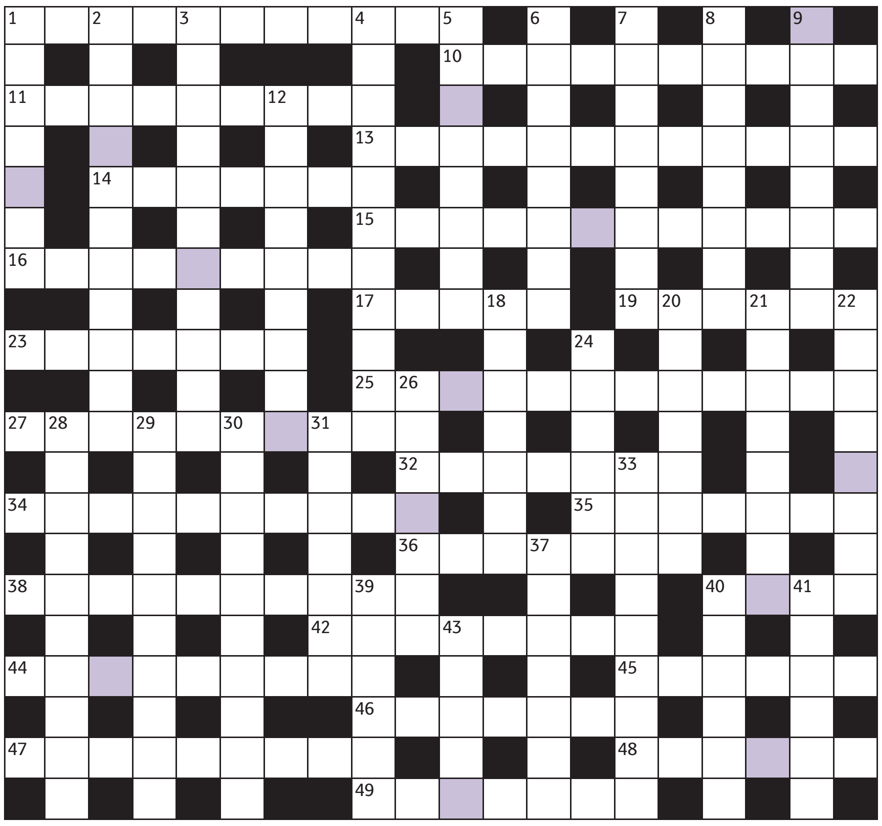
varð bráðkvaddur í Þýzkalandi þann 4. mars. Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

f.h. fjölskyldunnar,
Roswitha Kreye Finnbogason
Úlfar Guðmundsson
Bryndís Guðmundsdóttir **Jón Aðalsteinn Kristinsson**
Maria E. Guðmundsdóttir, sem er nú látin
Sigrún L. Guðmundsdóttir **Jón Pétursson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið **timamot@frettabladid.is**.


Miklu meira en bara ódýrt
ViAir 12V loftdælur
í miklu úrvali
frá 4.995
Hjólafesting á bíl
8.995
Loftdæla OMEGA
12V 30L
frá 1.999
Álskóflur
4.895
Viðgerðarbretti
Sonax hreinsivörur
á frábæru verði
Hjólatjakkur
2T m/tösku
3.795
Öflugar
háþrýstidælur
165Bör
1800W
19.999
Háþrýstidæla
1650W
9.999
6T Búkkar
605mm Par
9.999
frá 1.495
Startkaplar
4.995
Hleðslutæki 12V 6A
Mikið úrval af
verkfæratöskum
frá 795
34.995
Verkfæraskápur
á hjólum
79.995
Verkfæraskápur
á hjólum m/verkfærum
Steðjar í
miklu úrvali
7.995
1/2 Toppasett
3.995
1/4 Toppasett
Vice Multi
angle
6.985
14.995
1/2+1/4
Toppasett Kraft-
mann 94stk
5.995
Verkfærasett
108 stk
7.985
Skrall-lyklar 8-17
Fjöltengi í miklu úrvali,
1.5M/3M/5M 3/
4/5/6/8 tengla
Lunchbox útvarp
ryk/regn/
frostþolið
24.995
Ruslapokar
10,20,50stk
frá 395
frá 395
Ruslatínur
Hjólbörur 100kg
3.995
Skóflur
frá 995
Frábært úrval af
dragböndum/
ströppum
Laufahrífur
frá 999
Strákústar
685
Myndlistavörur í miklu úrvali
13.995
Flísasög 80mm
Scanslib Hverfisteinn
frá 19.995
9.999
Silverline LI-ion
18V hleðslubor-
vél 13mm
Fjölsög
Höfftech
5.999
Rafmagnsvírtalíur
í miklu úrvali
14.999
Hjólsög GMC
1200W
19.995
Súluborvél 350W
(m/skrúfstykki)
16.995
Metabo
KS216 bútsög
14.999
SDS Lofthöggvél GMC
SDS vélar frá 9.999,-
Verkfæralagerinn
Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@simnet.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

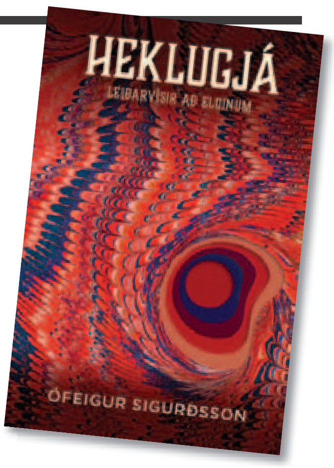
KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var
FORNLEIFAFRÆÐI

H	E	R	M	A	N	N	S		H		H		S	Á	L	U	G	U	M
	L		Á		Æ		V	O	R	L	A	U	K		Á		R		Ú
K	L	Ó	F	E	S	T	I		Í		F		Á	T	T	L	A	U	S
	I		U		T		G	E	Ð	L	A	U	S		L		S		A
Ó	M	A	G	A	N	U	M		F		R		T	R	A	S	S	A	R
	E		L		Æ		A	F	É	T	N	I	R		U		V		H
T	R	Ú	A	R	S	Ý	N		L		A		I		S		E	L	O
	K		N		T		N	Ú	L	L	R	E	K	S	T	U	R		L
S	J	Ó	A	R	A	N	A			É				N			Ð		A
	U			Ó		Ý		Ó	T	T	A	B	L	A	N	D	I	N	N
Ý	M	I	S	L	E	G	I	R		T		R		R		A		Æ	
K		Ð		Y		U		Á	R	B	Æ	J	A	R		U		R	
J	A	R	Ð	N	Æ	Ð	I	Ð		Æ		Á		Æ	R	Ð	U	S	T
A		A		D		F		N	Æ	R	H	L	I	Ð		A		Ý	
M	I	K	L	U	B	R	A	U	T			U		I	L	D	I	N	U
I		O				Æ			T	Ó	N	M	I	Ð	J	A		I	
K	Ö	K	U	B	Ú	Ð	I	N	G		Á		L		Ó	G	E	R	T
L		K		O		I			E	R	M	A	L	Í	N		F		Ó
A	K	U	R	L	Ö	N	D	I	N		I		R		I		I		F
R		R		S		A			G	O	Ð	S	A	G	N	A	N	N	A

LAUSNARORÐ: Ef orðunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist víðtækt samkomulag. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 12. apríl á krossgata@frettabladid.is merkt „6. apríl".



FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Heklugjá** eftir **Ófeig Sigurðsson** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Anna Guðjónsdóttir, Hveragerði.**

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

LÁRÉTT

1 Þessi lögn aftan úr bæ er mín smíði (11)
10 Ílátið fær þetta pláss vegna þess sem það tekur (10)
11 Leyf mér að flytja þér fagran óð/um fríðleik þinn, gáfur og hetjumóð (9)
13 Alltaf yfirfullt á kránni er slagsmál afkvæma Úranusar og Gaiu brjótast út (12)
14 Rakti ruglið af reiði frekar en ró (7)
15 Barn faldi bæði strok og strokuliðið allt (12)
16 Felldar með sjávarsamloku þrátt fyrir brynju (9)
17 Sá al-Abadi í gufubaði (5)
19 Torfkeppur og stórlax eru varla samheiti? (7)
23 Tíu finnskar vefslóðir og ég er enn jafn grútarlegur (7)
25 Um það, er fótfúi varð farsótt (12)
27 Þessi aur er til vitnis um að A vildi vita meira en B (10)
32 Þau eru sönn og hæfileg í þennan klúbb (7)
34 Söngur á að hafa hendingu sem endurómar landnámsmann (10)
35 Sprauta brennivíni í vöðvafestingu ef áfreðinn bregst (7)
36 Reifið tengsl Gore við stjórnarfarið í N-Kóreu (7)
38 Komust á spjöld fótboltasögunnar er þær fengu rautt (10)
40 Um liðamót léttgeggjaðra Húna (4)
42 Inn með viðskipti, út með úrelta útvistun (8)
44 Drasl úr tjöldum fyllir hillur verslana (9)
45 Flengi alla sem segja að þetta félag sé í ruglinu (6)
46 Heppin með læri og fjármögnun þess (7)
47 Anganin af loftinu veit á bráðan bana (9)
48 Safnar saman sundruðum pörtum verkfæris (6)
49 Tek mark á orðum afa um að setja þurfi ruglinu takmörk (7)

LÓÐRÉTT

1 Elduðu guggin hross og seldu sem naut (7)
2 Að ferðast nótt eftir nótt til hinnar síðustu fyrir stóra daginn (11)
3 Segi hvorki frá landa mínum né pukri okkar (11)
4 Best að þau noti skrautklæði sín í hófi (11)
5 Leita handverkfæra í skiptum fyrir góð sæti (8)
6 Lítil börn lagast lítið eitt (8)
7 Kominn tími á frið frekar en flan í orðaflaumum (8)
8 Mín leið að þínu hjarta er efni í hittara (8)
9 Finn skjal um lin, fúl og rugluð fól (8)
12 Stóru ávextirnir fara í bambusílátin (9)
18 Ófáar hræður fá að fjúka ef hann þegir ekki (7)
20 Skarðið við árkjaftinn er raunverulegt (7)
21 Sjúkrahúsvistin er á enda en ferðalagið ekki (8)
22 Gjaldeyrir hlýra og handlaginna manna (8)
24 Brún er býsna algeng á skerplu (6)
26 Fæ meiðsl allra meiðsla af svona grjóti (7)
28 Býr um kraft svo úr verða evrópskar rafhlöður (10)
29 Hafa þau stjórn á refskák ráðafólks? (10)
30 Nærist á hrygg vaðfugla á laun (10)
31 Settuð ykkur takmark og sögðuð mér upp (7)
33 Óbærileg eftirvænting fylgir því að eggja guði (9)
37 Margar vill hann mýrar vaða morgunvotar/ blóðrás ekki felur bláa/ byrði sinna háu áa (7)
39 Skítverk mikilla umsvifa leiddu til ákveðinna bardaga (6)
40 Ytri lög gufuhvolfsins eru ósjaldan viðsjál (6)
41 Frelsa guð frá krummaskuði (6)
42 Verðum vör við andúð á skólabörnum (5)

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Tschigorin átti leik gegn Snosko Borovski í Kiev árið 1903.

1. Re7+! H8xe7 (1…H2xe7 2. Dxe7). **2. Hd8+ He8 3. Df8+! Hxf8 4. Hxf8+.** Á morgun fer fram Bikarmótið í hraðskák í beinni á RÚV á milli 15 og 16. Opnunarhátíð GAMMA Reykjavíkurskákmótsins er á milli kl. 18 og 20 á morgun í Hörpu. Allir skákáhugamenn velkomnir. Sjálft mótið hefst á mánudaginn kl. 15. **www.skak.is:** GAMMA Reykjavíkurskákmótið.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

TVÖFÖLD SVEIFLA

Um síðustu helgi fór fram Vanderbilt-útsláttarsveitakeppnin í Bandaríkjunum sem margir bridgespilarar telja eina sterkustu keppni heims. Til úrslita spiluðu sveitir Nickell og Wolfson. Fyrirfram var sveit Nickell talin líklegri til sigurs, enda innihélt hún parið Mecstroth og Rodwell. Meðlimir Wolfson voru á öðru máli, leiddu allan tímann og unnu með 127 impum gegn 102. Meðlimir Wolfson sveitarinnar voru: Jeff Wolfson, Steve Garner, Mike Becker, Mike Kamil, Peter Crouch og Alex Hydes. Sveit Wolfson vann góðan og öruggan sigur gegn sveit Ítalanna Lavazza í undanúrslitum. Fyrirfram var sveit Wolfson talin sú 17. sterkasta, en kærði sig kollótta og vann sigur. Þeir fengu tvöfalda geimsveiflu í þessu spili í úrslitaleiknum. Á öðru borðinu spiluðu leikmenn Wolfson-sveitarinnar 3 grönd á NS-hendurnar. Þar fengust 12 slagir. Austur var gjafari og AV á hættu:

Norður
♠ 2
♥ 86
♦ K874
♣ ÁD9652

Vestur
♠ A976
♥ ÁDG105
♦ 3
♣ K87

Austur
♠ G10543
♥ 9742
♦ 1092
♣ 3

Suður
♠ KD8
♥ K3
♦ ADG65
♣ G104

Eftir pass Hydes í austur opnaði Meckstroth á einu grandi í suður. Crouch kom inn á tveimur laufum á vesturhöndina sem sýndi lengd í báðum hálitum. Rodwell sagði 3♥ sem þýddi vilji í geim og stoppari í hvorugum hálitanna. Þó að Crouch ætti fáa punkta, sagði hann 3♠ á fimmlit sinn. Meckstroth sagði 3 grönd og Crouch barðist í 4♠ Meckstroth doblaði þann samning til refsingar. Hann reyndist hins vegar nokkuð auðveldur til sigurs í hagstæðri legu. Þetta var 15 impa sveifla til sveitar Wolfson (790 + 490).

LAGERSALA
6.-13. APRÍL
ALLT AÐ
80%
AFSLÁTTUR
Flísar
Parket
Útihurðaflekar
Innréttingar
Teppabútar
OPNUNARTÍMAR
6.-13. APRÍL
mán-föst 12-18
laugardaga 11-16
sunnudag 12-17
DALVEGUR
Dalvegur
Parki
Dalvegur 4, gengið inn að baka til
LITAVER
Parki
INTERIORS

KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi 347

„Ég er orðin leiður á því hvað Kata er alltaf leiðinleg við mig,“ kvartaði Róbert stúrinn. „En er það ekki vegna þess að þú þykist vita allt?“ sagði Lísaloppa. „Ég veit náttúrulega ekki allt,“ sagði Róbert. “En ég veit margt, ég veit til dæmis mörg fuglanöfn af því að ég veiði þá til matar.“ „Prófaðu þá þessa gátu,“ sagði Lísaloppa.

S	E	N	D	L	I	N	G	U	R	E	E	Í
R	B	J	P	X	Á	M	A	S	Y	F	K	N
Ó	K	Í	I	Y	S	T	O	K	K	Ö	N	D
M	A	R	Í	U	E	R	L	A	G	Ö	E	D
Ð	Ý	Æ	Ó	Y	X	Þ	Y	É	F	M	J	Ö
Ý	M	Ð	Þ	O	Ó	Ú	K	D	J	F	M	S
O	G	A	Á	U	Æ	A	V	Y	Ó	Þ	M	H
S	T	R	P	G	R	Ý	G	O	G	K	H	A
T	V	F	F	L	U	J	J	T	I	Þ	Á	J
F	L	U	Æ	Ð	T	Ú	Ú	P	V	Þ	Ó	Þ
Æ	Ó	G	G	Ú	M	X	Þ	P	Y	A	Æ	Æ
P	H	L	H	S	B	Æ	K	I	A	Ó	R	O
M	Ú	S	A	R	R	I	N	D	I	L	L	Þ

„Getur þú fundið nöfn fimm fugla sem allir gætu verið á matseðlinum þínum?“

Róbert horfði á stafagátuna. „Ég verð alltaf ringlaður af því að horfa á svona stafasúpur.“ „Þá skal ég segja þér nöfnin sem þú átt að finna,“ sagði Lísaloppa. „Þau eru rjúpa, stokkönd, æðarfugl, músarrindill og sendlingur.“

Getur þú hjálpað Róberti að finna þessi fuglanöfn?

Mary Poppins er engri lík

Mary Poppins er vinsæl söguhetja sem á sér marga aðdáendur. Bandarísk kvikmynd frá 1964, sem gerð var eftir bókum rithöfundarins P.L. Traverser er sígild. Þar var Julie Andrews í titilhlutverkinu. Fyrir sex árum var söngleikur í Borgarleikhúsinu um þessa vinsælu barnfóstru og þá lék Jóhanna Vigdís Arnardóttir hana eftirminnilega.

Rifjum aðeins upp söguþráðinn.

Í Kirsuberjagötu búa fyrirmyndarhjónin Banks með tveimur börnum sínum, Jane og Michael. Þau eru í vandræðum því hver barnfóstran af annarri hefur gefist upp á óþekktinni í systkinunum. Eitt síðkvöld, þegar austanvindurinn blæs, birtist skyndilega vel klædd kona með regnhlíf á tröppunum hjá Banks-fjölskyldunni og sækir um starfið. Hér er komin Mary Poppins, skemmtilegasta og skrítnasta barnfóstra sem systkinin hafa kynnst. Þau finna fljótt út að hún er ólík öllum öðrum og áður en varir lenda þau með henni í ótrúlegum ævintýrum, svo ekki sé meira sagt.

Mary Poppins er ekki dæmigerð að neinu leyti, hvorki sem barnfóstra, kennari né vinkona. Hún minnir okkur á að það sem mestu máli skiptir er að vera maður sjálfur og njóta þess að vera ekki eins og allir aðrir.

Dick Van Dyke sem sótari, Julie Andrews sem Mary Poppins og börnin Karen Dotrice og Matthew Garber í hlutverkum systkinanna.

Jóhanna Vigdís var góð Mary Poppins.

Alexander á þokkalega marga verðlaunapeninga fyrir borðtennis og á bak við hann sjást einnig bikarar í röðum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fékk að klappa höfrungi

Alexander Ivanov er mikill áhugamaður um borðtennis og dreymir um að verða atvinnumaður í þeirri grein.

Hann heitir fullu nafni Alexander Chavdarov Ivanov og er tíu ára. Þótt hann tali góða íslensku bendir nafnið hans til að ræturnar liggi einhvers staðar erlendis. Því fær hann fyrst spurninguna:

Hvaðan ertu upprunninn, Alexander? Frá Íslandi, ég fæddist hér en fjölskyldan mín er frá Búlgaríu.

Hvað kanntu mörg tungumál? Ég kann þrjú mál, íslensku, búlgörsku og ensku.

Hver eru helstu áhugamálin þín? Borðtennis er eiginlega númer eitt, tvö og þrjú.

Hvar æfir þú þig helst í borðtennis? Ég æfi með BH í Hafnarfirði.

Er einhver heima hjá þér sem þú getur spilað við? Já, pabbi.

Hvað finnst þér skemmtilegast að læra í skólanum? Stærðfræðin er uppáhaldsnámsgreinin mín.

Hvað er það merkilegasta sem þú hefur lent í? Það var þegar ég fékk að klappa höfrungi.

Hvar var það og hvenær? Það var í Valetta, höfuðborg Möltu. Þar var sægarður og ég mátti klappa höfrungi. Ef ég hefði verið tveimur mánuðum eldri hefði ég líka mátt synda með höfrungunum.

Leikur þú þér mikið úti? Nei, ekki get ég sagt það.

Hver er besta kvikmynd sem þú hefur séð? Ant Man and the Wasp.

Hvað langar þig að verða þegar þú verður stór? Mig langar mest að verða atvinnumaður í borðtennis.

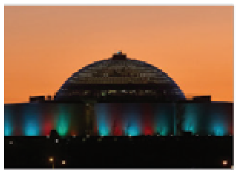
BÍÓ★PARADÍS
KYNNTU ÞÉR NÁNAR Á BIOPARADIS.IS
ALÞJÓÐLEG BARNA KVIKMYNDA HÁTÍÐ Í REYKJAVÍK
REYKJAVÍK INTERNATIONAL CHILDREN´S FILM FESTIVAL
4.-14. APRÍL 2019
JAPÖNSK SKRAUTSKRIFT
SLÍMNÁMSKEIÐ
LEIKLISTAR-TÖFRAR
EUROVISION-PARTÍ
ÍSLENSKAR MYNDIR
BENJAMÍN DÚFA
OPNUNARMYND
Glæný stafræn útgáfa
Skýjahöllin
Regína
Hagamúsin
Litla Lirfan Ljóta
Anna og Skapsveiflurnar
KLASSÍSKAR NOSTALGÍUMYNDIR
Ronja ræningjadóttir
Matilda
Ghostbusters
The Neverending Story
The Dark Crystal
JAPANSKAR BÍÓPERLUR
My Neighbor Totoro
Mirai
Minute Maid
EUROPA CINEMAS
CREATIVE EUROPE - MEDIA SUB-PROGRAMME
MEDIA
EUROPE LOVES CINEMA
RÚV
Embassy of Japan in Iceland

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Staður	Hiti (°C)	Vindur
Reykjavík	5	2
Ísafjörður	-1	4
Akureyri	2	5
Egilsstaðir	2	6
Kirkjubæjarkl	3	4
Hveravellir	-3	7

Léttskýjað að mestu S-til á landinu, en skýjað og stöku él norðan heiða. Austan 3-13, hvassast syðst. Skýjað og úrkomulítið A-lands, annars bjart með köflum. Hiti 2 til 8 stig að deginum, en víða næturfrost.

Reykjavík


Ísafjörður

Akureyri

Egilsstaðir

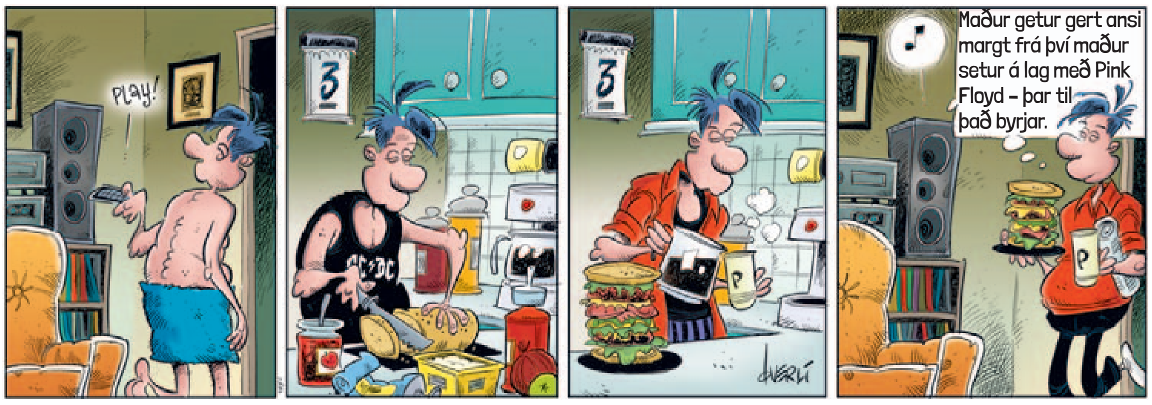
Kirkjubæjarklaustur

Hveravellir

Staður	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík	5 °C, 4	5 °C, 5	5 °C, 3	5 °C, 4	6 °C, 4
Ísafjörður	0 °C, 2	1 °C, 1	1 °C, 1	-1 °C, 1	-1 °C, 1
Akureyri	2 °C, 7	-2 °C, 1	-2 °C, 1	-3 °C, 1	-2 °C, 1
Egilsstaðir	3 °C, 3	1 °C, 3	0 °C, 1	0 °C, 2	1 °C, 1
Kirkjubæjarklaustur	5 °C, 10	3 °C, 6	4 °C, 4	3 °C, 3	5 °C, 4
Hveravellir	-3 °C, 7	-2 °C, 4	-3 °C, 3	-3 °C, 4	-1 °C, 1

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

GRUNNSKÓLAR
REYKJAVÍKURBORGAR

ÉG VINN MIKILVÆGASTA STARF Í HEIMI

„Það er ekkert betra en að sjá nemendum ganga vel. Engir tveir dagar eru eins, og maður gefur mikið af sér. Ég finn fyrir trausti frá mínum vinnuveitanda, samstarfsfólkið mitt er faglegt, lífsglatt og hresst og ég fæ að vera ég sjálf. Þetta er besta starf í heimi og ég sé heldur betur ekki eftir þessu námi.“

Tara Brynjarsdóttir, grunnskólakennari í Laugalækjarskóla

LANGAR ÞIG AÐ VINNA MEÐ FRAMTÍÐ LANDSINS?

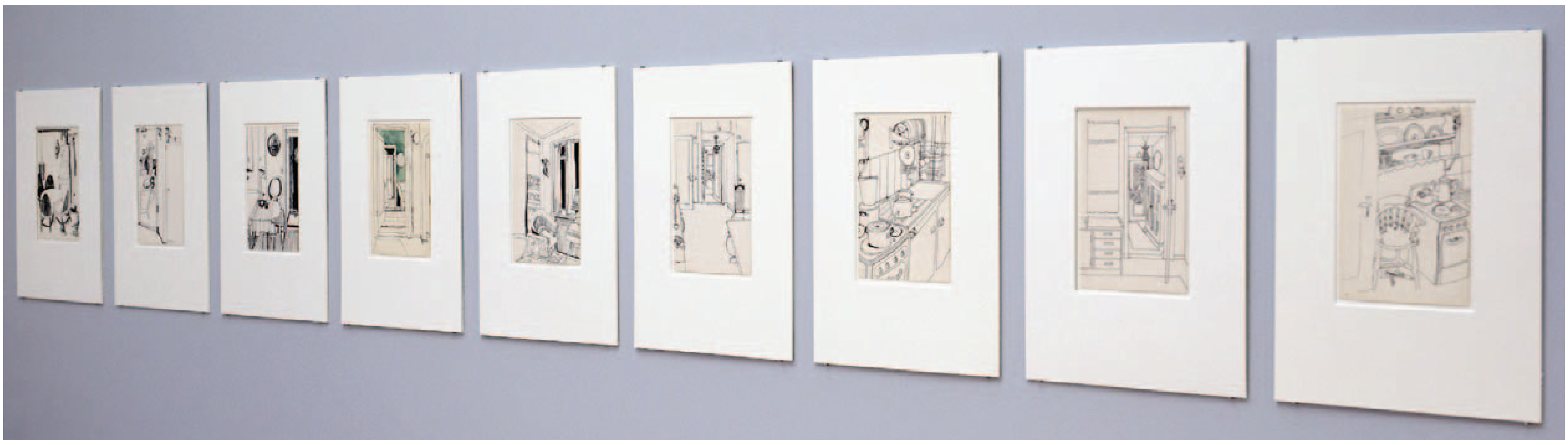
Grunnskólar óska eftir fólki til starfa

Við leitum að faglegu og áhugasömu fólki með margvíslega menntun, reynslu og þekkingu sem hefur áhuga á að vinna með börnum og unglingum. Í skólastarfi er haft að leiðarljósi að börnum líði vel, að þeim fari stöðugt fram og að þau öðlist uppeldi og menntun fyrir líf og starf.

Í boði eru störf í öllum hverfum borgarinnar.

Nánari upplýsingar á www.reykjavik.is/laus-storf/sfs

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið


Heimilisteikningar nefnist þessi sería eftir listakonuna og listkennarann Valgerði Briem sem Erró hefur sagt að hefði verið hans besti kennari. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hér á útlínan sjálfstætt líf

Á sýningunni Útlína sem opnuð verður í Gerðarsafni í dag eru valin verk úr safneigninni frá 1950 til nútímans. Sum verkin eru sett upp í barnahæð.

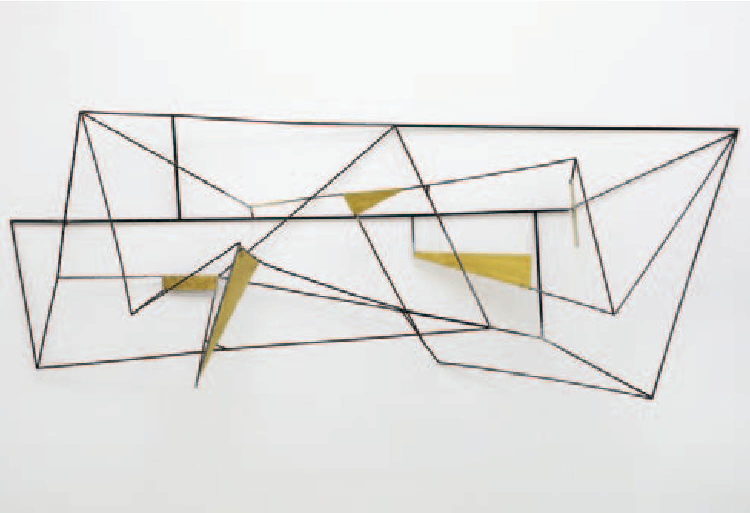
Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Teikningin er í hávegum höfð á sýningunni Útlínu sem opnuð verður í Gerðarsafni klukkan 13 í dag. Um leið og stigið er inn í norðursalinn blasir við serían Heimilisteikningar eftir Valgerði Briem og skissur eftir Barböru Árnason úr bók sem hún og Magnús Árnason, ásamt Vífli syni þeirra, gáfu út um Mexíkó 1966.

Sýningarstjórarnir Hrafnhildur Gissurardóttir og Brynja Sveinsdóttir fræða okkur Stefán ljósmyndara um allt sem fyrir augu ber og það sem eftir er að ganga frá þegar við erum á ferðinni. „Hér mun koma eitt hangandi verk eftir Hólmfríði Árnadóttur, Friður heitir það, þriggja kílóa verk, rosa fallegt,“ segir Hrafnhildur. „Við leyfum okkur líka að bæta við ýmsum atriðum úr okkar gagnagrunni, svo sem viðtölum við listamennina og leiðbeiningum um upphengingar sem sumir hafa látið fylgja með verkunum.“

Hrafnhildur og Brynja útskýra eitt þeirra listaverka sem eru ætluð yngstu sýningargestunum.

Ljóst mósaíkverk eftir Theresu Himmer sýnir bæjarskipulagið í nágrenni safnsins. Hrafnhildur segir þetta í fyrsta skipti sem það fari á vegg. „Listakonunni þótti það mikill heiður að vera milli verka eftir Gerði og í beinu samtali við þau,“ segir Hrafnhildur og Brynja bendir á víraverk eftir Gerði sem hún segir líka fáséð. „Þetta vann hún fyrir kaffihús í París, sem hét Le Benjamin. Við eigum ljósmyndir af því og vissum því nákvæmlega hvernig Gerður vildi að það sneri.“


Þetta víraverk vann Gerður Helgadóttir fyrir kaffihús í París.

Á gaflinum er sería eftir Valgerði Briem. „Enginn veit hvaða tækni er notuð við gerð þessara mynda,“ segir Brynja „Valgerður kenndi þó í mörg ár og hefur haft áhrif á marga, Erró hefur kallað hana besta kennarann sinn.“

Athygli vekja litlar myndir lágt á veggjum. „Við erum með nokkra staði á sýningunni sem krakkar geta skoðað á sinn hátt og verðum með teiknileik út frá því,“ útskýrir Hrafnhildur og bendir á verk sem kallast fuglar en þraut er að sjá hversu margir fuglarnir eru.

Í suðursalnum á nýlistin stað, meðal annars stórt verk eftir Hrein Friðfinnsson, On a rainy day. Brynja segir miklu máli skipta hvernig það er sett upp, enda hafi fylgt nóta um það. Hrafnkell Sigurðsson sýnir óvenjulegt landslag í borginni og Katrín Sigurðardóttir á innsetningu frá 2005. „Hér á útlínan sjálfstætt líf,“ bendir Hrafnhildur á. „Katrín lærði fyrst teikningu og málun og maður sér tvívíddina verða þrívíða.“

Verk eftir Kristján Davíðsson frá 1947 sem flokkast sem samtímalist.

Katrín er ein af þremur listamönnum á sýningunni sem átt hafa verk á Feneyjatvíæringnum. Annar er Kristján Davíðsson. „Hann var fyrstur í abstraktlistinni. Nú setjum við hann í samhengi við samtímalistina, þó að þetta sé málað 1947,“ segir Brynja. Næst snúum við okkur að stóru málverki Önnu Hallin. Henni eru kerfi hugstæð, hvort sem þau eru í náttúrunni, inni í veggjum húsa eða í mannlegu samfélagi.

Við ljúkum yfirferðinni í anddyrinu. Þar máta sýningarstjórarnir tvær myndir Rúríar á vegg. „Þessar vann Rúrí í kjölfar Archive – Endangered Waters sem hún gerði fyrir Feneyjatvíæringinn og vísar í fossa í hættu vegna virkjana,“ lýsir Brynja.

Hrafnhildur segir opnunarathöfnina í dag verða með heimilislegasta móti. „Edda Mac myndlistarkona ætlar að leiða teiknileik fyrir yngstu gestina og við Brynja verðum með leiðsögn og að leiða fólk í spjall með okkur. Reynum að hafa þetta svolítið kósí.“

Frumraun handritshöfundar

BÆKUR

Kastaníumaðurinn

★★★☆☆

Höfundur: Sören Sveistrup
Þýðandi: Ragna Sigurðardóttir
Útgefandi: JPV útgáfa
Blaðsíður: 558

Sören Sveistrup er einn af handritshöfundum sjónvarpsþáttanna vinsælu Forbrydelsen sem hafa slegið rækilega í gegn víða um heim. Kastaníumaðurinn er fyrsta skáldsaga hans.

Kastaníumaðurinn er formúlubók með söguþræði sem er margkunnuglegur. Enn einu sinni eru konur myrtar á hryllilegan hátt og finnast limlestar. Við líkin finnast brúður gerðar úr kastaníuhnetum. Lögreglunni gengur verulega illa að rannsaka málin. Ein persóna bókarinnar er kvenráðherra en dóttir hennar hvarf og talið var að hún hefði verið myrt. Ungur maður játaði á sig morðið, en var hann raunverulega sekur og er stúlkan hugsanlega enn á lífi? Morð sem framin voru áratugum fyrr virðast tengjast þessum málum en á hvaða hátt er engan veginn ljóst fyrr en langt er liðið á sögu. Óhætt er að segja að þar takist höfundi vel að koma lesendum á óvart.

Kastaníumaðurinn ber þess ótvíræð merki að höfundur hennar hafi starfað sem handritshöfundur því hún er að mörgu leyti skrifuð eins og tíu til tólf þátta sjónvarpssería. Umhverfi er til dæmis lýst mjög nákvæmlega, ef manneskja situr við skrifborð eru ítarlegar lýsingar á því sem er á borðinu og ef sögupersóna fer inn í herbergi er hönnuninni þar gerð góð skil. Öll þessi nákvæmni, sem er stundum fáránlega smásmuguleg, hægir mjög á framvindunni og gerir bókina æði langdregna. Hún er hátt í 600 síður og allt of löng. Það skal þó ekki haft af höfundinum að hann kann að skapa spennu og það eru hrollvekjandi kaflar í bókinni. Meinið er að það er of langt á milli þeirra. Undir lokin er þó viðvarandi spenna með tilheyrandi ofbeldi og óvæntri uppljóstrun.

Kastaníumaðurinn er engan veginn slæm frumraun en einfaldlega ein þeirra fjölmörgu glæpasagna sem hefðu grætt á niðurskurði. Minna er nefnilega oft meira. Við lesturinn fer svo ekki hjá því að sú hugsun kvikni að sagan henti alveg ágætlega í sjónvarpsseríu.

Kolbrún Bergþórsdóttir

NIÐURSTAÐA: Það eru góðir sprettir í fyrstu glæpasögu Sörens Sveistrup og hún er hrollvekjandi á köflum. Meinið er að hún er alltof löng og spennan dettur of oft niður.

Ævar Þór Benediktsson hefur skrifað bók um ævintýri Sleipnis.

Sleipnir á vit nýrra ævintýra

Reykjavík bókmenntaborg UNESCO í samvinnu við Félag fagfólks á skólabókasöfnum hefur útbúið Sleipnispakka fyrir skólabókasöfn til að nýta í kennslu og hvetja grunnskólabörn til lesturs.

Ævar Þór Benediktsson hefur skrifað nýja bók um ævintýri Sleipnis, sem heitir Sleipnir og stórhættulega fjölskyldutréð. Bókina er aðeins hægt að nálgast á skólabókasöfnum því hún er skrifuð sérstaklega fyrir söfnin í borginni að beiðni Bókmenntaborgarinnar.

Sleipnir lestrarfélagi barnanna er tákn fyrir lestrarhvatningu Bókmenntaborgarinnar og í gegnum það verkefni gefur Bókmenntaborgin öllum skólasöfnum í borginni nýju bókina eftir Ævar Þór ásamt fyrstu bókinni um Sleipni, Vetrarævintýri Sleipnis eftir Gerði Kristnýju.

Með Sleipni fylgja verkefni fyrir 1. bekk á vef Bókmenntaborgarinnar og geta starfsmenn á skólasöfnum prentað út verkefni fyrir sína nemendur eftir þörfum. Síðan fá bókasöfnin bókamerki sem ætluð eru sem lestrarhvatning fyrir nemendur í 2. bekk og upp úr.

Bókamerkið er hvatning til að lesa og telja þann fjölda bóka sem lesinn er. Eftir hverja lesna bók er merkt við á bókamerkið og eftir sex bækur getur nemandinn valið sér mynd af einni af persónunum úr bókinni hans Ævars. Teikningar af Sleipni í báðum bókunum eru eftir Gunnar Karlsson.

Á vef Bókmenntaborgarinnar eru síðan tvær myndstiklur til að styðja við ævintýri Sleipnis í grunnskólanum. Sleipnir á skólabókasafninu er stikla til að sýna nýjum meðlimum á bókasafninu, en þar fer Sleipnir yfir það hvað er hægt að gera á söfnunum. Hann hvetur börnin til að nýta og njóta þess að vera á safninu og skilaboð hans til barnanna eru: „Komdu með á hugarflug,“ sem er bein tilvísun í flug Sleipnis á milli heima. Seinni stiklan er lestrarhvatning frá Ævari Þór, sem skrifar nýjasta ævintýri Sleipnis. Ævar segir aðeins frá bókinni og þeirri sérstöðu hennar að bókina er aðeins hægt að fá að láni í skólasafninu. Efnið er unnið í samstarfi við Fagfólk á skólabókasöfnum

Efnið er gjöf til skólabókasafna í Reykjavík og er nú dreift í fyrsta sinn. Fyrir skólabókasöfn í landsbyggðinni verður hægt að kaupa pakkann hjá Bókmenntaborginni.

– kb

Í myndunum blandast saman súrrealismi, popplist og teiknimyndir.

Finnst ég geta sagt endalausar sögur

Færeyski listamaðurinn Edward Fuglø sýnir verk sín í Gallerii Fold. Heillast mjög af langvíueggjum. Margrét Danadrottning hreifst af verki eftir hann og lét gera eftir því póstkort.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Í Gallerii Fold verður í dag, laugardaginn 6. apríl, opnuð sýning á verkum eftir færeyska listamanninn Edward Fuglø og er fyrsta einkasýning hans hér á landi. Sýningin nefnist Eggcentrics en langvíuegg eru áberandi á akrýlmyndum listamannsins. „Ég kalla sýninguna Eggcentrics því þar eru egg í forgrunni og í myndunum blandast saman súrrealismi, popplist og teiknimyndir,“ segir listamaðurinn.

Hann hefur unnið með langvíuegg árum saman með hléum. „Ég heillast af langvíueggjum vegna þess að þau eru einstök og sérstakt mynstur er á hverju og einu þeirra, þau eru eins og fingraför,“ segir listamaðurinn. „Það eru þúsundir langvíueggja í Færeyjum. Þegar fuglarnir fljúga frá hreiðrinu koma þúsundir eggja í ljós á björgunum og þegar fuglinn snýr aftur finnur hann sín egg samstundis aftur. Ástæðan er mjög líklega sterkt lyktarskyn og útlit eggjanna, hvert og eitt hefur sitt sérkenni.

Það sem hrífur mig einnig í sambandi við egg er að þau geyma líf. Mér finnst ég geta sagt endalausar sögur með því að nota þetta form, því flest getur komið út úr eggi. Í þessum málverkum raða ég saman eggjum, eins og ég sé að skapa landslag og set jafnvel goðsögulegar verur inn í þau.“

Fuglø er vel þekktur í Danmörku og Færeyjum en hann býr í Klaksvík. Hann útskrifaðist úr Konunglega danska listaháskólanum og verk eftir hann eru í eigu Listasafns Færeyja, Listasafns Þrándheims og Margrét Danadrottning á þrjú málverk eftir hann. Eitt þeirra færðu Færeyingar henni að gjöf í tilefni fjörutíu ára valdatíðar hennar. Hún hreifst svo af því málverki, sem var mynd af henni og fuglum, að hún lét gera póstkort eftir því.

Edward Fuglø sýnir verk sín í Gallerí Fold. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> **Í ÞESSUM MÁLVERKUM RAÐA ÉG SAMAN EGGJUM, EINS OG ÉG SÉ AÐ SKAPA LANDSLAG OG SET JAFNVEL GOÐSÖGULEGAR VERUR INN Í ÞAU.**

Fuglø hefur unnið mikið við leikhús í Færeyjum við sviðs- og búningahönnun og hefur unnið með íslenskum leikstjórum við uppsetningu á íslenskum og erlendum leikverkum í Færeyjum og á Akureyri. Hann hefur myndskreytt fjölmargar bækur og hlaut árið 2001 Norrænu barnabókaverðlaunin fyrir myndskreytingar sínar. Hann hefur sjálfur skrifað sex barnabækur, fyrir börn á aldrinum 5-10 ára. Ein þeirra, Apollonia, var tilnefnd til barna-og unglingabókaverðlauna Vestnorræna ráðsins.

Hann hefur skreytt fjölda bygginga, bæði í Færeyjum og Danmörku, meðal annars Kristjánskirkjuna í Klaksvík með tíu lágmyndum. Hann vinnur nú að skreytingum úr gleri sem eiga að prýða gamla kirkju. Spurður hvort hann trúi á Guð segir hann: „Ég trúi meira á hann en sjálfan mig.“ Hann bætir við: „Það væri vanvirðing að vinna að kirkjuskreytingum og hafa enga trú. Ég er samt ekki trúboði!“

Hvað? Hvenær? Hvar? Laugardagur

hvar@frettabladid.is

6. APRÍL 2019

Hvað? Vorverkin í Vatnsmýrinni
Hvenær? 11.00-15.00
Hvar? Norræna húsið
Hollvinir Tjarnarinnar, óformlegur hópur sjálfboðaliða á vegum Fuglaverndar, stendur fyrir árvissri tiltekt á friðlandinu í Vatnsmýrinni við Norræna húsið. Öllum er heimil þátttaka.

Hvað? Hvað felst í orkupakka 3?
Hvenær? 12.00
Hvar? Safnahúsið við Hverfisgötu í Reykjavík.
Frummælendur eru: Bjarni Jónsson rafmagnsverkfræðingur, Birgir Örn Steingrímsson, hag- og fjármálafræðingur, Elías B. Elíasson verkfræðingur, Erlendur Borgþórsson framkvæmdastjóri, Frosti Sigurjónsson rekstrarhagfræðingur og Ingibjörg Sverrisdóttir ferðaráðgjafi. Fundarstjóri er Ögmundur Jónasson. Fundurinn er opinn og eru allir velkomnir.

Hvað? Útlína – Myndlistarsýning opnuð
Hvenær? 13.00
Hvar? Gerðarsafn, Kópavogi
Sýning á verkum úr safneign Gerðarsafns frá 1950 til dagsins í dag. Samhliða má sjá handteiknaðar leiðbeiningar, ljósmyndir, viðtöl við listamenn og skráningarspjöld.

Hvað? Dansverkið Spor
Hvenær? 13.00 og 15.00
Hvar? Borgarbókasafnið, Gerðubergi.
Um er að ræða danssýningu fyrir börn, 5 ára og eldri. Þau fá að taka virkan þátt og fylgja dansandi, óbeisluðum orkugjöfum um undarlegt umhverfið. Verkið verður sýnt sjö sinnum í apríl og geta aðeins 20 tekið þátt í einu.

Hvað? Eggcentrics – Málverkasýning
Hvenær? 14.00
Hvar? Gallerí Fold
Færeyski listamaðurinn Edward Fuglø opnar sína fyrstu sýningu hér á landi.

Hvað? Týnd lykilorð – Myndlist
Hvenær? 15.00
Hvar? Ásmundarsalur, Freyjugötu 41
Fritz Hendrik IV myndlistarmaður fjallar í myndlist sinni um þá meðvituðu og ómeðvituðu sviðsetningu sem einkennir lífið, listir og menningu.

Hvað? Bráðum kemur vorið – tónleikar
Hvenær? 16.00
Hvar? Laugarneskirkja
Kammerkór Reykjavíkur ásamt einsöngvurum. Þeir eru: Smári Vífilsson, Erla Gígja Garðarsdóttir, Bryndís Guðnadóttir, Þorsteinn Þorsteinsson, Birna Ragnarsdóttir og Árni Gunnarsson.

Hvað? Frumefni náttúrunnar – Sýningaropnun
Hvenær? 16.00
Hvar? Ásmundarsafn við Sigtún
Sýning á verkum Brynhildar Þorgeirsdóttur myndlistarmanns. Sjónum er sérstaklega beint að verkum sem prýða almannarými.

Hvað? Íslensk þjóðlög
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi við Óðinsgötu
Bára Grímsdóttir og Chris Foster flytja kvæðalög, tvísöngslög, sálma og enskar ballöður við undirleik Funa sem notar gítar, kantele auk gömlu íslensku hljóðfæranna, langspils og íslenskrar fiðlu. Húsið verður opnað klukkan 21. Miðaverð 2.000 krónur.

Hvað? Ball
Hvenær? 22.00
Hvar? Spot, Kópavogi
Greifarnir fara á svið upp úr miðnætti og hætta að spila upp úr klukkan 3. Miðasala við dyrnar.

Hvað? Madness
Hvenær? 22.00
Hvar? Græni hatturinn, Akureyri
Gestir eru hvattir til að mæta í Madness-bolum, eigi þeir þá, en tónlistarmennirnir koma með boli og diska sem þeir selja á staðnum. Miðaverð 7.900.

Hvað? Hvenær? Hvar? Sunnudagur

hvar@frettabladid.is

7. APRÍL 2019

Hvað? Erindi
Hvenær? 13.30-14.30
Hvar? Borgarbókasafnið, Grófinni
Edythe Mangindin, hjúkrunarfræðingur og ljósmóðir, mun fara yfir heilbrigðismál fyrir erlendar konur á Íslandi.

Hvað? Sunnudagskaffi með skapandi fólki
Hvenær? 14.30
Hvar? Alþýðuhúsið, Siglufirði
Teresa Cheung deilir reynslu sinni og viðhorfum sem útlendingur og seinna íbúi í Ólafsfirði og tekur þátt í umræðum með áheyrendum. Erindið er á ensku. Kaffiveitingar í boði og allir velkomnir.

Hvað? Málað í Nú-Húinu - Sýningaropnun
Hvenær? 12.00-14.00
Hvar? Gallerí Göng, Háteigskirkju
Daði Guðbjörnsson sýnir málverk. Allir hjartanlega velkomnir.

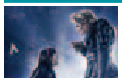
Hvað? Ástarljóðavalsar og Spænskur ljóðaleikur.
Hvenær? 16.00
Hvar? Norðurljós, Hörpu
Fluttur verður söngflokkurinn Spanisches Liederspiel eftir R. Schumann og Ástarljóðavalsar eftir J. Brahms, auk einsöngsperlna. Flytjendur eru: Hrafnhildur Árnadóttir Hafstað, sópran, Hanna Dóra Sturludóttir, mezzósópran, Þorsteinn Freyr Sigurðsson, tenór, Fjölnir Ólafsson, barítón, Hrönn Þráinsdóttir, píanó, Matthildur Anna Gísladóttir, píanó. Miðaverð er 3.500 krónur, (eldri borgarar fá 10% afslátt af miðaverði í miðasölu).

Hvað? Brasilískt karnival
Hvenær? 18.00
Hvar? Hof á Akureyri
Anna Breiðfjörð danskennari leiðbeinir þátttakendum um sporin í hinni seiðmögnuðu sömbu. Ríó kvartett leikur með. Brasilískur matur og drykkur á Bistró 1862. Miðaverð: 2.500 krónur, 20% afsláttur fyrir félagsmenn.

Hvað? Þegar öllu er á botninn hvolft – Söngleikur
Hvenær? 20.00
Hvar? Mengi við Óðinsgötu
Söngleikurinn er byggður á sögu sviðslistamannsins Braga Árnasonar. Með hlutverk fara Bragi Árnason og Kristín Pétursdóttir og um hljómlist sjá Sindri Freyr Steinsson, Jukka Nylund og Steinunn Björg Ólafsdóttir.

Borgarleikhúsið

568 8000 • borgarleikhus.is



Matthildur

Stóra sviðið

Sun 07.04	Kl 19:00	U	Fös 26.04	Kl 19:00	U	Mið 22.05	Kl 19:00	Ö	Fös 07.06	Kl 19:00	Ö
Mið 10.04	Kl 19:00	U	Sun 28.04	Kl 19:00	U	Fim 23.05	Kl 19:00	Ö	Mán 10.06	Kl 19:00	Ö
Fös 12.04	Kl 19:00	U	Þri 30.04	Kl 19:00	U	Sun 26.05	Kl 19:00	Ö	Fim 13.06	Kl 19:00	Ö
Lau 13.04	Kl 13:00	U	Fim 02.05	Kl 19:00	U	Mið 29.05	Kl 19:00	Ö	Fös 14.06	Kl 19:00	Ö
Sun 14.04	Kl 19:00	U	Mið 08.05	Kl 19:00	U	Fim 30.05	Kl 19:00	Ö	Sun 16.06	Kl 19:00	Ö
Þri 16.04	Kl 19:00	U	Fim 09.05	Kl 19:00	U	Sun 02.06	Kl 19:00	Ö			
Mið 24.04	Kl 19:00	U	Mið 15.05	Kl 19:00	U	Mið 05.06	Kl 19:00	Ö			
Fim 25.04	Kl 19:00	U	Fim 16.05	Kl 19:00	U	Fim 06.06	Kl 19:00	Ö			

Elly

Stóra sviðið

Lau 06.04	Kl. 20:00	U	Sun 05.05	Kl. 20:00	Ö	Fös 24.05	Kl. 20:00	Ö	Lau 15.06	Kl. 20:00	ÖL
Lau 13.04	Kl. 20:00	U	Sun 12.05	Kl. 20:00	Ö	Fös 31.05	Kl. 20:00	Ö			
Lau 27.04	Kl. 20:00	U	Fös 17.05	Kl. 20:00	Ö	Lau 08.06	Kl. 20:00	Ö			

Ríkharður III

Stóra sviðið

Fim 11.04	Kl. 20:00	ÖL

Kvenfólk

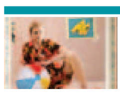
Nýja sviðið

Lau 06.04	Kl. 20:00	UL

Kæra Jelena

Litla sviðið

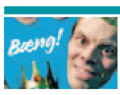
Fös 12.04	Kl. 20:00	U	Mið 25.04	Kl. 20:00	U	Fös 03.05	Kl. 20:00	U	Sun 12.05	Kl. 20:00	Ö
Sun 14.04	Kl. 20:00	U	Fim 26.04	Kl. 20:00	U	Sun 05.05	Kl. 20:00	U	Mið 15.05	Kl. 20:00	Ö
Þri 16.04	Kl. 20:00	U	Sun 28.04	Kl. 20:00	U	Mið 08.05	Kl. 20:00	U			
Þrið 24.04	Kl. 20:00	U	Fim 02.05	Kl. 20:00	U	Fös 10.05	Kl. 20:00	Ö			



Club Romantica

Nýja sviðið

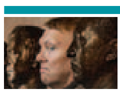
Lau 13.04	Kl. 20:00	L



Bæng!

Nýja sviðið

Fös 26.04	Kl. 20:00	U	Mið 08.05	Kl. 20:00	U	Fim 23.05	Kl. 20:00	Ö
Sun 26.04	Kl. 20:00	U	Fim 09.05	Kl. 20:00	U	Sun 23.05	Kl. 20:00	U
Fös 03.05	Kl. 20:00	U	Fim 16.05	Kl. 20:00	U	Fim 30.05	Kl. 20:00	Ö



Kvöldvaka með Jóni Gnarr

Litla sviðið

Lau 13.04	Kl. 20:00	U

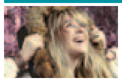
Allt sem er frábært

Litla sviðið

Lau 04.05	Kl. 20:00	Ö	Fim 09.05	Kl. 20:00	Ö	Lau 11.05	Kl. 20:00	ÖL

Þjóðleikhúsið

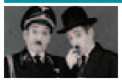
551 1200 • leikhusid.is



Ronja Ræningjadóttir

Stóra sviðið

Sun 07.04	kl. 13:00	U	Sun 28.04	kl 13:00	U	Sun. 12.05	kl. 16:00	U	Sun 26.05	kl. 13:00	Ö
Sun 07.04	kl. 16:00	U	Sun 28.04	kl. 16:00	U	Lau 18.05	kl. 13:00	Au	Sun 26.05	kl. 16:00	Au
Lau 13.04	kl. 12:00	U	Sun 05.05	kl. 13:00	U	Lau 18.05	kl. 16:00	Au	Sun 2.6	kl. 13:00	Au
Sun 14.04	kl. 13:00	U	Sun 05.05	kl. 16:00	U	Sun. 19.05	kl. 13:00	Ö	Lau 8.6	kl. 13:00	Au
Sun 14.04	kl. 16:00	U	Sun. 12.05	kl 13:00	U	Sun. 19.05	kl. 16:00	Ö			



Einræðisherrann

Stóra sviðið

Lau 13.04	kl. 19:30	U	Lau 04.05	kl. 19:30	Ö	Mið 08.05	kl. 19:30	

Jónsmessunæturdraumur

Stóra sviðið

Lau. 06.04	kl. 19:30	U	Fös 03.05	kl. 19:30	Ö	Mið 22.05	kl. 19:30	
Fös. 12.04	kl 19:30	U	Fim 09.05	kl. 19:30				

Þitt eigið leikrit

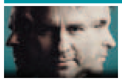
Kúlan

Lau 06.04	kl. 15:00	U	Sun 07.04	Kl. 17:00	U	Lau 13.04	kl. 17:00		Sun 28.04	Kl. 17:00	
Sun 07.04	kl. 15:00	U	Lau 13.04	kl. 15:00	U	Sun 28.04	kl. 15:00				

Súper

Kassinn

Lau 06.04	kl. 19:30	U	Fim 11.04	kl. 19:30	U	Mið 24.04	kl. 19:30	Ö	Lau 27.04	kl. 19:30	Au
Mið 10.04	kl. 19:30	U	Fös. 12.04	kl. 19:30	U	Fös 26.04	kl. 19:30	U	Þri 30.04	kl. 19:30	Au



Loddarinn

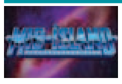
Stóra sviðið

Lau27.04	kl. 19:30	U	Fim 02.05	kl. 19:30	U	Lau 11.05	kl. 19:30	U	Fim 23.05	kl. 19:30	
Þri 30.04	kl. 19:30	U	Fös 10.05	kl. 19:30	U	Fös 17.05	kl. 19:30	U			

Brúðkaup Fígarós

Stóra sviðið

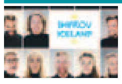
Lau 07.09	kl. 19:30	Ö	Fös 20.09	kl. 19:30		Lau 28.09	kl. 19:30	
Sun 15.09	kl. 19:30		Lau 21.09	kl. 19:30		Lau 05.10	kl. 19:30	



Mið-Ísland

Leikhúskjallarinn

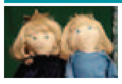
Lau 06.04	kl. 19:30	Ö	Lau 06.04	Kl. 22:00	U



Improv

Leikhúskjallarinn

Mið 10.04	kl. 20:00



Dimmalimm

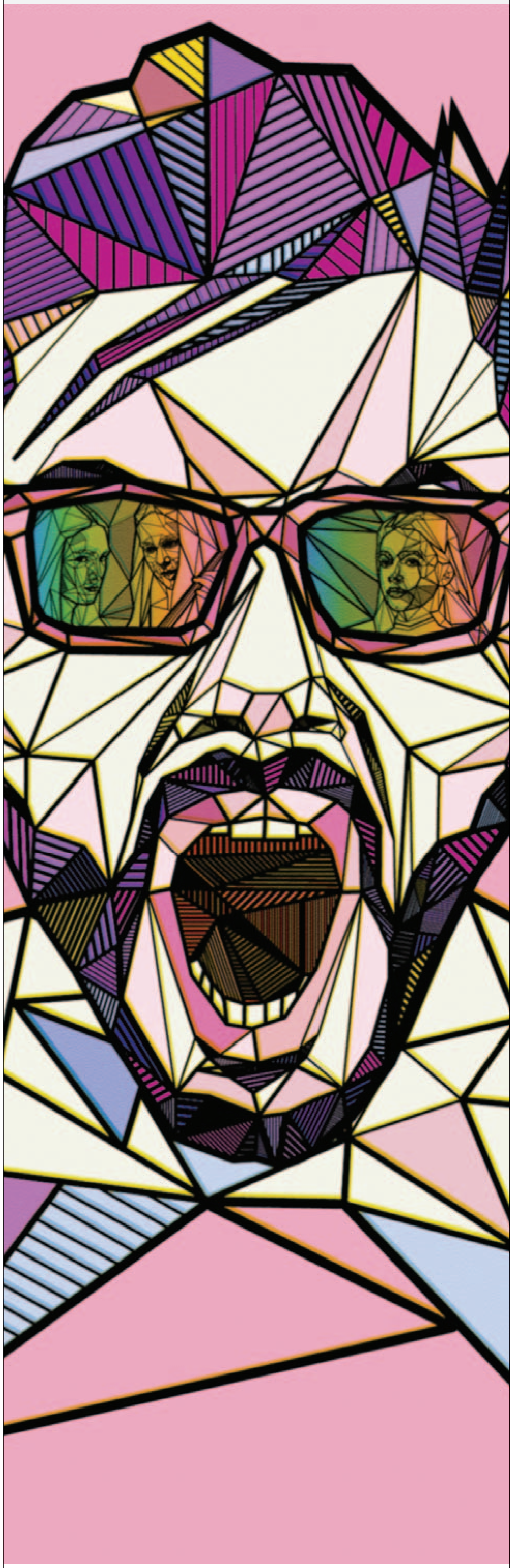
Brúðuloftið

Lau 06.04	Kl. 14.00	U	Lau 13.04	kl. 15:30		Lau 17.04	kl. 15:30
Lau 06.04	kl. 15:30		Lau 27.04	kl. 14.00			

GOTT KVÖLD Í BÍÓ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19
NÁNAR Á BIOPARADIS.IS

ALÞJÓÐLEG BARNAKVIKMYNDAHÁTÍÐ
Benjamín Dúfa -->1.000 kr! 16:00
Skýjahöllin -->1.000 kr! 16:00
Ronja ræningjadóttir -->1.000 kr! 17:30
Mug // Twarz (ENG SUB) 18:00
Everybody Knows (ICE SUB) 20:00

AUKA!!! SING-ALONG PARTÍSÝNING
Bohemian Rhapsody 20:00
Girl (ICE SUB) 20:00
Capernaum (ICE SUB) 22:15
Birds of Passage (ENG SUB) 22:30
Taka 5 // Take 5 (ENG SUB) 22:45



Músiktilraunir Laugardag kl. 17

Bein útsending frá úrslitakvöldi Músíktilrauna í Norðurljósasal Hörpu.

RÚV 2 okkar allra

RÁS 2 fyrst og fremst

DAGSKRÁ

Laugardagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Hinrik hittir
07.21 Úmísúmí
07.44 Klingjur
07.55 Letibjörn og læmingjarnir
08.02 Hrúturinn
08.09 Eysteinn og Salóme
08.22 Millý spyr
08.29 Með afa í vasanum
08.41 Minnsti maður í heimi
08.42 Manni meistari
09.05 Stundin okkar
09.30 Sögur Annar þáttur Í þættinum skrifar Birta sögu um huldufólk með aðstoð frá Kristínu Helgu Gunnarsdóttur rithöfundi, Ingvar spjallar við Konna úr Áttunni um bækur og Ragnhildur Steinunn segir okkur frá því hvað henni finnst skemmtilegast við það að lesa. Rakel Hönnudóttir landsliðskona í fótbolta mætir til okkar og Salka Sól og Arnar Freyr keppa í spurningakeppninni Ertu klár? og þar verður nóg af rjóma. Amelía Eyfjörð les fyrir okkur hryllingssöguna um Göngin og við fáum góð ráð frá Evu Rún Þorgeirsdóttur, Þorgrími Þráinssyni, Gunnari Theodór Eggertssyni og Gunnari Helgasyni um skapandi skrif og bókaormurinn Lovísa Margrét sendi okkur skemmtilegt myndband og segir okkur hvað hún er að lesa þessa dagana. Umsjón: Birta Hall,Ingvar Wu Skarphéðinsson,Sigyn Blöndal. Dagskrárgerð: Sigyn Blöndal og Sindri Bergmann Þórarinsson. Þættirnir eru unnir í samstarfi við Menntamálastofnun.
10.00 Vísindahorn Ævars
10.05 Vikan með Gísla Marteini
10.50 Nörd í Reykjavík
11.20 Kiljan
12.00 Í helgan stein
12.30 Pílukast, Meistaradagar
14.15 Rafíþróttir, Meistaradagar
16.30 Sund, Meistaradagar
18.35 Táknmálsfréttir
18.45 Bækur og staðir: Kornsá
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Doktor Proktor og prumpuduftið Ævintýra- og gamanmynd fyrir alla fjölskylduna sem byggð er á samnefndri metsölubók norska rithöfundarins Jo Nesbø. Vinirnir Lísa og Búi eiga heldur óvenjulegan nágranna sem gengur undir nafninu Doktor Proktor og hefur fundið upp öflugasta prumpuduft í heimi. Nú þurfa þau í sameiningu að koma í veg fyrir að duftið lendi í röngum höndum. Myndin er talsett á íslensku.
21.10 Norrænir bíódagar. Zappa-Zappa
22.50 Margin Call, Veðkall
00.35 Vera - Hjartabanarnir Bresk sakamálamynd byggð á sögu eftir Ann Cleeves um Veru Stanhope, rannsóknarlögreglukonu á Norðymbralandi. Hún kemst á slóðir veiðiþjófa eftir að lík finnst á afskekktu mýrlendi. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
02.05 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

07.45 Valero Texas Open
10.45 ANA Inspiration
12.45 Golfing World
13.35 Valero Texas Open
16.35 Inside the PGA Tour
17.00 Valero Texas Open Bein útsending frá Valero Texas Open á PGA mótaröðinni.
22.00 Champions Tour Highlights
22.55 Golfing World

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 This Is Us
13.50 Happy Together
14.15 Top Chef
15.05 Ally McBeal
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Futurama
17.55 Family Guy
18.20 Our Cartoon President
18.45 Glee
19.30 Everything, Everything
21.05 Tower Heist
22.55 Furious 7
01.10 Old School Mitch, Frank og Beanie er óánægðir með líf sitt, sem byrjar með því þegar vergjörn kærasta Mitch heldur framhjá honum, gamla partýdýrið Frank giftir sig, og einn sem ekki er tilbúinn til að hætta partýstandi, Beanie, sem er fjölskyldumaður, vill endurlifa villtu trylltu árin.
02.40 Up Close and Personal
04.40 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn, orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta Smá rúntur um kringluna
08.00 Morgunfréttir
08.05 Japan, land hinnar rísandi sólar
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Borgarmyndir Brighton og Hove, austur Sussex
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Gestaboð
14.00 Á valdi guðanna um líf og dauða harmleiksins.
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Tónlist frá A til Ö
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar Dakota Staton, Annes, Henrik Metz, Cannonball Adderley og John Coltrain
20.45 Fólk og fræði, Berfættir sagnfræðingar
21.15 Bók vikunnar, Hnotskurn
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Passíusálmar
22.15 Brot af eilífðinni, George Formby
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

08.30 Dear Dumb Diary
10.00 Twister
11.55 Experimenter
13.35 50 First Dates
15.15 Dear Dumb Diary
16.45 Twister
18.40 Experimenter
20.20 50 First Dates
22.00 O.G.
23.50 It's a Hard Truth Ain't It
01.05 When the Bough Breaks
02.55 O.G.

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Kormákur
07.40 Billi Blikk
07.55 Óskastund með Skoppu og Skítlu
08.10 Kalli á þakinu
08.30 Dóra og vinir
08.55 Dagur Diðrik
09.20 Lína Langsokkur
09.45 Víkingurinn Viggó
09.55 Stóri og Litli
10.10 K3
10.25 Latibær
10.50 Ninja-skjaldbökurnar
12.00 Bold and the Beautiful
13.20 Bold and the Beautiful
13.45 Friends
14.10 Seinfeld
14.35 Seinfeld
15.00 Making Child Prodigies
15.30 Grantchester
16.20 Atvinnumennirnir okkar
18.00 Sjáðu
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.05 Lottó
19.10 Top 20 Funniest
19.55 Lego Scooby-Doo! Blowout Beach Bash
21.15 Due Date
22.50 The Boy Downstairs
00.25 Justice League
02.25 The Snowman
04.20 American Fango

STÖÐ 3

14.50 Friends
16.30 Friends
16.55 The Mindy Project
17.20 The Goldbergs
17.45 Maður er manns gaman
18.15 Eldhúsið hans Eyþórs
18.45 Gulli byggir
19.10 Masterchef USA
19.55 Brother vs. Brother
20.40 Here and Now
21.40 Luck
22.35 Banshee
23.25 American Horror Story 8. Apocalypse
00.10 Boardwalk Empire
01.05 How To Make It in America
01.35 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.05 Dominos deild karla
08.45 Domino's körfuboltakvöld
09.35 Manchester City - Cardiff
11.15 PL Match Pack
11.45 Southampton - Liverpool
13.25 FA Cup Preview Show
13.55 Birmingham - Leeds Bein útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
16.00 Laugardagsmörkin
16.20 Manchester City - Brighton Bein útsending frá leik í undanúrslitum enska bikarsins, FA Cup.
18.30 Newcastle - Crystal Palace
20.10 Olís deild karla
21.50 Olís deild karla
23.30 Stjarnan - Keflavík

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 Valencia - Real Madrid
08.40 Genoa - Inter Milan
10.20 Evrópudeildin - fréttaþáttur
11.10 Dominos deild karla
12.50 Domino's körfuboltakvöld
13.40 La Liga Report
14.10
Real Madrid - Eibar Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
16.30 Premier League Preview
17.00 Bournemouth - Burnley
18.40 Barcelona - Atletico Madrid Bein útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni.
20.45 Parma - Torino
22.25 Olís deild kvenna
23.55 Juventus - AC Milan

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

FYRIRTAKS FERMING!

Íslandsklukkan
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 7.810.-

Norrænu goðin
TILBOÐSVERÐ: 5.599.-
Verð áður: 6.999.-

Íslensk öndvegisljóð
TILBOÐSVERÐ: 3.499.-
Verð áður: 6.999.-

Íslenskar úrvalsstökur
Verð: 2.499.-

Gæfuspor - Gildin í lífinu
Verð: 2.499.-

30% AFSLÁTTUR

Skúffuskápur WOW
(4 eða 5 skúffur)
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 9.589.-
Verð áður frá: 13.699.-

25% AFSLÁTTUR

LAMY
Vandaðir pennar
(blekpenni, kúlupenni & kúlutúss)
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 3.599.-
Verð áður frá: 4.799.-

ALLAR FERÐATÖSKUR Í MIÐSTÆRÐ

40% AFSLÁTTUR

ÖLL HNATTLÍKÖN

30% AFSLÁTTUR

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 08. apríl, eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

DAGSKRÁ

Sunnudagur

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Begga og Fress
07.28 Molang
07.32 Bréfabær
07.43 Sara og Önd
07.50 Hæ Sámur
07.57 Húrra fyrir Kela
08.20 Hvolpasveitin
08.43 Alvinn og íkornarnir
08.55 Disneystundin
08.56 Nýi skólinn keisarans
09.17 Sígildar teiknimyndir
09.24 Dóta læknir
09.45 Krakkafréttir vikunnar
10.05 Skólahreysti
10.35 Price og Blomsterberg
11.00 Silfrið
12.10 Menningin - samantekt
12.45 Badminton Meistaradagar Bein útsending frá úrslitaleikjunum á Meistaramóti Íslands í badminton.
15.00 Skák Meistaradagar Bein útsending frá keppni í skák.
16.00 Keila Meistaradagar Bein útsending frá íslandsmóti einstaklinga í keilu.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.25 Matarmenning Fróðlegir danskir þættir þar sem þáttastjórnendur rannsaka matinn sem við borðum dags daglega.
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi – alla daga, allt árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Landinn Þáttur um lífið í landinu. Landinn ferðast um og hittir fólk sem er að gera áhugaverða og skemmtilega hluti. Umsjónarmenn eru Gísli Einarsson, Þórgunnur Oddsdóttir, Edda Sif Pálsdóttir, Gunnar Birgisson og Halla Ólafsdóttir. Dagskrárgerð. Karl Sigtryggsson, Magnús Atli Magnússon, Gunnlaugur Starri Gylfason og Jóhannes Jónsson.
20.15 Hvað höfum við gert?
20.55 Sæluríki Leikin norsk þáttaröð í átta hlutum sem gerist í Stafangri við lok sjöunda áratugar síðustu aldar og segir frá breytingunum sem urðu í samfélaginu þegar olía fannst í sjónum úti fyrir bænum og norska olíuævintýrið hófst. Meðal leikenda eru Anne Regine Ellingsæter, Amund Harboe, Bart Edwards, Malene Wadel og Pia Tjelta.
21.45 Babýlon Berlín
22.35 Norrænir bíódagar. Trú, von og kærleikur Dönsk kvikmynd frá 1984 um unglingsdrengina og vinina Bjørn og Erik. Erik glímir við erfiðar heimilisaðstæður, því að móðir hans á við andleg veikindi að stríða og faðir hans stjórnar heimilinu með harðri hendi. Á sama tíma kynnist Bjørn ástinni í fyrsta sinn þegar hann hittir Önnu, en allt breytist þegar hún verður ófrísk. Leikstjóri. Bille August. Aðalhlutverk. Adam Tønsberg, Lars Simonsen, Camilla Søeberg og Ulrikke Bondo. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.15 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 Valero Texas Open
13.00 ANA Inspiration
17.00 Valero Texas Open Bein útsending frá lokadegi Valero Texas Open á PGA mótaröðinni.
22.00 Golfing World
22.50 PGA Highlights

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Top Chef
13.50 The Good Place
14.15 Life Unexpected
15.00 Ally McBeal
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 90210
18.15 Líf kviknar
18.50 Með Loga
19.45 Happy Together
20.10 This Is Us
21.00 Venjulegt fólk
21.30 The Truth About the Harry Quebert Affair
22.15 Ray Donovan
23.15 The Walking Dead
00.00 Never Say Never Again
02.10 Hawaii Five-0
02.55 Blue Bloods
03.40 MacGyver MacGyver er ungur maður sem er þekktur fyrir að leysa vandamál með ótrúlegum aðferðum. Byggt á samnefndum þáttum sem slógu rækilega í gegn á níunda áratugnum.
04.25 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Tríó
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á tónsviðinu
09.00 Fréttir
09.03 Samtal Samtal um ríkisvald og trúarbrögð
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnar Náðarstund
11.00 Guðsþjónusta í Langholtskirkju
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Sögur af landi
14.00 Víðsjá
15.00 Grár köttur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Úr tónlistarlífinu. Afmælistónleikar Sinfóníuhljómsveitar Norðurlands
17.25 Orð af orði
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Borgarmyndir Brighton og Hove, Austur-Sussex
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Gestaboð
21.30 Land hinna blindu. Smásaga - fyrri hluti
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

09.00 Home Again
10.40 Accepted
12.15 Intolerable Cruelty
13.55 She's Funny That Way
15.30 Home Again
17.10 Accepted
18.45 Intolerable Cruelty
20.25 She's Funny That Way
22.00 Argo
00.05 Leave No Trace
01.55 Inferno
03.55 Argo

STÖÐ 2

07.00 Strumparnir
07.25 Kormákur
07.35 Tindur
08.10 Skoppa og Skrítla á póstkorti um Ísland
08.20 Mæja býfluga
08.30 Heiða
08.35 Blíða og Blær
08.55 Víkingurinn Viggó
09.05 Latibær
09.30 Tommi og Jenni
09.50 Ævintýri Tinna
10.10 Lukku-Láki
10.35 Ninja-skjaldbökurnar
11.00 Friends
12.00 Nágrannar
13.20 Nágrannar
13.45 Friends
14.15 Hversdagsreglur
14.40 Lego Masters
15.30 Lose Weight for Good
16.00 Jamie's Quick and Easy Food
16.25 God Friended Me
17.10 Heimsókn
17.40 60 Minutes
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn
19.10 Making Child Prodigies
19.40 Atvinnumennirnir okkar
20.15 Silent Witness
21.10 Thirteen
22.05 Manhunt
22.55 High Maintenance
23.25 S.W.A.T.
00.10 Tin Star
00.55 Steypustöðin
01.25 Rapp í Reykjavík
02.00 Death Row Stories
02.40 Springfloden
03.25 Springfloden
04.10 The Cry
05.05 The Cry
06.05 Hversdagsreglur

STÖÐ 3

16.00 Seinfeld
17.40 Seinfeld
18.05 Mayday
18.50 Léttir sprettir
19.10 First Dates
20.00 Homeland
20.55 The X-Files
21.40 The Deuce
22.40 American Horror Story 8. Apocalypse
23.25 Boardwalk Empire
00.25 Curb Your Enthusiasm
01.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.25 Huddersfield - Leicester
09.05 Newcastle - Crystal Palace
10.45 Premier League World
11.15 Birmingham - Leeds
12.55 Everton - Arsenal Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
15.05 Barcelona - Atletico Madrid
16.50 Olís deild kvenna
18.20 Stjarnan - Keflavík
20.00 Messan
21.15 Seinni bylgjan
22.45 Napoli - Genoa
00.25 KR - Valur Í 4 liða úrslitum Dominos deildar kvenna.

STÖÐ 2 SPORT 2

08.10 Sampdoria - Roma
09.50 Parma - Torino
11.30 Juventus - AC Milan
13.10 Manchester City - Brighton
14.50 Watford - Wolves Bein útsending frá leik Watford og Wolves í undanúrslitum enska bikarsins, FA Cup.
17.10 Inter Milan - Atalanta
19.00 Úrslitaleikur Bein útsending frá úrslitaleik Lengjubikarsins.
21.10 Real Valladolid - Sevilla
22.50 Everton - Arsenal
00.30 UFC Greatest Fights

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

AUGLÝSING

Framtíð villtra laxastofna er ógnað

Patagonia framleiðir heimildamyndina Artifishal sem sviptir hulunni af þeirri dýrkeyptu ranghugmynd að bæta megi fyrir eyðileggingu vistkerfa með hönnuðum tæknilausnum. Rakin eru áhrif skorts á regluverki tengdu klakstöðvum í Bandaríkjunum og skaðleg áhrif opinna sjókvíaeldisstöðva, jafnt á umhverfið sem og á fiskinn sem í kvíunum er útsettur fyrir óværu og sýkingum.

Evrópufrumsýning Artifishal fer fram í Ingólfsskála við rætur Ingólfsfjalls í Ölfusi 10. apríl. Eftir sýningu verða pallborðsumræður undir stjórn Auðar Önnu Magnúsdóttur, framkvæmdastjóra Landverndar. Í pallborði verða Josh Murphy, leikstjóri Artifishal, Mikael Frodin, sænskur aðgerðasinni, blaðamaður og stangveiðimaður, Friðleifur Guðmundsson, formaður Verndarsjóðs villtra laxastofna á Íslandi og Jón Kaldal, talsmaður náttúruverndarsjóðsins. Miða má nálgast á netinu (Artifishal - European Premier á Facebook). Verði er stillt í hóf og felur í sér rútuferð frá Skarfagörðum í Reykjavík til og frá sýningarstað. Ágóði rennur til Verndarsjóðs villtra laxastofna á Íslandi.

Miðar á frumsýninguna, með eða án innifaldrar rútuferðar, fást hér: **eu.patagonia.com/artifishal**

The road to extinction is paved with good intentions

ARTIFISHAL

Evrópufrumsýning

Miðvikudagur 10. Apríl

Húsið opnar 18:00
Kvikmyndasýning 19:00

Ingólfsskáli Veitingahús

Efstaland, 816 Ölfusi
Ísland

patagonia

eu.patagonia.com/artifishal

Enn toppar Emma Tuma

Bækur Gunillu Wolde um hversdagsleg ævintýri Emmu og Tuma hafa búið íslensk börn undir ýmis minniháttar átök í lífinu í rúm 40 ár. Þau gera sig nú gildandi á sölulistum í nýjum endurútgáfum og sem fyrr er Emma vinsælli en Tumi.

Hinar einföldu barnabækur sænska höfundarins Gunnillu Wolde komu fyrst út á íslensku 1976 og hafa allar götur síðan notið mikilla vinsælda hjá börnum og foreldrum. Uppeldisgildið er enda óumdeilt auk þess sem sögurnar um Emmu og Tuma búa börn undir ýmis fyrirsjáanleg áföll á æskuárunum. Til dæmis læknisheimsóknir, sprautur og þann mikla vágest mislingana.

„Ég verð að játa að mér finnst afskaplega gaman að sjá velgengni þessara bóka enda var það afi minn, sem þá rak Iðunni, sem gaf þessar bækur upphaflega út fyrir rúmum 40 árum,“ segir Egill Örn Jóhannsson, framkvæmdastjóri Forlagsins.

Bækurnar voru síðast endurútgefnar 2004 og nú í ár komu út á ný Emma öfugsnúna, Emmu finnst gaman í leikskólanum, Tumi fer til læknis og Tumi bakar. Bækurnar hafa komið út á að minnsta kosti fjórtán tungumálum og þeir titlar sem komið hafa út á íslensku hafa allir selst í yfir 20 þúsund eintökum hver.

Langvinsælustu titlarnir eru Emmu finnst gaman í leikskólanum og Emma öfugsnúna en Emmu-bækurnar hafa selst töluvert meira en Tuma-bækurnar í gegnum árin og gera enn.

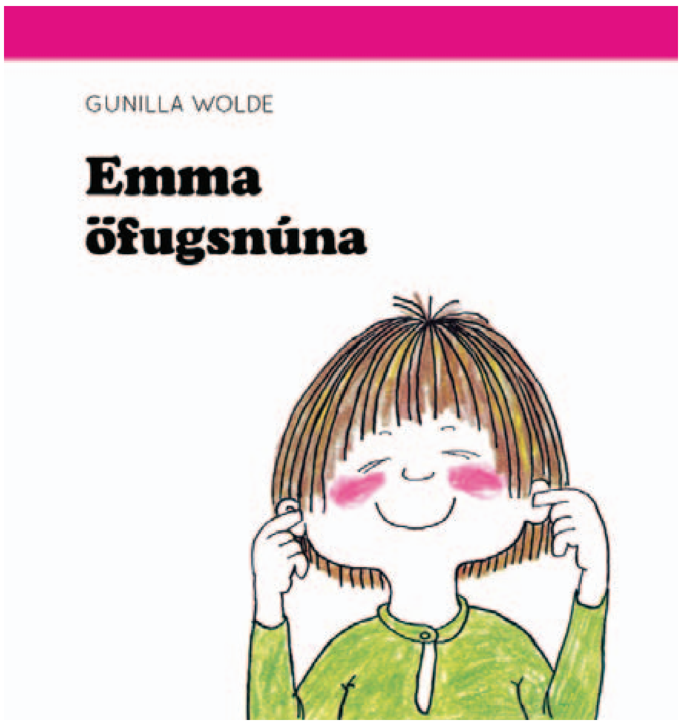
„Þetta eru yndislegar bækur sem henta ákaflega vel og eiga alltaf erindi,“ segir Egill. „Meira að segja Emma fær mislinga virðist enn eiga erindi.“ Sú bók var ekki á útgáfulistanum að þessu sinni en Egill segir að í ljósi frétta síðustu vikna og þess hversu mislingar hafa verið áberandi í umræðunni gæti þurft að endurskoða þá ákvörðun.

Líklega fullt tilefni til þess eins og tónlistarmaðurinn og trommuleikari pönkhljómsveitarinnar Austurvígstöðvanna bendir á en hann býr svo vel að eiga Emma fær mislinga í bókasafni heimilisins.

„Bókin kemur úr bókasafni eiginkonu minnar sem er fædd árið 1984,“ segir Jón Knútur sem greip til Emmu til þess að uppfræða börnin á heimilinu um sjúkdóminn. „Það var mislingafár fyrir austan fyrir nokkrum vikum og þá mundi ég eftir bókinni og las hana fyrir börnin mín. Strákurinn minn er átján mánaða og of lítill til þess að meðtaka þetta, en fimm ára dóttir mín sýndi þessu áhuga.

Hún hefur þó meira gaman af Emmu og ryksugunni, sem er alveg merkilega nákvæm um innri virkni ryksuga,“ segir Jón Knútur og bætir við að mislingastemningin í Emmu-bókinni sé mjög róleg og enginn faraldursótti þar á ferð. „Krakkarnir fá bara mislinga og jafna sig. Enginn bólusettur.“

thorarinn@frettabladid.is



SKÓDAGAR
20–50% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM SKÓM
SCARPA MOJITO
VERÐ ÁÐUR 19.995 KR.
VERÐ NÚ 15.996 KR.
ECCO BIOM HIKE
VERÐ ÁÐUR 29.995 KR.
VERÐ NÚ 23.996 KR.
ECCO BIOM VENTURE
VERÐ ÁÐUR 29.995 KR.
VERÐ NÚ 23.996 KR.
ZAMBERLAN VIOZ
PLUS GTX GÖNGUSKÓR
VERÐ ÁÐUR 39.995 KR.
VERÐ NÚ 27.997 KR.
ZAMBERLAN VIOZ
GTX GÖNGUSKÓR
VERÐ ÁÐUR 34.995 KR.
VERÐ NÚ 24.497 KR.
COLOMBIA PEAKFREAK
VERÐ ÁÐUR 18.995 KR.
VERÐ NÚ 13.297 KR.
COLOMBIA FLUIDFLEX F.K.T
GÖNGUSKÓR
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.
VERÐ NÚ 17.497 KR.
VIKING RASK GTX
GÖNGUSKÓR
VERÐ ÁÐUR 24.995 KR.
VERÐ NÚ 19.996 KR.
ECCO BIOM VOJAGE
VERÐ ÁÐUR 12.995 KR.
VERÐ NÚ 10.396 KR.
VIKING JOLLY STÍGVÉL
VERÐ ÁÐUR 4.995 KR.
VERÐ NÚ 3.996 KR.
NIKE REVOLUTION 4
GÖTUSKÓR
VERÐ ÁÐUR 5.495 KR.
VERÐ NÚ 4.396 KR.
MUCK HALE KIDS
VERÐ ÁÐUR 8.995 KR.
VERÐ NÚ 6.746 KR.
ELLINGSEN
FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS
WWW.ELLINGSEN.IS

Lífið í vikunni 31.03.19-06.04.19

Sónar þagna vegna WOW

Hætt hefur verið við að halda tónlistarhátíðina Sónar Reykjavík síðar í apríl vegna falls flugfélagsins WOW air en félagið átti að ferja stóran hluta hátíðargesta og listamanna til landsins.

Skildi 40 kíló eftir á Spáni

Sigurjón Magnús Egilsson, ritstjóri Miðjunnar, hefur lést um tæp 40 kíló eftir vetrardvöl á Spáni. SME, eins og hann er oft kallaður, er mættur á klakann og margir ráku upp stór augu þegar hann ræddi kjaramál á sjónvarpsstöðinni Hringbraut, 40 kílóum léttari.

WOW-fólk selur föt

Fyrrverandi flugfreyjur og annað starfsfólk WOW air hefur brugðist við atvinnumissi með því að auglýsa fatamarkað í Holtagörðum eftir slétta viku. Þar verða til sölu föt af öllum stærðum og gerðum og ýmsar heimilisvörur.

Vinsælir lúðar

Stínu kokki á Flúðum finnst stórmerkilegt að Craig Reid, annar Proclaimers-tvíburinn, muni enn eftir því þegar hún vatt sér að honum í London 1988 til þess að segja honum að lagið I'm gonna be (500 miles) væri á toppi vinsældalista Rásar 2. „Þeir voru náttúrlega algerlega svo lúðalegir," segir Stína sem kemst alltaf í stuð þegar hún heyrir lög Skotanna skemmtilegu.

Sungið fyrir ferðafrelsi Einars Óla

Einar Óli er lamaður eftir alvarlega heilablæðingu. Ættingjar hans og vinir halda styrktartónleika á mánudagskvöld. Markmiðið er sérútbúinn bíll sem mun gera hann frjálsari ferða sinna.

„Við hvetjum fólk til að koma og njóta kvöldsins með okkur og styrkja virkilega gott málefni í leiðinni," segir Þórunn Eva, frænka Einars Óla.

Þetta er ofboðslegt áfall. Á sekúndubroti breytist allt hjá ungum manni í blóma lífsins," segir Þórunn Eva sem stendur fyrir styrktartónleikunum. Þau Einar Óli eru systrabörn og hafa alltaf verið mjög náin. „Fjölskyldan er búin að reyna ýmislegt og við erum öll mjög náin og getum alltaf leitað hvert til annars.

Hann er bundinn við hjólastól og getur hvorki hreyft sig né tjáð sig og býr enn á Grensás þar sem engin íbúðarúrræði ertu fyrir hann eins og staðan er í dag," segir Þórunn Eva og bætir við að það sé átakanlegt að horfa upp á yndislegan frænda og vin geta sér litla sem enga björg veitt.

„Ég veit ekki alveg hversu miklu hann áttar sig á og hversu mikið hann skilur en maður verður að treysta því og trúa að hann skilji meira heldur en minna." Þórunn Eva segir erfitt fyrir fullfrískt fólk að setja sig í spor frænda síns.

„Hann var alltaf á ferðinni, eins og okkur finnst svo sjálfsagt. Í ræktinni og alltaf á leiðinni að gera eitthvað en síðan er hann bara allt í einu fastur inni á herbergi einhvers staðar og fær aldrei að gera neitt af því sem hann er vanur."

Safnað fyrir ferðafrelsi

Þórunn Eva ákvað að halda styrktartónleikana í von um að geta fjármagnað kaup á sérútbúnum bíl sem muni gera Einar Óla frjálsari ferða sinna. „Því fylgir svo mikið frelsi að geta komist eitthvert á daginn án þess að þurfa alltaf að plana allt fyrir fram og treysta alfarið á ferðaþjónustuna.

Manni finnst þetta bara einhvern veginn svo sjálfsagt, að geta farið út í bíl og gert það sem mann langar, að maður pælir ekki einu sinni í þessu þegar maður er heilbrigður."

Fjölskylda Einars Óla hefur fundið notaða Benz-bifreið sem hentar honum og með hjálp tónlistarfólksins, sem gefur alla vinnu sína á tónleikunum, vonast þau til þess að geta keypt bílinn.

„Mér finnst svo mikilvægt að hann fái þennan bíl vegna þess að þegar hann er fastur inni á Grensás og líka ef hann yrði settur inn á öldrunarheimili þá ætti hann ekki rétt á bílastyrk fatlaðra. Það skiptir öllu máli að vera frjáls ferða sinna."

Styrktartónleikar Guðríðarkirkja 8. apríl

Fram koma:

- Ívar Daníels
- Eiríkur Hafdal
- Rakel Pálsdóttir
- Bjarni Ara
- Þórir Úlfars
- Bjarmi Hreinsson
- Hlöðver Sigurðsson
- Örn Ýmir Arason
- Örn Arnarson
- Sveinbjörn Hafsteinsson
- Elín Ey
- Halli Reynis
- Heiða Ólafs
- Snorri Snorrason
- Siggi Guðfinns

Erfitt að biðja um hjálp

Eftir að Þórunn Eva og faðir hennar höfðu fundið bílinn sem Heiða Ólafs ... Eftir að Þórunn Eva og faðir hennar höfðu fundið bílinn sem hentar fóru þau að velta fyrir sér fjármögnunarleiðum og ákváðu að kanna möguleikana á styrktartónleikum.

„Ég hringdi í frænku mína, mömmu Einars, og spurði hana hvort hún hefði einhvern áhuga á því að við myndum reyna að halda styrktartónleika. Hún sagði að undir venjulegum kringumstæðum hefði hún síður kosið að þurfa að efna til fjársöfnunar en við værum bara komin á þann stað að við þyrftum aðstoð." Þórunn Eva segir móður Einars Óla finnast erfitt að þurfa að biðja um hjálp en þar sem hún hafi sjálf verið byrjuð að svipast um eftir bíl fyrir hann hafi orðið úr að blása til tónleika.

Hún segir alla sem að tónleikunum koma gefa vinnu sína og fjölskyldan sé full þakklætis. „Það eru allir rosalega jákvæðir og nú síðast bættust tónlistarhjónin Heiða Ólafs og Snorri Snorrason í hópinn. Þau höfðu samband við pabba hans Einars Óla og buðu fram krafta sína. Siggi Guðfinns, pabbi hans, er líka tónlistarmaður, og hann mun flytja lagið sem hann samdi um Einar Óla tónleikunum."

thorarinn@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðarsdóttir *johannahelga@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Benedikt Bóas Hinriksson *benediktboas@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

TÓNLISTAR- OG DVD
MARKAÐURINN
VIÐ LAUGARDALSVÖLL

SÍÐASTA HELGIN!

10% AUKAFSLÁTTUR ALLA HELGINA!

MARKAÐI LÝKUR
Á SUNNUDAG KL. 19

ÞÚSUNDIR TITLA
GRÍÐARLEGT ÚRVAL
AF VÍNYLPLÖTUM

INNGANGUR VIÐ SUÐURENDA AÐALSTÚKU LAUGARDALSVALLAR

BYKO

Hjólin eru komin!

Vertu klár fyrir sumarið

Sjáðu fleiri hjól í vefverslun BYKO

KENT

Götureiðhjól
SHOGUN reiðhjól 26" 21 gíra Shimano.
42.995
49620079

PHOENIX

Frábært verð ár eftir ár!

Reiðhjól
26" götuhjól, 6 gíra með körfu og brettum.
29.995
49620201

Krono Original High Quality

Tilboðsverð

Rushmore Chestnut
10mm, 1285x192mm
Hörkustuðull AC4/32
3.436 kr/m²
0113488
Almennt verð: 4.296 kr/m²

GROHE

Tilboðsverð

Eurosmart
Eldhústæki, krómað
10.995
15333281
Almennt verð: 14.995

Nikotex carpets

Jade
gólfmotta,
67x150cm, grá-svört
6.795
16160287

GUSTAVSBERG

Tilboðsverð

Nautic
Handlaug á vegg,
40x27cm.
Blöndunartæki
fylgir ekki með
9.995
13002455
Almennt verð: 14.295

GROHE

Tilboðsverð

Concetto
Handlaugartæki, krómað
14.995
15332204
Almennt verð: 17.995

Tilboðsverð

Mirage
Veggflís, 7,5x15cm, dökkgrá.
3.911 kr/m2
18088952
Almennt verð: 5.689kr/m²

Komdu í veg fyrir vatnstjón

Rakamælir
Sense
9.995
15322505

Grohe Sense fylgist með hita og rakastigi og sendir viðvörun ef gildin verða of há eða lág samanborið við þínar stillingar.

Um leið og vatn vegna leka eða flóða kemst í snertingu við skynjarann sendir Grohe Sense samstundis viðvörun í símann þinn.

Vinnur þú

#bykogrgs

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 *#bykogrgs*

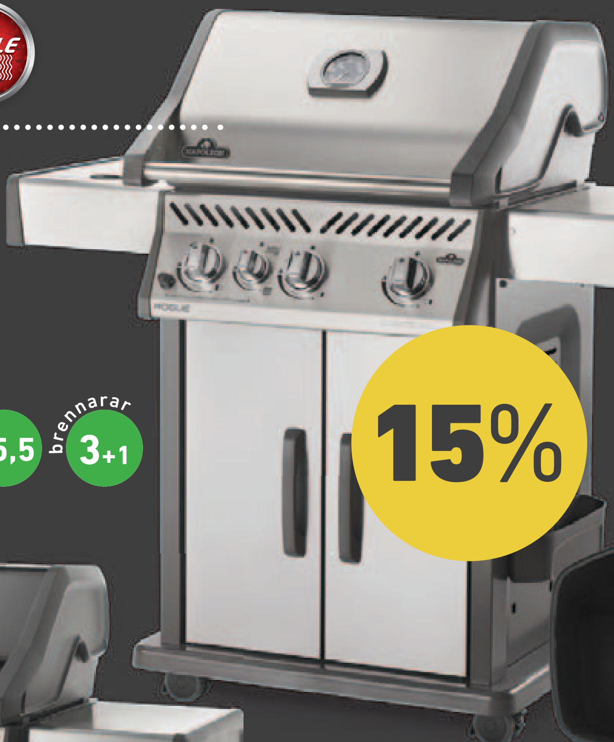
Föstudaginn 26. apríl verður heppinn vinningshafi tilkynntur. Að auki verða valdir auka-vinningshafar sem fá 35.000 kr. inneign í Hólf & Gólf.

Berglind Guðmundsdóttir, eigandi vefsíðunnar Gulur, rauður, grænn og salt, verður gestadómari. Fylgist með á Instagram og facebook síðu BYKO og www.grgs.is.

Ánægðustu viðskiptavinir byggingarvöruverslana 2 ár í röð skv. Íslensku ánægjuvoginni! Takk fyrir okkur!

ROGUE

INFRARED SIZZLE ZONE



Tilboðsverð

Gasgrill

NAPOLEON - ROGUE R425SIB, SIZZLE-ZONE™ hliðar-brennari, grillgrind 60x45cm, grillgrindur úr pottjárni.

135.995

506600039

Almennt verð: 159.995

kílóvött 15,5 brennarar 3+1

15%

NAPOLEON

20%

Tilboðsverð

Kolagrill 22 K-leg

Flott kolagrill sem getur grillað allt að 23 hamborgara í einu. Lokið opnast til hliðar. Með kolagrind úr stáli og öskupott sem tekur við útbrunnum kolum og er auðvelt að fjarlægja.

49.995

506600090

Almennt verð: 62.995

15%

kílóvött 10,6 brennarar 3

ROGUE

Tilboðsverð

Rogue R425

Hágæðagrill með 3 brennara, 10,6 kW kraft og grillflöt 60x45 cm. Grillið er með Lift Ease™ tækni og því auðvelt að opna og hægt að vera með grillið alveg upp að vegg.

84.995

506600036

Almennt verð: 99.995

20%

Tilboðsverð

TravelQx Pro

Glæsilegt ferðagrill frá Napoleon með stóru grillsvæði þar sem 20 hamborgarar komast fyrir í einu. Það eru handföng á hliðunum á grillinu og er því auðvelt að flytja það á milli staða. Það er hægt að leggja grillið niður á hvaða flata flöt sem er. Þarf ekkert að gera til að setja grillið upp fyrir utan að tengja gasið.

55.995

506600020

Almennt verð: 69.995

kílóvött 4,1 brennarar 2

Frábær HELGARTILBOÐ

Til 10. apríl

Einhell

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

TE-CD, 18V tvær 1,5 Ah rafhlöður fylgja með.

17.636

74826002

Almennt verð: 25.195

30%

BOSCH

Tilboðsverð

Rafhlöðuborvél

Easy 1200 2 x 1,5Ah

13.226

74864070

Almennt verð: 18.895

Auka rafhl. fylgir

30%

30%

Tilboðsverð

Sláttuorf og borvél

RYOBI sett með sláttuorfi og rafhlöðuborvél 18V, 2,0Ah rafhlaða og hleðslutæki fylgir með.

29.396

7133003727

Almennt verð: 41.995

RYOBI

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndbrengl.

Nýtt blað á byko.is

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land

FRÉTTABLAÐIÐ
Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**
Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf
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.
Póstdreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is **Ef blaðið berst ekki** 800 1177

BAKÞANKAR

Sirrýjar Hallgrímsdóttur

Sköpum störf

Allt í kringum okkur sjáum við öflug og rótgróin fyrirtæki með fjölda fólks í vinnu, þau eru hluti af daglega lífinu okkar. Við erum sennilega langflest sek um að hugsa ekki út í þá staðreynd að eitt sinn voru öll þessi fyrirtæki hugmynd. Hugmyndin var í kollinum á frumkvöðli og ekki er ólíklegt að hún hafi þótt ævintýraleg, djörf og jafnvel hálfgalin. En það var einhver sem ákvað að stíga skrefið, ráðast í málið og hrinda því af stað. Það var einhver sem var tilbúinn að taka áhættuna, leggja sparnaðinn sinn og annarra undir til þess að láta hugmynd verða að veruleika.

Við sjáum ekki allar hugmyndirnar sem gengu ekki upp, fyrirtækin sem lifðu ekki af vegna þess að hugmyndin var röng, tíminn var rangur eða frumkvöðullinn var óheppinn. Ótrúlega margt getur farið úrskeiðis í frumkvöðlastarfinu og það er í raun ótrúlegt að einhverjir séu tilbúnir til að taka áhættuna og reyna að skapa eitthvað nýtt.

Við eigum því að vera mjög þakklát fyrir þá einstaklinga sem eru tilbúnir að taka áhættuna og leggja á sig það þrotlausa erfiði sem felst í því að gera hugmynd að veruleika. Við eigum því að fagna með þeim þegar vel gengur og virða það starf sem leitt hefur til árangurs. En það er líka mikilvægt að styðja við þá í mótlæti, sýna því skilning að ekki eru allar ferðir til fjár og hlutirnir geta farið úrskeiðis. Það geta nefnilega ekki allir unnið hjá ríkinu og störfin skapa sig ekki sjálf, við þurfum frumkvöðla og þá sem flesta.